


## 柔道部（夏休み）活動計画

今月の目標			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・県東地区新人戦に向けて、技の精度を高める。</li> <li>・県東地区新人戦に向けて、スタミナを付ける。</li> </ul>			
各週のねらい			
	1年生	2年生	3年生
第1週	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本動作の反復を通して、基礎体力と技術の向上を図る。</li> <li>・投げ技・抑え込み・絞め技の基本を身に付ける。</li> </ul>		
第2週			
第3週			
第4週			

日	曜	行事	時間等	備考
21	水	夏季休業開始	8:30～11:00	麻生体育館
22	木	海の日	8:30～11:00	麻生体育館
23	金	スポーツの日	8:30～11:00	麻生体育館
24	土		×	
25	日		8:30～11:00	麻生体育館
26	月	学びの広場(リモート)	×	
27	火	学びの広場(リモート) 三者面談(3年生)①	13:00～15:30	麻生体育館
28	水	三者面談(3年生)②	8:30～10:30	麻生体育館
29	木	県総体(個人戦) 登校日 三者面談(3年生)③	6:00～17:00	学校集合6:00 出発6:15 選手のみ参加
30	金	三者面談(3年生)④	×	
31	土		8:30～11:00	麻生体育館
8月1日	日		×	
2	月	麻生体育館休館日	×	
3	火		8:30～11:00	麻生体育館
4	水		8:30～11:00	麻生体育館
5	木		×	
6	金		8:30～11:00	麻生体育館
7	土		8:30～11:00	麻生体育館
8	日		×	
9	月	麻生体育館休館日	×	
10	火		×	
11	水		8:30～11:00	麻生体育館
12	木		×	
13	金	閉庁日(8・13～16)	×	
14	土		×	
15	日		×	
16	月	麻生体育館休館日	×	
17	火		8:30～11:00	麻生体育館
18	水		8:30～11:00	麻生体育館
19	木	麻生体育館休館日	×	
20	金		×	
21	土		8:30～11:00	麻生体育館
22	日		×	
23	月	麻生体育館休館日	×	
24	火		8:30～11:00	麻生体育館
25	水		8:30～11:00	麻生体育館
26	木	研修日	8:30～11:00	麻生体育館
27	金		8:30～11:00	麻生体育館
28	土		8:30～11:00	麻生体育館
29	日		×	
30	月	麻生体育館休館日	×	
31	火		×	
9月1日	水		×	

### 連絡事項

<p>今月完全下校時刻 17:00</p> <p>部活動を休む場合や遅刻する場合には、学校に電話連絡をしてください。 予定は変更になる場合があります。その際には、にメール配信で連絡します。</p> <p>練習は、原則マスク着用ですが、隣接者と十分な距離を確保できる場合は外してもかまいません。</p> <p>県総体 7月29日(木)下館武道館</p> <p>麻生中学校 80-8070      顧問【山本 毅彦・土子 拓郎】</p>	<p style="text-align: center;">柔道部のHP随時更新中です。 以下のQRコードからご覧ください。</p> <div style="text-align: center;">  </div>
---	--