

柔道部 (夏休み) 活動計画

夏休みの目標	
○固め技・立ち技の基本動作を身に付ける。	
○動きの中で、得意とする投げ技ができるようにする。	
○立ち技と固め技の連携させた動きを身に付ける。	

各週のねらい			
8月	1年生	宿題チェック	3年生
第1週	・基礎体力の向上を図る。	美術, 作文・感想文	
第2週	・寝技の基本動作を身に付ける。	教科の宿題	
第3週	・組手の基礎を身に付ける。	サマースクール	
第4週	・ゆさぶりや足技から、得意技への連	自由研究・発明工夫	塚原ト伝杯
第5週	絡。	やり終えていないもの	

日	曜	行事	時間等	備考
#####	土	合同練習【大野中学校】	9:00~15:30	現地集合8:45 現地解散15:30 柔道衣 帯 昼食 飲み物 タオル
21	日		8:00~11:30	麻生体育館
22	月		×	
23	火	県総体前最後の練習	8:00~11:30	麻生体育館
24	水	県総体1日目【個人戦】 県武道館	6:15~17:30	学校集合6:15 出発6:30 学校帰着17:30
25	木	県総体2日目【団体戦】 県武道館	6:15~17:30	柔道衣 帯 昼食 飲み物 タオル
26	金		×	
27	土		×	
28	日		8:00~11:30	麻生体育館
29	月	麻生体育館休館日	×	顧問出張
30	火		8:00~11:30	麻生体育館
31	水		8:00~11:30	麻生体育館
8月1日	木		8:00~11:30	麻生体育館
2	金		8:00~11:30	麻生体育館
3	土		8:00~11:30	麻生体育館
4	日		8:00~11:30	麻生体育館
5	月	麻生体育館休館日	×	
6	火	研修日	×	
7	水		×	
8	木		8:00~11:30	麻生体育館 ※関東大会(栃木)
9	金		8:00~11:30	麻生体育館 ※関東大会(栃木)
10	土		8:00~11:30	麻生体育館 ※関東大会(栃木)
11	日		8:00~11:30	麻生体育館
12	月	麻生体育館休館日	×	
13	火	閉庁日(8・13~16)		
14	水			
15	木			
16	金			
17	土		×	※全国大会(兵庫県)
18	日		×	※全国大会(兵庫県)
19	月	麻生体育館休館日	×	※全国大会(兵庫県)
20	火		8:00~11:30	麻生体育館 ※全国大会(兵庫)
21	水	校内研修	×	
22	木		8:00~11:30	麻生体育館
23	金		8:00~11:30	麻生体育館
24	土	PTA奉仕作業(全学区)	10:00~11:30	麻生体育館
25	日	塚原ト伝武道大会【まちづくり市民センター】	7:45~16:30	男女団体戦現地集合7:45 現地解散16:30 柔道衣 帯 昼食 飲み物 タオル
26	月	研修日	×	
27	火		8:00~11:30	麻生体育館
28	水		8:00~11:30	麻生体育館
29	木		8:00~11:30	麻生体育館
30	金		×	
31	土		×	
9月1日	日		×	

連絡事項
今月完全下校時刻16:00
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。
塚原ト伝武道大会は、1年生と3年生の混合チームで参加します。メンバーは後日連絡します。
伝統ある麻生中学校の柔道部員として、他人の役に立てるように、行動しよう。
麻生中学校 80-8070 顧問【山本毅彦・高崎満雄】

