

柔道部 (10月) 活動計画

<p>今月の目標</p> <p>○様々な場面に対応した動きを身に付ける。</p> <p>○組手・寝技・立ち技の基本を確実に身に付ける。</p> <p>○次の動きを意識した、足さばきを行う。</p>
--

各週のねらい

	1年生	2年生	3年生
第1週	・立ち技, 固め技の基本動作を身に付ける。 ・組手の基礎を身に付ける。 ・足技と背負い投げ・大外刈りの連絡技の習得を目指して反復練習を行う。		
第2週			
第3週			
第4週			

日	曜	行事	時間等	備考
1	火		○	
2	水	管理訪問	○	
3	木		○	
4	金	昼清掃・帰りの会 ⑥新人戦壮行会	○	
5	土		×	※山本：国体役員（～6日）
6	日		×	
7	月	県東地区新人戦開始（～19日）	×	
8	火		○	
9	水	5時間授業	○	
10	木	5時間授業	○	
11	金		○	
12	土		8:00～11:30	麻生体育館
13	日		8:00～11:30	麻生体育館
14	月	体育の日	×	
15	火	生徒朝会	×	
16	水		○	
17	木	県東地区新人戦・個人戦 会場：神栖市武道館		学校出発6:30（集合6:15） 学校解散17:30（予定）
18	金	県東地区新人戦・団体戦 会場：神栖市武道館		持ち物 柔道衣・帯・昼食・飲み物・タオル
19	土		×	
20	日		8:00～11:30	麻生体育館
21	月	校内研修日	×	
22	火	即位礼正殿の儀が行われる日	×	
23	水	県東地区駅伝	○	
24	木		○	
25	金		○	
26	土		8:00～11:30	麻生体育館
27	日		×	
28	月	校内研修日	×	
29	火	全校朝会	○	
30	水	職員会議	×	
31	木		○	

連絡事項

<p>今月完全下校時刻17:30 10月21日以降は、17:15に変更になります。</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。</p> <p>生活リズムを整える。休日の練習は、朝食を必ず摂る。</p> <p>県新人戦 11月5日（火） 11月7日（木） 会場：県武道館（水戸市）</p> <p>麻生中学校 80-8070 顧問【山本毅彦・高崎満雄】</p>
