


柔道部（11月）活動計画

今月の目標 ・打ち込み・投げ込みの時間を増やし、技の精度を高める。 ・組手争いで勝てるようにして、流れの中で正しく技を仕掛けられるようにする。 ・トレーニングを中心に行う曜日を設定し、基礎体力の向上を図る。

各週のねらい			
	1年生	2年生	3年生
第1週	・立ち技・寝技の研究, 打ち込みを増やし, 技の精度を高める。		
第2週			
第3週	・組み手争いの研究を増やし, 有利な体勢で技をかけられるようにする。		
第4週			

日	曜	行事	時間等	担当	備考
1	火		○	山本	
2	水		○	山本	
3	木		8:30~11:30	山本	麻生体育館
4	金		○	山本	
5	土	第11回友輝祭	×	×	下校12:30
6	日		8:30~11:30	山本	麻生体育館
7	月	振替休業日	×	×	
8	火		○	山本	
9	水		○	山本	
10	木	県駅伝競走大会	×	×	
11	金	1年生・宿泊学習①	○	土子	
12	土	1年生・宿泊学習②	×	×	
13	日	県民の日	×	×	
14	月	1年生・振替休業日 二者・三者面談①	×	×	昼清掃 下校13:30
15	火	二者・三者面談②	○	山本	昼清掃 下校15:30
16	水	二者・三者面談③	○	山本	昼清掃 下校15:30
17	木	二者・三者面談④ 2年生宿泊学習①	×	×	昼清掃 下校13:30
18	金	二者・三者面談⑤ お弁当の日 2年生宿泊学習②	×	×	昼清掃 下校13:30
19	土	数学検定	8:30~11:30	山本	麻生体育館
20	日	アンサンブルコンテスト	×	×	
21	月	職員会議 2年生二者面談 冬日課開始(~1/31)	×	×	
22	火	2年生二者面談 3年生修学旅行①	○	山本	
23	水	勤労感謝の日 3年生修学旅行②			
24	木	3年生修学旅行③ SSW来校	×	×	
25	金	3年生振替休業日	○	山本	
26	土		8:30~11:30	山本	麻生体育館
27	日		×	×	
28	月	職員会議・研修	×	×	
29	火	第2学期末テスト	○	山本	
30	水		○	山本	
12/1	木		×	×	

連絡事項

今月の完全下校時刻 16:45 (21日~16:30) 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、メール配信で連絡します。 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。 課題を見つけて、レベルアップに向けて取り組みましょう。 麻生中学校 80-8070 顧問【山本 毅彦・土子 拓郎】	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。 <div style="text-align: center;">  </div>
--	---

|

|

