

柔道部（12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。
--

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	・立ち技から寝技への以降をスムーズにできるようにする。		

日	曜	行事	時間等	担当	備考
1	木		×	×	下校15:30
2	金		○	山本	
3	土		8:30~11:30	山本	麻生体育館
4	日		×	×	
5	月	5時間授業	×	×	下校14:30
6	火	SC, SSW (午後) ⑤人権集会	○	山本	トレーニング
7	水	ポプラ (午後)	○	山本	
8	木	要請訪問 (授業公開: 午前)	○	山本	
9	金	授業公開 (午後) 部活動なし	×	×	下校15:30
10	土		8:30~11:30	山本	麻生体育館
11	日		×	×	
12	月	⑥委員会活動 ポプラ (午前)	×	×	下校15:30
13	火	③④校内持久走大会 (予備日: 14日 (水))	○	山本	トレーニング
14	水	⑥生徒会選挙 ポプラ (午前)	○	山本	
15	木	⑤⑥2年生: 環境教育	×	×	下校15:30
16	金	③④全校レクリエーション大会	○	山本	トレーニング (麻生体育館使用不可のため)
17	土	合同練習会	8:30~12:00	山本	カシマススポーツセンター 現地集合8:30 解散12:00
18	日		×	×	
19	月	5時間授業 職員会議	×	×	下校14:30
20	火	SC ⑤薬物乱用防止教室 (2年生)	○	山本	トレーニング 下校15:20
21	水	5時間授業 PTA教育講演会 本部役員会	○	山本	
22	木		×	×	下校15:30
23	金	第2学期終業式			下校16:00
24	土		8:30~11:30	山本	麻生体育館
25	日		×	×	
26	月		×	×	
27	火	閉庁日	×	×	
28	水	閉庁日	×	×	
29	木		×	×	
30	金		×	×	
31	土		×	×	

連絡事項 今月の完全下校時刻 16:15 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>
---	---

|

|

