

柔道部（2月）活動計画

今月の目標

- ・乱取りの時間を増やし、動きの中でかける技の精度を高める。
- ・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・寝技の乱取りの時間を増やし、動きの中でかける技の精度を高める。		
第2週			
第3週	・実際の試合を意識して、寝技と立ち技の以降をスムーズにできるようにする。		
第4週			

日	曜	行事	時間等	担当	備考
1	水	3 学年末テスト	○	山本	
2	木		×	×	下校時刻15：30
3	金		○	山本	
4	土		8：30～11：30	山本	麻生体育館
5	日		×	×	
6	月		×	×	下校時刻14：30
7	火	SC来校, SSW来校（PM）	○	山本	
8	水		○	山本	
9	木		×	×	下校時刻15：30
10	金	漢字検定16:00～	○	山本	
11	土	建国記念の日	8：30～11：30	山本	麻生体育館
12	日		×	×	
13	月		×	×	下校時刻14：30
14	火		×	×	下校時刻15：45
15	水		×	×	下校時刻15：45
16	木	1・2 学年末テスト 第2回合同専門委員会18:00～	○	山本	
17	金		○	山本	
18	土		8：30～11：30	山本	麻生体育館
19	日		×	×	
20	月	職員会議	×	×	下校時刻14：30
21	火		○	山本	
22	水		○	山本	
23	木	天皇誕生日	8：30～11：30	山本	麻生体育館
24	金	SSW来校（PM）	○	山本	
25	土		8：30～11：30	山本	麻生体育館
26	日		×	×	
27	月	⑥委員会活動	×	×	下校時刻15：30
28	火	SC来校	○	山本	
3／1	水		○	山本	
3／2	木		×	×	下校時刻15：30
3／3	金		○	山本	

連絡事項

今月の完全下校時刻 16：45（20日以降は、17：15）	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。 
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】	

|

|

