

柔道部（4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		・立ち技の打ち込み、投げ込みを増やし、技の精度を高める。 ・目線、釣り手、引き手、膝の曲げ伸ばしを意識し、正しく技をかけられるようにする。 ・有利な組手を常に意識して練習を行う。	
第2週			
第3週			
第4週			

日	曜	行事	時間等	担当	備考
1	土				
2	日				
3	月		×	×	
4	火		8：30～11：30	山本	麻生体育館
5	水		8：30～11：30	山本	麻生体育館
6	木	令和5年度始業式/職員会議	×	×	
7	金	第12回入学式	○	山本	下校時刻17：45
8	土		8：00～11：00	山本	麻生体育館
9	日		×	×	
10	月		×	×	
11	火		○	山本	
12	水		○	山本	
13	木		×	×	下校時刻15：40
14	金		○	山本	
15	土	授業参観・学年懇談会・PTA総会	×	×	
16	日		×	×	
17	月	⑥委員会活動	×	×	下校時刻15：40
18	火		×	×	下校時刻15：40
19	水	家庭訪問 ↓	○	山本	下校時刻15：30 ↓
20	木		○	山本	
21	金		○	山本	
22	土		8：00～11：00	山本	麻生体育館
23	日		×	×	
24	月	振替休業日	×	×	
25	火	家庭訪問 ↓	○	山本	下校時刻15：30 ↓
26	水		○	山本	
27	木	4時間授業	×	×	下校時刻13：30
28	金	5時間授業	×	×	下校時刻14：40
29	土	昭和の日	8：00～11：00	山本	麻生体育館
30	日				
5_1	月		×	×	

連絡事項	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。
今月の完全下校時刻 17：45	
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。 総体を見据えて、長期的に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】	

