

剣道部 9月活動計画

今月の目標	
1	学校行事に積極的に参加するとともに、限られた時間の中で部活動に集中しよう。
2	新人戦に向けて得意技を身につけよう。

各週のねらい			
	1年生	2年生	3年生
第1週	○基本練習(素振り, 打ち込み, すり足) ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○基本練習(素振り, 打ち込み, すり足) ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○学習
第2週	○連続技(体当たり引き技)○応じ技(返し胴) ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○連続技(体当たり引き技)○応じ技(返し技) ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○学習
第3週	○引き技 ○追い込み ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○引き技(出端) ○追い込み ○鑢迫り合いから ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○学習
第4週	○引き技 ○追い込み ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○引き技(出端) ○追い込み ○鑢迫り合いから ○体力作り(ラダートレーニング, 体幹トレーニング)	○学習

日	曜	行事	時間		備考
			朝	夕	
1	土		休		
2	日		休		
3	月	始業式 朝の交通安全指導		休	
4	火			○	
5	水	体育祭予行		○	
6	木			○	
7	金			休	
8	土	第7回体育祭		休	
9	日		8:00~12:00		
10	月		休		
11	火	全校朝会		○	
12	水			○	
13	木	菅谷出張		○	
14	金			○	
15	土				
16	日	第14回行方新撰組まつり	8:00~		午前練習 午後新撰組祭りin霞ヶ浦ふれあいランド詳細下記
17	月	練習試合in常陸大宮市西部体育館	6:30~16:00		学校集合神栖二中バス合同予定 18:00解散予定
18	火	研修 部活動無し		休	
19	水			○	
20	木	スクールカウンセラー相談日		○	
21	金			○	
22	土		8:00~12:00		
23	日	練習試合in麻生中	8:00~16:00		
24	月		休		
25	火	6時間授業 屋清掃・帰りの会		休	新人戦組み合わせ会議
26	水	全校朝会 生徒会役員選挙		○	オーストラリア小学生剣道部見学
27	木	委員会活動		○	
28	金			○	
29	土		8:00~12:00		
30	日				

連絡事項	
9月	9月から朝練習なし 水曜日金曜日剣友会
16日	11:30ふれあいランド水の科学館階段下本部テント集合保護者送迎 12時~日本剣道形披露 12:30~隊士パレード 14時~ちびっこチャンバラ大会 16時頃解散予定
10月の予定	県東新人5日女個男団6日団個女団in鹿野中 県新人26日女個男団27日男個女団in池の川さくらアリーナ その他 銚田杯 県東地区錬成会
今月完全下校時刻18:00	