

剣道部 10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 地区新人戦団体・個人県大会出場、県新人戦団体・個人ベスト8
--

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) ○試合練習(状況を考えて)○パターン練習	○基本練習(素振り, 打ち込み, すり足) ○試合練習(状況を考えて)○パターン練習	○学習
第2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 ○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)	○学習
第3週	○基本練習(素振り, 打ち込み, すり足) ○試合練習(状況を考えて)○パターン練習	○基本練習(素振り, 打ち込み, すり足) ○試合練習(状況を考えて)○パターン練習	○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 ○鏑迫り合いから ○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	火	衣替え 全校朝会		○	菅谷出張
2	水	ポプラ相談日(午前)		○	
3	木	SC相談日		○	
4	金	屋清掃帰りの会 ⑤金5⑥新人戦壮行会		○	
5	土		8:00~12:00		
6	日		休		
7	月			○	
8	火	県東新人テニス		○	
9	水	県東新人テニス, 野球, 卓球, ポプラ(午後)		○	
10	木	県東新人テニス, バスケット, 野球		○	
11	金	県東新人バスケ, 卓球		○	
12	土		8:00~12:00		
13	日	銚田市中学校剣道大会in銚田総合公園	6:45~16:30		保護者送迎をお願いします。着替えて移動。
14	月	体育の日	休		
15	火	生徒朝会(駅伝壮行会)駅伝試走		○	
16	水	県東新人野球 ポプラ(午前)		○	
17	木	県東新人バレー, 野球, サッカー, 柔道		○	
18	金	県東地区新人戦1日目in鹿野中学校	6:30~16:30		女子個人男子団体 移動女子ユニホーム男子制服
19	土	県東地区新人戦2日目in鹿野中学校	6:30~16:30		男子個人女子団体 移動男子ユニホーム女子制服
20	日		休		
21	月		休		
22	火		休		
23	水	県東駅伝 ポプラ相談日(午後)		○	
24	木	SC相談日		休	菅谷出張
25	金			○	
26	土	県東地区錬成会in潮来二中予定	7:00~16:00		県大会出場時のみ参加
27	日		休		
28	月			休	
29	火	全校朝会		○	
30	水	ポプラ(午前)		休	
31	木	ポプラ相談日(午前)		○	

連絡事項 県大会出場時の予定になっています。予定変更の場合後日連絡 11月の予定 4日5日県新人戦 10日かすみがうら市長杯 24日行方地区剣道祭 今月完全下校時刻新人戦前17:30 新人戦後17:15
