

剣道部 11月活動計画

今月の目標
1 限られた時間の中で部活動に集中しよう
2 各自自主練を行おう

各週のねらい	1年生	2年生	3年生
第1週	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○学習
第2週	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○学習
第3週	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○学習
第4週	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○ラダー、体幹 ○素振り ○木刀による稽古法 ○追い込み、連続技	○学習

日	曜	行事	時間	指導者	備考
1	火	SC来校		石田	
2	水	ポプラ午後	○	菅谷	
3	木	文化の日	8:00~12:00		
4	金		○	菅谷	
5	土	第11回友輝祭	休		
6	日	地区別選抜強化剣道錬成会(選抜選手3名)	8:00~12:00		選抜選手以外は学校練習
7	月	振替休日	休		
8	火	交通安全指導	○	菅谷	
9	水	ポプラ午前	○	石田	
10	木	県駅伝	休		
11	金	1年宿泊学習①	○	菅谷	
12	土	1年宿泊学習②	8:00~12:00		
13	日	茨城県民の日	休		
14	月	1年生振返休業日 二者・三者面談①	休		
15	火	二・三者面談②	○	菅谷	
16	水	二・三者面談③	○	石田	
17	木	二・三者面談④ 2年生宿泊学習	休		
18	金	二・三者面談⑤ 2年生宿泊学習 お弁当の日	休		
19	土	練習試合in龍ヶ崎市ニューライフアリーナ	7:30~16:00		7:30現地集合 16:00現地解散予定
20	日		休		
21	月	冬日課開始~1/31 ポプラ午前	休		
22	火			石田	
23	水	勤労感謝の日	8:00~12:00		部内戦(個人戦)
24	木	SSw来校	休		
25	金		○	石田	
26	土		休		テスト3日前休み
27	日		休		テスト3日前休み
28	月		休		
29	火	SC来校 2学期末テスト	○	菅谷	
30	水	ポプラ午前	○	石田	

連絡事項
今月完全下校時刻 16:45 21日~16:30
来月の予定 3日(土)剣道一級審査 対象1年生 24日(土)茨城県錬成会inカシマススポーツセンター
12月3日(土)1年生対象1級審査会に向けて、毎週水の練習は「剣道基本稽古法」の練習を行います