

年間の活動計画

都立飛鳥高等学校（定時制課程）空手部

年間目標	空手の精神、技術を学ぶ。空手を通して健康な体を作る。		
部員数	5名		
活動日	毎週月曜日、ほかの日はトレーニングを行う。		
活動時間	平日	月曜日	休日
休養日	水曜日		
主な活動予定	4月	空手の基本を学ぶ	
	5月	基本稽古を学ぶ	
	6月	突き・蹴りの基本を学ぶ	
	7月	受けの基本を学ぶ	
	8月	移動稽古の基本を学ぶ	
	9月	移動稽古の基本を学ぶ	
	10月	空手の型を学ぶ	
	11月	空手の型を学ぶ	
	12月	空手の型を学ぶ	
	1月	空手の攻防を学ぶ	
	2月	空手の攻防を学ぶ	
	3月	空手の攻防を学ぶ	
参加予定大会			
主な実績	31年度		
	2年度		
	3年度	空手部（同好会より）発足	