

別紙2【活動計画】〔 柔道部 〕部

◇ 年間目標

「精力善用」「自他共栄」の精神の涵養、基礎を大事に練習する。

◇ 部員数

	男子	女子	合計
1年			
2年	3		3
3年	3		3
4年			
合計	6		6

◇ 顧問名・部活動指導員名

岩切 加奈子
松下訓子

◇ 活動日と活動場所

【活動日】 週 4日
 【休養日】 毎週水曜日 と 日曜日
 【活動時間】
 (平日)14:20～16:00 【活動場所】本校柔道場
 (土曜授業日)
 (週休日等)9:00～12:00

◇ 大会等の主な記録

平成31年度	令和元年度	令和2年度
		支部大会個人戦第5位

◇ 今年度の参加予定大会

- 東京都学年別大会(10月)
- 支部予選新人大会(11月)

◇ 年間(月別)活動計画

4月	5月	6月	7月	8月	9月
(週休日の活動日数) 3日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 3日
ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習
10月	11月	12月	1月	2月	3月
(週休日の活動日数) 3日	(週休日の活動日数) 3日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 2日	(週休日の活動日数) 2日
ストレッチ、筋カトレーニング、技・形、合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング技・形合同練習	ストレッチ、筋カトレーニング、技・形合同練習

活動日数

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
0日	0日	8日	12日	18日	6日	12日	10日	14日