

別添 1

令和6年度 柔道部 活動計画							
月	行事等	1年	2年	3年	各期における生徒、顧問の活動概要		
					期	生徒	顧問
目標 (1) 望ましい心身の発達を図り、体力の向上と健康の保持増進をめざす。 (2) 一つの目標に向かって仲間が協力する中で、基本的な行動様式をはじめ、集団としての規律等の社会性を育てる。 (3) 部活動に意欲的に取り組ませることにより、個性を伸ばす。 (4) 部活動を通して、互いの心を汲み取り合い、深い人間理解に努める。 (5) 部活動で培った精神力や集中力などの力を、学習や家庭生活に生かす。							
4	前期始業式 第78回入学式 1年生部活動見学 1年生体験入部	基礎準備期		完成期	基礎準備期	◎決められた安全のための約束事やマナーが守れる。 ○単独、対人の受け身ができる。 ○2種類以上の投げ技で打ち込みができる。 ○2種類以上の抑え技ができる。	◎柔道MINDを育む。 ○単独、対人の受け身の習熟の徹底
5							
6	ひたちなか市総合体育大会						
7	中央地区総合体育大会 県民総合体育大会	基礎鍛錬期		試合期	基礎鍛錬期	◎相手への思いやりの行動、言動ができる。 ○その場で投げられて受け身ができる。 ○その場で投げるができる。	○打ち込みや投げ込みの仕方や安全の約束事の徹底
8	第49回関東中学校柔道大会 第55回全国中学校柔道大会						
9	ひたちなか市新人体育大会						
10	中央地区新人体育大会 前期終業式 後期始業式 県新人体育大会	基礎鍛錬期		専門鍛錬期	専門鍛錬期	◎指示を受けるだけでなく、自ら進んで稽古ができる。 ○乱取りで体勢を崩さず投げることができる。 ○乱取りで引き手を離さず相手を保護できる。	○乱取りができる筋力や持久力などの体力の養成
11							
12							
1		基礎鍛錬期		完成期	完成期	○相手の技能程度に応じた乱取りができる。 ○立ち姿勢から寝技への移行ができる。 ○得意技、連絡技、変化技の習得	○周囲に配慮し安全を考えた行動の徹底
2							
3	第78回卒業証書授与式 修了式						