

年間目標	礼法を大切に、お互いを思いやる協働による自己実現		
活動日 及び 活動時間	平日 【夏季】	3月～10月 16:00～18:15 (月・金曜日)	休日 8:00～12:00 ※大会等により予定が変更になる場合は、別途連絡します。
	平日 【冬季】	11月～2月 16:00～17:45 (月・金曜日)	
休養日	① 毎週水曜日、日曜日の週2回の休養日を設定します。※休日に関しては大会の状況等による。 ② 毎月1回の学校全体の休養日を設定します。		
主な 活動予定	月	活動等	参加予定大会等
	4月	・説明会 (保護者)	
	5月	・5月1日～30日 仮入部期間 (区内全域より)	
	6月	・礼法指導 ・基本動作の習得	東ブロック大会
	7月	・基本練習 ・体力づくり (トレーニング)	
	8月	・立ち技、寝技の習得 ・体力づくり (トレーニング)	
	9月	・立ち技、寝技のコンビネーション ・体力づくり	東ブロック大会
	10月	・試合に出場するための礼儀、作法 ・体力づくり	
	11月	・試合に出場するための乱取 ・体力づくり	
	12月	・試合に出場するための乱取 ・体力づくり	
	1月	・寒稽古5日～16日	
	2月	・通常練習 ・体力づくり	
	3月	・通常練習 ・体力づくり	