

札幌市立陵北中学校 柔道部 月別練

【5月】 限られた稽古時間なので無駄にせず励む

日	曜	行 事 予 定	有・無	時間帯
1	月	完全下校	なし×	
2	火		あり○	放課後～18:00
3	水	憲法記念日	なし×	
4	木	みどりの日	なし×	
5	金	こどもの日	なし×	
6	土		なし×	
7	日		なし×	
8	月	委員会・学年協議会 1年心臓検診	あり○	放課後～18:00
9	火	1・3年教育相談① 全校協議会 2年身体計測	あり○	放課後～18:00
10	水	1・3年教育相談②	あり○	放課後～18:00
11	木	1・3年教育相談③ 1年聴力検査①	あり○	放課後～18:00
12	金	1・3年教育相談④ 1年聴力検査②	あり○	放課後～18:00
13	土		なし×	
14	日		なし×	
15	月	完全下校 1年学年集会	なし×	
16	火	1・3年教育相談⑤ 3年身体計測 ※1年生のみ	あり○	放課後～18:00
17	水	1・3年教育相談⑥ ※2年生宿泊学習1	なし×	
18	木	1・3年教育相談⑦ ※2年生宿泊学習2	なし×	
19	金	2年生休業日 ※1年生のみ	あり○	放課後～18:00
20	土		なし×	
21	日		なし×	
22	月		なし×	放課後～18:00
23	火	2年教育相談①	あり○	放課後～18:00

24	水	2年教育相談②	あり○	放課後～18:00
25	木		あり○	放課後～18:00
26	金	2年教育相談③	あり○	放課後～18:00
27	土		なし×	
28	日		なし×	
29	月	2年教育相談④	あり○	放課後～18:00
30	火	2年教育相談⑤	あり○	放課後～18:00
31	水	2年教育相談⑥	あり○	放課後～18:00

講道館柔道

精力善用

自他共栄

【柔道部員心得】

- * あいさつができる人になる。
- * 授業・勉強・学習を大切にする。
- * 話をよく聞き、考える人になる。
- * 整理整頓ができる人になる。
- * 「なにくそ！」自分に負けない人になる
- * 他者に優しく、自分に厳しくできる人
- * 生意気な人間にならない、謙虚な人になる
- * 柔道人としての誇りをもつ。
- * 食事をしっかり取り、健康な身体と心
- * 心得を理解し、実践する。

習予定表

場所	備 考
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	

あり○
なし×

武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	
武道場	

る。

になる。

になる。

を作る。