

N・C・T
夏休み
チャレンジタイム

1. 目的 ◇健康維持と体力アップ
◇学習時間の確保・基礎の定着（課題・苦手科目の克服）
◇部活動の記録向上を目指す
◇コミュニケーションスキルの向上を目指す（みんなと活動する楽しさ）
◇2学期のスムーズなスタート（規則正しい生活リズム）
2. チャレンジタイム実施日（15回）
7月 22(火)・24(木)・25(金)・28(月)・29(火)・31(木)
8月 1(金)・4(月)・5(火)・7(木)・8(金)
18(月)・19(火)・21(木)・22(金)
3. 時間 【体力づくり】 8:40 ~ 9:10 (30分)
【学力づくり】 9:30 ~ 10:10 (40分)
【部活動】 10:20 ~ 11:20 (60分)
4. 場所 【体力づくり】 学校グランド・学校周辺道路（雨天時：体育館）など
【学力づくり】 図書館・多目的室
【部活動】 グランド・体育館
5. 活動内容 【体力づくり】 ウォーキング・ランニング・筋力トレーニング など
【学力づくり】 夏休みの宿題・自主学習
・個別学習（マンツーマン サポート）・読書 など
【部活動】 基礎練習 など
6. 参加者 全校生徒
7. 担当 吉田 校長・谷崎 教頭
梅田 和広・廣瀬亜香李・吉川 輝・松田 要・小森布貴子
畠田憲一郎・有田 勝弘・杉山 寿江・本田 裕子・本田 瑞貴
8. 準備物 水筒（冷たいもの）・タオル・ぼうし・着替え
ランニング用のシューズを持っている人は使用可
9. その他 ※ 充分な睡眠をとって参加すること
※ 朝ご飯をしっかり食べて参加すること

☆ 体力づくり後、部活動に入っていない人も、多目的室で勉強ができます。
(宿題・勉強道具を持ってきてください)

苦手はぜんぶ、伸びしろだ！！！
夏に勝つ！ 自分に勝つ♡

N・C・T
夏休み チャレンジ タイム
参加申し込み

(　　) 年 (　　) 番 (　　)

保 護 者 (　　)

電話番号 (　　) - (　　) - (　　)

N・C・Tの目標

体力の目標

(　　) - (　　)

学力の目標

(　　) - (　　)

部活の目標

(　　) - (　　)