

部活動だより

<令和7年度 11月号>
勝田特別支援学校
中学・高等部 部活動

秋が深まる11月は、スポーツしやすい季節であり、中学部・高等部ともに体育祭や、各種スポーツ大会も予定されています。体調を整えて参加できるように身体と心の準備をしていきましょう。

スポーツをする上で大切なものの一つが食事です。タンパク質（肉・魚など）は筋肉の修復や成長させる働きがあり、炭水化物（米、パン、麺など）はエネルギーとなります。また、ビタミンやミネラルなどもとりいれ、バランスの良い食事をとり、よいパフォーマンスができる身体を作っていきましょう。

【練習日程（11月）】

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
文化の日	高等部（2・3年生）進路面談期間					
		特体連 スポーツ大会 (陸上・フライ ングディスク・ 卓球) 希望者				
9	10	11	12	13	14	15
高等部（2・3年生）進路面談期間			県民の日	進路面談期間		
				特スボ：予備日 (陸上・フライン グディスク・卓球)		
16	17	18	19	20	21	22
部活動【高】 サッカー部 (サッカー合同練習) FD部 陸上部 文化部		部活動【中】 運動部			創立記念日	
23	24	25	26			
勤労感謝の 日	振替休日	部活動【高】 サッカー部 FD部 陸上部 (螢駅伝練習) 文化部	特体連 スポーツ大会 (サッカー) 希望者	部活動【中】 運動部	特スボ：予備日 (サッカー)	螢駅伝
30						

※ 活動時間：高等部【15:00～16:00】 中学部【15:05～15:40】

※ 会議等により練習予定が変更となる場合があります。その際には改めてご連絡いたします。

※ 体調管理に十分気を付けて活動に取り組んでいきます。

【部活動実績（10月）】

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				部活動【中】 運動部 0:35		
5	6	7	8	9	10	11
		部活動【高】 サッカー部 1:00 FD部 1:00 陸上部 1:00 文化部 1:00		部活動【中】 運動部 0:35 1・2年のみ		
12	13	14	15	16	17	18
	スポーツの日	高等部実習期間／個別面談期間（小1～高1）				ほほえみ (サッカー)
19	20	21	22	23	24	25
	高等部実習期間／個別面談期間（小1～高1）					
26	27	28	29	30	31	
				部活動【中】 運動部 0:35		