

2019年度 山形県立鶴岡中央高等学校 女子バレーボール部 年間計画・実績表

記入の仕方 ・「時間」には活動時間(h)を記入すること ・「休養日」には設定した日に「1」を入力すること
 ・「特記事項」には学校行事や大会等を具体的に記載すること

顧問氏名

4月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	月		1	3		
2	火	2		3		
3	水	2		3		
4	木	2		3		
5	金	2			1	
6	土	3			1	
7	日		1		1	~年度始休業
8	月		1		1	入学式
9	火	2		2		課題試験
10	水	2		2		課題試験
11	木	2		2		
12	金	2		2		
13	土	3		3		
14	日		1	3		
15	月		1		1	
16	火	2		2		
17	水	2		2		部登録
18	木	2		2		
19	金	2		2		
20	土	8		8		西川杯
21	日		1		1	
22	月		1		1	
23	火	2		2		
24	水	2		2		
25	木	2		2		
26	金	2		2		委員会
27	土	2		1		強化期間
28	日	3		8		
29	祝	3		8		山本学園遠征
30	祝		1		1	休日

	計画	実績
平日休養日	4	5
休日休養日	4	4
平日活動時間平均	2.0	2.3
休日活動時間平均	4.0	6.0

5月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	祝	3			1	即位の日
2	祝	3		3		休日
3	祝	3		3		憲法記念日
4	土	8		8		合宿
5	日	8		8		合宿
6	祝		1	8		振替休日
7	火	3			1	
8	水	3		2		
9	木	3		2		壮行式
10	金	3		2		
11	土	8		8		地区総体
12	日		1		1	地区総体
13	祝		1		1	4/27代休
14	火	2		2		
15	水	2		2		
16	木	2		1		地区教研
17	金	2		2		
18	土	3		3		
19	日		1	8		
20	月		1		1	
21	火	2		2		体力テスト
22	水	2		2		生徒総会
23	木	2		2		
24	金	2		2		
25	土	3		3		強化期間
26	日		1	3		
27	月		1		1	
28	火	2		2		
29	水	2		2		壮行式
30	木	2		2		
31	金	2		2		

	計画	実績
平日休養日	2	4
休日休養日	5	3
平日活動時間平均	2.3	2.0
休日活動時間平均	4.9	5.5

6月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土	3		8		米沢遠征
2	日	3		8		米沢遠征
3	月		1	2		
4	火	2		2		
5	水	2		2		
6	木	2		2		
7	金	2		2		県総体(主)
8	土	8		4		県総体(主)
9	日	8		4		県総体(主)
10	月		1		1	試験前
11	火		1		1	試験前
12	水		1		1	試験前
13	木		1		1	試験前
14	金		1		1	試験前
15	土		1		1	試験前
16	日		1		1	試験前
17	月		1		1	中間試験
18	火		1		1	中間試験
19	水		1		1	中間試験
20	木	2		1		中間試験
21	金	2		1		
22	土		1		1	
23	日	3		3		
24	月		1		1	
25	火	2		2		中央祭準備
26	水	2		1		中央祭準備
27	木	2		1		中央祭準備
28	金	2		2		中央祭
29	土		1		1	中央祭
30	日	3		8		

	計画	実績
平日休養日	11	14
休日休養日	3	3
平日活動時間平均	2.0	2.0
休日活動時間平均	4.7	5.8

7月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	祝	3		3		6/29代休
2	火	2		2		
3	水	2		2		
4	木	2		2		
5	金	2		2		
6	土	3			1	学力テスト
7	日		1	3		
8	月		1		1	
9	火	2		2		
10	水	2		2		
11	木	2		2		
12	金	2		2		
13	土	3		3		
14	日	3			1	
15	祝		1	3		海の日
16	火	2		2		
17	水	2		2		
18	木	2		2		
19	金	2		2		
20	土	3			1	
21	日		1	3		
22	月		1		1	
23	火	2		2		
24	水	2		2		
25	木	2		2		夏季休業~
26	金	3		2		夏季休業~
27	土	3		8		小中高強化練習会
28	日	3		8		小中高強化練習会
29	月		1	2		
30	火	3		2		
31	水	3			1	

	計画	実績
平日休養日	3	3
休日休養日	3	3
平日活動時間平均	2.2	2.0
休日活動時間平均	3.0	4.4

8月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木	3		3		
2	金	3		3		
3	土		1		1	
4	日	3		3		
5	月	3		3		
6	火	3		3		
7	水	3		3		
8	木	3		4		練習試合
9	金	3		8		宮城遠征
10	土	3		8		宮城遠征
11	日		1	3		山の日
12	祝		1		1	振替休日
13	火		1		1	閉庁日
14	水		1		1	閉庁日
15	木	3			1	閉庁日
16	金	3		3		
17	土	3		3		
18	日		1	3		
19	月	3		3		
20	火	3		3		
21	水	3		3		
22	木	3		3		~夏季休業
23	金	2		2		課題試験
24	土	3		4		春高地区予選
25	日		1		1	
26	月		1		1	
27	火	2		2		
28	水	2		2		
29	木	2		2		
30	金	2		2		
31	土	3			1	

	計画	実績
平日休養日	3	4
休日休養日	5	4
平日活動時間平均	2.7	3.1
休日活動時間平均	3.0	4.0

9月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	日		1	3		
2	月		1		1	
3	火	2		2		
4	水	2		2		
5	木	2		2		
6	金	2		2		
7	土	8		4		練習試合
8	日	3		3		
9	月		1		1	
10	火	2		2		
11	水	2		2		
12	木	2		2		
13	金	2		2		
14	土	8		8		庄内最北大会
15	日		1	2		
16	祝		1		1	敬老の日
17	火		1		1	試験前
18	水		1		1	試験前
19	木		1		1	試験前
20	金		1		1	試験前
21	土		1		1	試験前
22	日		1		1	試験前
23	祝		1		1	試験前
24	火		1		1	期末試験
25	水		1		1	期末試験
26	木		1		1	期末試験
27	金		1	2		期末試験
28	土		1	4		
29	日		1		1	
30	月		1		1	学期間休業

	計画	実績
平日休養日	11	10
休日休養日	8	5
平日活動時間平均	2.0	2.0
休日活動時間平均	6.3	4.0

10月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	火	2		2		始業式
2	水	2		2		
3	木	2		2		球技大会
4	金	2		1		球技大会
5	土	2		1		
6	日		1	4		練習試合
7	月		1		1	
8	火	2		2		
9	水	2		2		
10	木	2		2		
11	金	2		2		高総文祭
12	土	2		1		高総文祭
13	日	2		8		練習試合
14	祝		1	3		体育の日
15	火	2		2		
16	水	2		2		
17	木	2		2		
18	金	2		2		
19	土	3		3		
20	日	3		3		
21	月		1		1	
22	祝	3		3		即位の儀
23	水	2		2		
24	木	2		2		
25	金	2		2		
26	土	3		2		学力テスト
27	日	3		3		
28	月		1		1	
29	火	2		2		
30	水	2		2		
31	木	2		2		

	計画	実績
平日休養日	3	4
休日休養日	2	2
平日活動時間平均	2.0	2.0
休日活動時間平均	2.6	3.6

11月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	金	2		2		
2	土	8		8		地区新人大会
3	日		1		1	文化の日
4	祝		1		1	振替休日
5	火	2		2		
6	水	2		2		修学旅行
7	木	2		2		修学旅行
8	金	2		2		