

2021年度 山形県立鶴岡中央高等学校 陸上競技部 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 金井澄男

4月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木		1		1	
2	金	2		2.5		
3	土	3		2.5		
4	日		1		1	
5	月	2		2.5		
6	火	2		2.5		
7	水	2		2.5		～年度始休業
8	木		1		1	入学式
9	金	2		2		課題試験
10	土	3		6		酒田春季記録会
11	日		1		1	
12	月	2		2		課題試験
13	火	2		2		
14	水	2		2		
15	木		1		1	
16	金	2		2		部登録
17	土	3		2.5		
18	日		1		1	
19	月	2		2		
20	火	2		2		
21	水	2		2		
22	木		1		1	
23	金	2		2		常任委員会
24	土	3		2.5		強化週間～
25	日		1		1	
26	月	2		2		
27	火	2		2		
28	水		1		1	部活動停止
29	木	2		2		昭和の日(日)総会
30	金	2		2		

5月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土		1		1	
2	日				1	
3	祝	8		1		県通信陸上
4	祝	3		1		みどりの日
5	祝		1		1	こどもの日
6	木	2		2		壮行式
7	金	2		2		
8	土	3		3		
9	日		3		3	
10	月		1		2	
11	火	2		2		
12	水	2		2		地区教研
13	木		1		1	強化週間～
14	金	2		2		
15	土	3		3		
16	日		1		1	
17	月	2		2		
18	火	2		2		体力テスト
19	水	2		2		生徒総会
20	木		1		1	
21	金	2		2		
22	土	3		2.5		
23	日		3		3	
24	月		1		2	
25	火	2		8		県高校総体
26	水	8		8		県高校総体
27	木	8		8		県高校総体
28	金	8		8		県高校総体
29	土	8		8		
30	日		1		1	
31	月	2		1		

6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		
2	水	2		2		
3	木		1		1	
4	金	2		2		
5	土	3		3		
6	日		1		1	
7	月	3		2		
8	火	2		2		
9	水	2		2		
10	木		1		1	試験前
11	金		1		1	試験前
12	土		1		1	試験前
13	日		1		1	試験前
14	月		1		1	試験前
15	火		1		1	試験前
16	水		1		1	試験前
17	木		1		1	中間試験
18	金		1		1	中間試験
19	土		1		1	試験期間
20	日		1		1	試験期間
21	月		1		1	中間試験
22	火	2		2		
23	水	2		2		
24	木		1		1	
25	金	2		2		
26	土	3		6		国体地区
27	日		1		1	
28	月	2		1		中央祭準備
29	火	2		1		中央祭準備
30	水	2		1		中央祭準備

7月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木		1		1	中央祭
2	金		1		1	中央祭
3	土	2		3		
4	日	3			1	
5	月	2		2		
6	火		1		1	
7	水	2		2		
8	木	8		6		国体予選
9	金	8		8		国体予選
10	土	8		7		国体予選
11	日		1		1	
12	月	2		2		
13	火	2		1.5		
14	水	2		2		
15	木		1		1	
16	金	2		2		
17	土	3		2.5		
18	日		1		1	
19	月	2		2		
20	火	2		2		
21	水	2		2		
22	祝		1		2.5	海の日(夏季休業～)
23	祝	3			1	スポーツの日
24	土	3			1	
25	日		1		1	
26	月	2		2		
27	火	2		2		
28	水	2		2		
29	木		1		1	
30	金	2		2.5		
31	土	3		2.5		

8月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	日		1		1	
2	月	2		2.5		
3	火	2		2.5		
4	水	2		2.5		
5	木		1		1	
6	金	2		2.5		
7	土	3		2.5		強化週間～
8	日		3		1	
9	祝		1		2.5	山の日
10	火	2		2.5		
11	水	2		2.5		
12	木	2			1	
13	金		1		1	閉庁日
14	土		1		1	閉庁日
15	日		1		1	閉庁日
16	月	2		2.5		
17	火	2		2.5		
18	水	2		2.5		
19	木		1		1	
20	金	2		2		
21	土	8		6		地区新人
22	日	8		7		地区新人
23	月		1		1	課題試験
24	火	2		1		課題試験
25	水	2		2		
26	木		1		1	
27	金	2		2		
28	土	3		2.5		
29	日		1		1	
30	月	2		2		
31	火	2		1		

9月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	水	2		2		
2	木		1		1	
3	金	2		2		強化週間～
4	土	3		2.5		
5	日		1		1	
6	月	2		2		
7	火	2		2		
8	水		1		1	
9	木	2			1	
10	金	2		2		
11	土	3		2.5		
12	日		3		1	
13	月		1		2	
14	火	2		2		
15	水	2			1	
16	木	2		2		
17	金		1		5	県高校新人
18	土		1		5	県高校新人
19	日		1		2	
20	祝		1		5	県高校新人
21	火		1		1	試験前
22	水		1		1	試験前
23	祝		1		1	試験前(秋分の日)
24	金		1		1	期末試験
25	土		1		1	試験期間
26	日		1		1	試験期間
27	月		1		1	期末試験
28	火		1		1	期末試験
29	水	2		1.5		期末試験
30	木	2		1		学期間休業

	計画	実績
平日休養日	5	7
休日休養日	4	4
平日活動時間平均	2.0	2.1
休日活動時間平均	3.0	3.4

	計画	実績
平日休養日	4	4
休日休養日	4	11
平日活動時間平均	3.3	3.6
休日活動時間平均	4.0	2.8

	計画	実績
平日休養日	10	13
休日休養日	6	6
平日活動時間平均	2.1	2.0
休日活動時間平均	3.0	4.5

	計画	実績
平日休養日	5	5
休日休養日	4	6
平日活動時間平均	2.8	2.7
休日活動時間平均	3.6	3.5

	計画	実績
平日休養日	5	6
休日休養日	5	5
平日活動時間平均	2.0	2.2
休日活動時間平均	5.0	4.1

	計画	実績
平日休養日	9	9
休日休養日	7	5
平日活動時間平均	2.0	2.1
休日活動時間平均	3.0	3.4

10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	3		2.5		
3	日		1		1	
4	月	2		2		
5	火	2		2		球技大会
6	水	2		2		球技大会
7	木		1		1	
8	金	2		2		県高総文祭
9	土	3		2.5		県高総文祭
10	日		1		1	県高総文祭
11	月	2		2		
12	火	2		2		
13	水	2		2		
14	木		1		1	
15	金	2		2		
16	土	3		7		鶴岡秋季トライアル
17	日		1		1	
18	月	2		2		
19	火	2		2		
20	水	2		2		生徒総会
21	木		1		1	
22	金	2		2		
23	土	3		1		学校説明会
24	日		1		1	
25	月	2		1.5		
26	火	2		1.5		
27	水	2		1.5		
28	木		1		1	
29	金	2		1.5		②学カテスト
30	土	3		1		①②学カテスト
31	日		1		1	

11月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	月	2		1.5		
2	火	2		1.5		
3	祝		1		4	文化の日
4	木	2			1	
5	金	2		1.5		
6	土	3			1	
7	日		1		1	
8	月	2		1.5		
9	火	2		1.5		
10	水	2		1.5		
11	木		1		1	
12	金</					