

2022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	金	2.5		2		
2	土	2.5		2.5		
3	日		1		1	
4	月	2.5		2		
5	火	2.5		2		
6	水	2.5		2		
7	木		1		1	～年度始休業
8	金	2			1	入学式
9	土	2.5		2.5		
10	日		1		1	
11	月	2		1		課題試験
12	火	2		2		課題試験
13	水	2		1		
14	木		1		1	
15	金	2		1		
16	土	2.5		1		
17	日		1		1	
18	月	2			1	
19	火	2		2		
20	水	2		2		常任委員会
21	木		1		1	
22	金	2		2		部登録
23	土	2.5		2.5		強化週間
24	日		1		1	
25	月	2		2		
26	火	2		2		
27	水	2		2		
28	木		1		1	新体力テスト
29	金	2		2.5		昭和の日④入会
30	土	2.5		2.5		

		計画	実績
平日休養日		4	8
休日休養日		4	5
平日活動時間平均		2.1	2.0
休日活動時間平均		2.5	2.5

5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		
3	祝	2.5		6		県通信
4	祝	2.5		2.5		みどりの日
5	祝		1		1	こどもの日
6	金	2		2		
7	土	8		6/11に振替		地区総体
8	日	8		7		地区総体
9	月		1		1	
10	火	2		2		
11	水	2		2		
12	木		1		1	強化週間
13	金	2		2		
14	土	2.5		2.5		
15	日		1		1	
16	祝	2.5		2.5		4/29代休
17	火	2		2		
18	水	2		2		地区教研
19	木		1		1	生徒総会
20	金	2		2		
21	土	2.5		2.5		
22	日		1		1	
23	月	2		2		
24	火	2		2		
25	水	2		2		
26	木	8		8		県高校総体陸上
27	金	8		8		県高校総体陸上
28	土	8		6/18に振替		県高校総体陸上
29	日	8		7		県高校総体陸上
30	月		1		1	
31	火	2		2		

		計画	実績
平日休養日		4	4
休日休養日		4	5
平日活動時間平均		2.9	2.9
休日活動時間平均		4.9	4.8

6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		県高校総体
4	土	2.5		2.5		県高校総体
5	日		1		1	県高校総体
6	月	2		2		賞状伝達
7	火	2		2		
8	水	2		2		
9	木		1	1.5		試験前
10	金		1	1.5		試験前
11	土		1	1		試験前
12	日		1	7		田川選手権
13	月		1	1		試験前
14	火		1	1		試験前
15	水		1	1		試験前
16	木		1	1		試験前
17	金		1	1		中間試験
18	土		1	1		試験期間
19	日		1	1		試験期間
20	月		1	1		中間試験
21	火	2		2		中間試験
22	水	2		2		
23	木		1		1	
24	金	2		2		
25	土	2.5		7		庄内地区国体予選
26	日		1		1	
27	月	2		2		
28	火	2		1		中央祭準備
29	水	2		1		中央祭準備
30	木	2		1		中央祭準備

		計画	実績
平日休養日		10	11
休日休養日		6	5
平日活動時間平均		2.0	1.9
休日活動時間平均		2.5	5.5

7月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	金		1		1	中央祭
2	土		1		1	中央祭
3	日	2.5		1		
4	祝	2.5		2.5		7/2代休
5	火	2		2		
6	水	2		2		
7	木		1		1	
8	金	2		2		
9	土	2.5		2.5		
10	日		1		1	
11	月	2		2		
12	火	2		2		
13	水	2		1		
14	木		1	2		
15	金	2		6		県選手権
16	土	2.5		8		県選手権
17	日		1	1		
18	祝		1	2.5		海の日
19	火	2		2		
20	水	2		2		
21	木		1		1	
22	金	2		2		
23	土	2.5		2.5		
24	日		1		1	
25	月	2		2		
26	火	2		2		
27	水	2		2		
28	木		1		1	
29	金	2		2		全校集会
30	土	2.5		2.5		夏季休業
31	日		1		1	

		計画	実績
平日休養日		6	6
休日休養日		5	5
平日活動時間平均		2.0	2.3
休日活動時間平均		2.5	3.4

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

		計画	実績
平日休養日		6	5
休日休養日		5	5
平日活動時間平均		2.0	2.3
休日活動時間平均		5.3	5.1

9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		
3	土	2.5		2.5		
4	日		1		1	
5	月	2		2		
6	火	2		2		
7	水		1		1	
8	木	2		2		
9	金	6		6		県高校新人
10	土	8		9/18に振替		県高校新人
11	日	8		8		県高校新人
12	月		1		1	
13	火	2		2		
14	水	2		2		常任委員会
15	木		1		1	試験前
16	金		1		1	試験前
17	土		1		1	試験前
18	日		1		1	試験前
19	祝		1		1	試験前
20	火		1		1	試験前敬老の日
21	水		1		1	試験前
22	木		1		1	期末試験
23	金		1		1	学校説明会
24	土		1		1	試験期間
25	日		1		1	試験期間
26	月		1		1	期末試験
27	火		1		1	期末試験
28	水	2		2		東北高校新人
29	木	2		2		東北高校新人
30	金	2		2		東北高校新人

		計画	実績
平日休養日		11	11
休日休養日		6	6
平日活動時間平均		2.4	2.4
休日活動時間平均		6.2	6.2

10月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土	2.5		2.5		
2	日		1		1	
3	祝	2.5		2.5		9/23代休
4	火	2		2		
5	水	2			1	
6	木		1		2	
7	金	2		2		県高総文祭
8	土	2.5		1		県高総文祭・県新人大会
9	日		1	2.5		県高総文祭・県新人大会
10	祝	2.5		6		酒田スプリント
11	火	2		2		
12	水	2		2		
13	木		1		1	
14	金	2		2		
15	土	2.5		2.5		
16	日		1		1	
17	月	2		2		
18	火	2		2		
19	水	2		2		生徒総会
20	木		1		2	
21	金	2		1		
22	土	2.5		2		
23	日		1	8		酒田選手権
24	月	2		1		
25	火	2		2		
26	水	2		2		
27	木		1		1	
28	金	2		2		②学カテスト
29	土	2.5		1		①②学カテスト
30	日		1		1	
31	月	2		2		

		計画	実績
平日休養日		4	5
休日休養日		5	5
平日活動時間平均		2.0	2.0
休日活動時間平均		2.5	3.7

11月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	