

[様式2]

令和4年度 人吉市立第一中学校 陸上部 [10]月の活動計画 [計画書]

日	曜	活動日に○	主な活動内容	活動時間	活動場所	備考
1	土	6名大会、他学校練習	県中体連大会、学校練習	9:20~中体連、8:00~学校	えがお健康スタジアム、本校グラウンド	
2	日	×				家庭の日
3	月	○	学校練習	放課後~17:45	本校グラウンド	英検I B A
4	火	○	学校練習(1年生のみ)	放課後~17:45	本校グラウンド	職場体験(2年)
5	水	×				職場体験(2年)
6	木	○	学校練習	放課後~17:45	本校グラウンド	郡市中体連推戴式
7	金	○	学校練習	8:00~午前中	本校グラウンド	家庭の時間の日
8	土	○	長距離:試走・短距離:学校	長距離:7:30学校集合、短距離:8:00学校	あさぎり町・学校	
9	日	×				
10	月	×				体育の日
11	火	○	学校練習	放課後~17:15	本校グラウンド	校内研修
12	水	○	学校練習	放課後~17:45	本校グラウンド	
13	木	短× 長○	中体連駅伝大会	放課後~17:45	あさぎり町	中体連駅伝大会
14	金	短○ 長×	学校練習	放課後~17:45	本校グラウンド	
15	土	短○ 長×	スプリント選手権、跳躍記録会	9:00~	えがお健康スタジアム	
16	日	×				
17	月	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	
18	火	○	学校練習	放課後~17:15	本校グラウンド	校内研修
19	水	×				子ども議会
20	木	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	
21	金	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	
22	土	○	学校練習	8:00~午前中	本校グラウンド	
23	日	一名出場	JOC		愛媛総合運動公園競技場	
24	月	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	専門委員会
25	火	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	3年共通テスト
26	水	×				3年共通テスト
27	木	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	
28	金	○	学校練習	放課後~17:30	本校グラウンド	
29	土	○	短距離:秋季陸協記録会、長距離:学校	短距離:9:00~、長距離:8:00~	えがお健康スタジアム・学校	
30	日	×				
31	月	○	学校練習	放課後~17:30		

※ 練習試合や大会等については、別途計画で示します。

活動日 21 日	→	活動内容	練習 短21日 長20日
休養日 10 日		練習試合	0 回
		大会	5 大会
		その他	0 日



※提出時にチェック

<input checked="" type="checkbox"/>	部活動指針に沿って計画した。
-------------------------------------	----------------