

[様式2]

令和4年度 人吉市立第一中学校 水泳部 [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 | ○     | 水中練習   | 8:30~12:00  | 人吉一中           |          |
| 2  | 日 | ×     |        |             |                | 家庭の日     |
| 3  | 月 | ○     | 水中練習   | 放課後~17:45   | 人吉一中           | 英検I B A  |
| 4  | 火 | ×     |        |             |                | 職場体験(2年) |
| 5  | 水 | ×     |        |             |                | 職場体験(2年) |
| 6  | 木 | ○     | 水中練習   | 放課後~17:45   | 人吉一中           | 郡市中体連推戴式 |
| 7  | 金 | ○     | 水中練習   | 12:00~15:30 | 人吉一中           | 家庭の時間の日  |
| 8  | 土 | ×     |        |             |                |          |
| 9  | 日 | ×     |        |             |                |          |
| 10 | 月 | ○     | 水中練習   | 12:00~15:30 | 人吉一中           | 体育の日     |
| 11 | 火 | ○     | 水中練習   | 放課後~17:15   | 人吉一中           | 校内研修     |
| 12 | 水 | ○     | 水中練習   | 放課後~17:45   | 人吉一中           |          |
| 13 | 木 | ×     |        |             |                | 中体連駅伝大会  |
| 14 | 金 | ○     | 水中練習   | 放課後~17:45   | 人吉一中           |          |
| 15 | 土 | ○     | 水中練習   | 12:00~15:30 | 人吉一中           |          |
| 16 | 日 | ×     |        |             |                |          |
| 17 | 月 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           |          |
| 18 | 火 | ×     |        |             |                | 校内研修     |
| 19 | 水 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           | 子ども議会    |
| 20 | 木 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           |          |
| 21 | 金 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           |          |
| 22 | 土 | ×     |        |             |                |          |
| 23 | 日 | ○     | 水中練習   | 8:50~13:30  | 水原市立総合体育館温水プール |          |
| 24 | 月 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           | 専門委員会    |
| 25 | 火 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           | 3年共通テスト  |
| 26 | 水 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           | 3年共通テスト  |
| 27 | 木 | ×     |        |             |                |          |
| 28 | 金 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           |          |
| 29 | 土 | ×     |        |             |                |          |
| 30 | 日 | ○     | 水中練習   | 8:50~13:30  | 水原市立総合体育館温水プール |          |
| 31 | 月 | ○     | ドライランド | 放課後~17:30   | 人吉一中           |          |

※ 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<br>20日 | → | 練習   | 18日 |
| 休養日<br>11日 |   | 練習試合 | 2回  |
|            |   | 大会   | 0大会 |
|            |   | その他  | 0日  |

校長  
確認



※提出時にチェック

部活動指針に沿って計画した。