

[様式2]

令和5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 | 日 | × | 部活動停止 | | | |
| 2 | 月 | ○ | 水中練習 | 放課後～17:45 | 一中プール | |
| 3 | 火 | ○ | 水中練習 | 放課後～17:45 | 一中プール | 2年職場体験 |
| 4 | 水 | × | | | | 2年職場体験, 3年実力テスト |
| 5 | 木 | ○ | 水中練習 | 放課後～17:45 | 一中プール | 3年実力テスト |
| 6 | 金 | ○ | 水中練習 | 放課後～17:45 | 一中プール | 通知表配布 |
| 7 | 土 | ○ | 水中練習 | 9:30～12:00 | 一中プール | |
| 8 | 日 | ○ | 水中練習 | 9:30～12:00 | 一中プール | |
| 9 | 月 | × | | | | 体育の日 |
| 10 | 火 | × | 部活動停止 | | | 家庭の時間の日 |
| 11 | 水 | × | | | | 校内研修 |
| 12 | 木 | ○ | 水中練習 | 放課後～17:45 | 一中プール | |
| 13 | 金 | ○ | 水中練習 | 放課後～17:45 | 一中プール | 中体連駅伝大会 |
| 14 | 土 | ○ | 水中練習 | 9:30～12:00 | 一中プール | |
| 15 | 日 | × | | | | |
| 16 | 月 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 子ども議会 |
| 17 | 火 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 3学年PTA |
| 18 | 水 | × | | | | 校内研修 |
| 19 | 木 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | |
| 20 | 金 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 耕心祭取組 |
| 21 | 土 | ○ | 陸トレ | 8:30～10:30 | 一中 | |
| 22 | 日 | × | | | | |
| 23 | 月 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 専門委員会 |
| 24 | 火 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 3年共通テスト |
| 25 | 水 | × | | | | 3年共通テスト, 職員会議 |
| 26 | 木 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | |
| 27 | 金 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 耕心祭取組 |
| 28 | 土 | ○ | 陸トレ | 8:30～10:30 | 一中 | |
| 29 | 日 | × | | | | |
| 30 | 月 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 耕心祭取組 |
| 31 | 火 | ○ | 陸トレ | 放課後～17:30 | 一中 | 耕心祭取組 |

※ 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 19 日 | → | 活動 内容 | 練習 | 19 日 |
| 休養日 10 日 | | | 練習試合 | 0 回 |
| | | | 大会 | 0 大会 |
| | | | その他 | 0 日 |

| |
|----------|
| 校長 確認 |
| |

※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。 |
|--|