[様式2]

令和5年度 人吉市立第一中学校 ハンドボール部 [1]月の活動計画[計画書]

日曜 活動日に〇 主な活動内容 活動時間 活動場所 備考 1月 × 休養日 冬季休 2火 × 休養日 冬季休 3水 × 休養日 冬季休 4木 〇 午前練習 8:30~11:30 サブグラウンド 冬季休 5金 〇 近県強化錬成会 8:00~17:00 山鹿市 冬季休 7日 日× 家庭の 8月 成果 成人の 9火 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題 10水 X 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 12金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 大事周辺 14日 × 大事人 大事周辺 14日 × 大事周辺 大事月辺 大事月の 大学ののであり、 15月 大田
2 火 × 休養日 冬季休: 3 水 × 株養日 冬季休: 4 木 ○ 午前練習 8:30~11:30 サブグラウンド 冬季休: 5 金 ○ 近県強化錬成会 8:00~17:00 山鹿市 冬季休: 6 土 ○ 近県強化錬成会 8:00~15:00 山鹿市 冬季休: 7 日 × 家庭の 8 月 × 成人のの 9 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 11 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 12 金 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 13 土 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研 18 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語核 20 土 ○ 大部経 クリンペー13:00 人きスポーツパレス ※13(土)結 21 日 × ・ ・ ・ ・ ・ ・
3 水 × 休養日 8:30~11:30 サブグラウンド 冬季休 5 金 ○ 近県強化錬成会 8:00~17:00 山鹿市 冬季休 6 土 ○ 近県強化錬成会 8:00~15:00 山鹿市 冬季休 7 日 × 家庭の 8 月 成人の 9 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題 (株理局でスト・) 10 水 X 11 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド (大学周辺) 12 金 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド (大学周辺) 13 土 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド (大学周辺) 14 日 × 次課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド (大学の研究の) 16 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド (大学の研究の) 大学高校の研究の (大学の研究の) 18 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド (大学高校の) 英語校の (大学高校の) 20 土 ○ 大学高校の (大学の) 人書スポーツバレス (大学の) ※13(土)結 21 日 × ※100~13:00 人書スポーツバレス (大学の) ※13(土)結
4 木 〇 午前練習 8:30~11:30 サブグラウンド 冬季休 5 金 〇 近県強化錬成会 8:00~17:00 山鹿市 冬季休 6 土 〇 近県強化錬成会 8:00~15:00 山鹿市 冬季休 7 日 × 家庭の 8 月 × 成人の 9 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 地業式・課題 放課後~17:15 10 水 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド サブグラウンド 大力 サブグラウンド 地球後線習 放課後~17:15 12 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 校内研 放課後練習 放課後~17:15 14 日 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 校内研 放課後練習 放課後~17:15 17 水 × 水 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語校 20 土 〇 午前練習 り:00~13:00 人言スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
5 金 〇 近県強化錬成会 8:00~17:00 山鹿市 冬季休息 6 土 〇 近県強化錬成会 8:00~15:00 山鹿市 冬季休息 7 日 × 家庭の 家庭の 8 月 × 成人の 成人のの 9 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題 放課後~17:15 サブグラウンド 分別である。 加速度の 対理を表する。 11 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 12 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 大学周辺 大学周辺 14 日 × 15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 校内の 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 技術の 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語校 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人音スポーツパレス ※13(土)結
6 土 〇 近県強化錬成会 8:00~15:00 山鹿市 冬季休息 7 日 × 成人の 8 月 × 成人の 9 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題 10 水 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 12 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 13 土 〇 新人戦 未定 天草周辺 14 日 × 15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 校内研制 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語校 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語校 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結 21 日 × 21 日 × 21 日 × 22 とおおいの 23:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結
7 日 × 家庭の 8 月 × 成人の 9 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題 10 水 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 11 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 12 金 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 13 土 ○ 新人戦 未定 天草周辺 14 日 × 15 月 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 校内研 18 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語核 20 土 ○ ケ前練習 り:00~13:00 人音スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
8 月 × 成人の 9 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題テスト・日 10 水 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 11 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 大学周辺 12 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 大学周辺 14 日 × 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 大学内研究 17 水 × 校内研究 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語校 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人音スポーツパレス ※13(土)結
9 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 始業式・課題
10 水 ×
11 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 12 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 13 土 〇 新人戦 未定 天草周辺 14 日 × 15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 〇 本前練習 9:00~13:00 人言スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
12 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 13 土 〇 新人戦 未定 天草周辺 14 日 × 15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人言スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
13 土 〇 新人戦 未定 天草周辺 14 日 × 15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人音スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
14 日 × 15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研制 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検知 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検知 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人表スポーツパレス ※13(土)結果 21 日 × 21 日 ×
15 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 16 火 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研集 18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人音スポーツパレス ※13(土)結
16 火 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 17 水 × 校内研算 18 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 ○ 午前練習 9:00~13:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
17 水 × 校内研 18 木 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 ○ 午前練習 9:00~13:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
18 木 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 19 金 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結 21 日 X
19 金 O 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド 英語検 20 土 O 午前練習 9:00~13:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結 21 日 X
20 土 〇 午前練習 9:00~13:00 人吉スポーツパレス ※13(土)結 21 日 ×
21 日 ×
22 日 〇 特理後極羽 特理後、1フ・15 サゴグニウンド
22 月 ○ 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド
23 火
24 水 ×
25 木
26 金 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド
27 土 O 午後練習 13:00~16:00or14:00~17:00 一中体育館
28 日 ×
28 日 X 29 月 〇 放課後練習 放課後~17:15 サブグラウンド

※ 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		
休養日		
12 日		

活	練習	16 日
活 動	練習試合	口
内	大会	2 大会
容	その他	B

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。