

[様式2]

令和7年度 人吉市立第一中学校 陸上競技部 [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	水	×				職場体験
2	木	○	練習	16:20~18:05	一中グラウンド	地域文化理解活動 職場体験
3	金	○	練習	16:20~18:05	一中グラウンド	
4	土	○	長のみ 試走	午前中	一中グラウンド	
5	日	×				家庭の日
6	月	○	練習	16:20~18:05	一中グラウンド	
7	火	○	練習	16:20~18:05	一中グラウンド	
8	水	○	練習	16:20~18:05	一中グラウンド	
9	木	○	練習 長のみ	8:00~10:00	一中グラウンド	家族の時間の日
10	金	○	都市中体連駅伝競走大会	終日 短距離は放課後	あさぎり中SG	中体連駅伝大会
11	土	×				
12	日	○	練習	8:00~午前中	一中グラウンド	
13	月	×				スポーツの日
14	火	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	
15	水	○	練習	15:20~17:20	一中グラウンド	校内研修
16	木	×				指定休業日
17	金	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	校内研修
18	土	○	練習	8:00~午前中	一中グラウンド	
19	日	○	JOC全国大会参加	終日	三重県伊勢市	
20	月	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	
21	火	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	合唱コンクール
22	水	×				職員会議
23	木	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	
24	金	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	専門委員会
25	土	○	秋季陸協記録会	終日	えがお健康スタジアム	
26	日	×				
27	月	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	
28	火	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	3年生共通テスト
29	水	×				3年生共通テスト
30	木	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	
31	金	○	練習	16:20~17:50	一中グラウンド	人吉市こども議会

※ 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 23 日	→	活動内容 休養日 8 日	練習 練習試合 大会 その他	20 日 0 回 3 日 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。
-------------------------------------	----------------