

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

01【野球部】

通常練習の活動場所【本校野球場】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	2年新テスト対策模試	○(1年生)	○	8:30	~	11:30	3:00	3:00
2	日		休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			15:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	13:30	~	16:30	3:00	
15	土		○	○	8:30	~	14:30	6:00	
16	日		○	○	8:30	~	14:30	6:00	
17	月		○	○	15:45	~	18:00	2:15	13:00
18	火		休			~			
19	水		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
20	木		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
21	金		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
22	土		○	○	8:00	~	15:00	7:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	○	8:30	~	14:30	6:00	15:45
25	火		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
26	水		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
27	木		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
28	金	2/19振休	○	○	8:30	~	14:30	6:00	
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	15日	月間活動予定時間	46:45
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

02【サッカー部】

通常練習の活動場所【本校グラウンド】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	ハイレベル模試	休			~			0:00
2	日		練習試合	八代工業		~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			3:30
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	14:00	~	15:30	1:30	
15	土		○	○	9:00	~	11:00	2:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	5:30
18	火		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
19	水		休	休		~			
20	木		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
21	金		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
22	土		練習試合	未定		~			
23	日	天皇誕生日	休			~			7:40
24	月	振替休日	○	○	9:00	~	12:00	3:00	
25	火		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
26	水		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
27	木		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
28	金	2/19振休	休			~			
29	土	卒業式予行	○	○	16:50	~	18:00	1:10	

休養日計画	16日	月間活動予定時間	16:40
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

03【陸上競技部】

通常練習の活動場所【学校・県南八代競技場】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		高体連城南地区新人駅伝競走大会	人吉・球磨		~			0:00
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			6:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	14:00	~	17:00	3:00	
15	土		○	○	8:30	~	11:30	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	15:30	~	18:10	2:40	10:40
18	火		○	○	16:30	~	18:10	1:40	
19	水		○	○	16:30	~	18:10	1:40	
20	木		休			~			
21	金		○	○	16:30	~	18:10	1:40	
22	土		○	○	8:30	~	11:30	3:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	○	8:30	~	11:30	3:00	10:40
25	火		○	○	16:30	~	18:10	1:40	
26	水		○	○	16:30	~	18:10	1:40	
27	木		○	○	15:30	~	18:10	2:40	
28	金	2/29振休	休			~			
29	土	卒業式予行	○	○	16:30	~	18:10	1:40	

休養日計画	16日	月間活動予定時間	27:20
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

04【男子ソフトテニス部】

通常練習の活動場所【本校テニスコート】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		○	○	8:00	~	11:30	3:30	3:30
2	日	2年新テニスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			4:45
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	17:00	~	18:15	1:15	
15	土		○	○	8:00	~	11:30	3:30	12:00
16	日		休			~			
17	月		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
18	火		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
19	水		休			~			
20	木		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
21	金		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
22	土		○	○	8:00	~	11:30	3:30	8:30
23	日	天皇誕生日	○	○	8:00	~	11:30	3:30	
24	月	振替休日	休			~			
25	火		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
26	水		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
27	木		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
28	金	2/19振休	○	○	8:00	~	11:30	3:30	
29	土	卒業式予行	○	○	17:00	~	18:15	1:15	

休養日計画	15日	月間活動予定時間	28:45
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

05【女子ソフトテニス部】

通常練習の活動場所【本校テニスコート】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		○	○	8:00	~	11:30	3:30	3:30
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			4:45
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	17:00	~	18:15	1:15	
15	土		○	○	8:00	~	11:30	3:30	12:00
16	日		休			~			
17	月		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
18	火		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
19	水		休			~			
20	木		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
21	金		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
22	土		○	○	8:00	~	11:30	3:30	8:30
23	日	天皇誕生日	○	○	8:00	~	11:30	3:30	
24	月	振替休日	休			~			
25	火		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
26	水		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
27	木		○	○	17:00	~	18:15	1:15	
28	金	2/19振休	○	○	8:00	~	11:30	3:30	
29	土	卒業式予行	○	○	17:00	~	18:15	1:15	

休養日計画	15日	月間活動予定時間	28:45
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

06【男子テニス部】

通常練習の活動場所【八代市テニスコート】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		○	○	14:00	~	17:00	3:00	3:00
2	日	2年新テニスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			6:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	千丁テニスコート	14:00	~	17:00	3:00	
15	土		○	本校テニスコート	9:00	~	12:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	11:00
18	火		○	本校テニスコート	16:00	~	18:00	2:00	
19	水		○	○	17:00	~	18:30	1:30	
20	木		休			~			
21	金		○	○	16:00	~	18:30	2:30	
22	土		○	○	9:00	~	12:00	3:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	千丁テニスコート	9:00	~	12:00	3:00	9:00
25	火		○	本校テニスコート	16:00	~	18:00	2:00	
26	水		○	○	17:00	~	18:30	1:30	
27	木		休			~			
28	金	2/19振休	○	○	16:00	~	18:30	2:30	
29	土	卒業式予行	○	○		~			

休養日計画	16日	月間活動予定時間	29:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

07【女子テニス部】

通常練習の活動場所【 学校or八代市テニスコート(旧八代コミュニティ) 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	2年新テスト対策模試	休			~			4:00
2	日		○	○	9:00	~	13:00	4:00	
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			3:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	14:00	~	17:00	3:00	
15	土		中高一貫校大会	エコパーク水俣		~			
16	日		練習試合	エコパーク水俣		~			
17	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	8:00
18	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
19	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
20	木		休			~			
21	金		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
22	土		休			~			
23	日	天皇誕生日	練習試合	植木中央公園		~			10:00
24	月	振替休日	練習試合	植木中央公園		~			
25	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
26	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
27	木		休		16:30	~	18:30	2:00	
28	金	2/19振休	○	○	16:30	~	18:30	2:00	
29	土	卒業式予行	○	○	16:30	~	18:30	2:00	

休養日計画	15日	月間活動予定時間	25:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

08【男子バスケットボール部】

通常練習の活動場所【本校第一体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間		日計	週計
1	土		休			~		3:00
2	日	2年新テスト対策模試	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
3	月	職員会議	休			~		0:00
4	火		休			~		
5	水	午前中授業	休			~		
6	木		休			~		
7	金		休			~		
8	土		休			~		
9	日		休			~		
10	月	学年末考査	休			~		5:30
11	火	建国記念日	休			~		
12	水	学年末考査	休			~		
13	木	学年末考査	休			~		
14	金	学年末考査	○	○	13:00	~ 15:30	2:30	
15	土		休			~		
16	日		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	7:30
17	月		○	○	15:50	~ 18:00	2:10	
18	火		休			~		
19	水		○	○	16:50	~ 18:00	1:10	
20	木		○	○	16:50	~ 18:00	1:10	
21	金		休			~		
22	土		休			~		8:20
23	日	天皇誕生日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
24	月	振替休日	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
25	火		休			~		
26	水		○	○	16:50	~ 18:00	1:10	
27	木		○	○	16:50	~ 18:00	1:10	
28	金	2/19振休	○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
29	土	卒業式予行	休			~		

休養日計画	18日	月間活動予定時間	24:20
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

09【女子バスケットボール部】

通常練習の活動場所【本校第一体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		休			~			3:00
2	日	2年新テスト対策模試	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			5:30
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	13:00	~	15:30	2:30	
15	土		休			~			
16	日		○	○	8:00	~	11:00	3:00	7:30
17	月		○	○	15:50	~	18:00	2:10	
18	火		休			~			
19	水		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
20	木		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
21	金		休			~			
22	土		休			~			8:20
23	日	天皇誕生日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
24	月	振替休日	○	○	14:00	~	17:00	3:00	
25	火		休			~			
26	水		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
27	木		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
28	金	2/19振休	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	18日	月間活動予定時間	24:20
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

10【男子バレーボール部】

通常練習の活動場所【 第一・第二体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		休			~			3:00
2	日	2年新テスト対策模試	○	○	9:00	~	12:00	3:00	
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			5:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	13:30	~	15:30	2:00	
15	土		○	○	13:00	~	16:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	運動場	16:45	~	18:00	1:15	9:15
18	火		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
19	水		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
20	木		休		16:45	~	18:00	1:15	
21	金		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
22	土		○	○	9:00	~	12:00	3:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	8:30
25	火		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
26	水		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
27	木		休			~			
28	金	2/19振休	○	○	14:00	~	17:00	3:00	
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	17日	月間活動予定時間	25:45
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

11【女子バレーボール部】

通常練習の活動場所【本校第1、第2体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	2年新テスト対策模試	休			~			4:00
2	日		○	本校第1体育館	8:00	~	12:00	4:00	
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			7:30
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	本校第1体育館	13:00	~	16:30	3:30	
15	土		○	本校第1体育館	8:00	~	12:00	4:00	
16	日		休			~			
17	月		○	本校第1体育館	16:45	~	18:00	1:15	13:00
18	火		○	本校第1体育館	16:45	~	18:00	1:15	
19	水		○	本校第1体育館	16:45	~	18:00	1:15	
20	木		休			~			
21	金		○	本校第1体育館	16:45	~	18:00	1:15	
22	土		○	本校第1体育館	8:00	~	12:00	4:00	
23	日	天皇誕生日	○	本校第1体育館	8:00	~	12:00	4:00	
24	月	振替休日	休			~			10:00
25	火		○	本校第1体育館	16:45	~	18:00	1:15	
26	水		○	本校第1体育館	16:45	~	18:00	1:15	
27	木		休			~			
28	金	2/19振休	○	本校第1体育館	8:00	~	12:00	4:00	
29	土	卒業式予行	○	本校第1体育館	13:00	~	16:30	3:30	

休養日計画	16日	月間活動予定時間	34:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

12【水泳部】

通常練習の活動場所【 プール・トレーニングルーム 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		休			~			0:00
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			0:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	休			~			
15	土		休			~			
16	日		休			~			
17	月		休			~			1:00
18	火		休			~			
19	水		休			~			
20	木		基礎体力づくり	トレーニングルーム	16:30	~	17:30	1:00	
21	金		休			~			
22	土		休			~			
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	休			~			1:00
25	火		休			~			
26	水		休			~			
27	木		基礎体力づくり	トレーニングルーム	16:30	~	17:30	1:00	
28	金	2/19振休	休			~			
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	27日	月間活動予定時間	2:00
-------	-----	----------	------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

13【柔道部】

通常練習の活動場所【本校柔道場】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		○		8:30	~	11:30	3:00	3:00
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			5:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	13:30	~	15:30	2:00	
15	土		○	○	8:30	~	11:30	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	15:45	~	17:45	2:00	11:45
18	火		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
19	水		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
20	木		休			~			
21	金		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
22	土		○	○	8:30	~	11:30	3:00	
23	日	天皇誕生日	○	○	8:30	~	11:30	3:00	
24	月	振替休日	休			~			6:45
25	火		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
26	水		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
27	木		休			~			
28	金	2/19振休	○	○	8:30	~	11:30	3:00	
29	土	卒業式予行	○	○	16:45	~	18:00	1:15	

休養日計画	16日	月間活動予定時間	26:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

14【剣道部】

通常練習の活動場所【剣道場】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		休			~			0:00
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			9:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	剣道場	13:30	~	16:30	3:00	
15	土		○	剣道場	9:00	~	12:00	3:00	
16	日		○	剣道場	9:00	~	12:00	3:00	
17	月		○	剣道場	15:45	~	18:00	2:15	9:00
18	火		休			~			
19	水		○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	
20	木		○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	
21	金		○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	
22	土		○	剣道場	9:00	~	12:00	3:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	剣道場	9:00	~	12:00	3:00	11:00
25	火		○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	
26	水		○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	
27	木		○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	
28	金	2/19振替	○	剣道場	9:00	~	12:00	3:00	
29	土	卒業式予行	○	剣道場	16:45	~	18:00	1:15	

休養日計画	15日	月間活動予定時間	29:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

15【空手道部】

通常練習の活動場所【トレーニングルーム】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	2年新テスト対策模試	休			~			3:00
2	日		合同練習(八代工業)	未定	9:00	~	12:00	3:00	
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業(①②③④)	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			6:00
11	火	建国記念日	1・2年生大会	八代市総合体育館		~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	13:30	~	16:30	3:00	
15	土	ハイレベル模試(2年)	○	○	9:00	~	12:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	15:50	~	18:00	2:10	8:40
18	火	施錠	○	○	16:50	~	18:00	1:10	
19	水		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
20	木		休			~			
21	金		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
22	土		○	○	9:00	~	12:00	3:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	○	9:00	~	12:00	3:00	10:30
25	火	施錠	○	○	16:50	~	18:00	1:10	
26	水		○	○	16:50	~	18:00	1:10	
27	木		休			~			
28	金	2/19振休	○	○	9:00	~	12:00	3:00	
29	土	卒業式予行	○	○	15:50	~	18:00	2:10	

休養日計画	15日	月間活動予定時間	28:10
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

16【男子卓球部】

通常練習の活動場所【第一体育館・第二体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		公式戦	山鹿市体育館	8:00	~	16:00	8:00	8:00
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			6:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	第一体育館	15:30	~	18:30	3:00	
15	土		○	第一体育館	8:00	~	11:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	第一体育館	16:00	~	18:30	2:30	12:30
18	火		○	第一体育館	16:30	~	18:30	2:00	
19	水		休			~			
20	木		○	第一体育館	16:30	~	18:30	2:00	
21	金		○	第一体育館	16:30	~	18:30	2:00	
22	土		○	第二体育館	12:00	~	16:00	4:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	第一体育館	11:00	~	14:00	3:00	10:00
25	火		○	第一体育館	16:30	~	18:30	2:00	
26	水		休			~			
27	木		○	第一体育館	16:30	~	18:30	2:00	
28	金	2/19振休	○	第一体育館	8:00	~	11:00	3:00	
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	17日	月間活動予定時間	36:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

17【女子卓球部】

通常練習の活動場所【本校体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土		★熊本県高等学校卓球新人個人戦	山鹿市総合体育館		~			0:00
2	日	2年新テスト対策模試	休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			5:30
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	15:30	~	18:00	2:30	
15	土		○	○	9:00	~	12:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	15:30	~	18:00	2:30	10:00
18	火		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
19	水		休			~			
20	木		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
21	金		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
22	土		○	○	12:00	~	15:00	3:00	
23	日	天皇誕生日	休			~			6:00
24	月	振替休日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
25	火		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
26	水		休			~			
27	木		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
28	金	2/19振休	○	○		~			
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	17日	月間活動予定時間	21:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

18【男子バドミントン部】

通常練習の活動場所【第一体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	2年新テスト対策模試	休			~			0:00
2	日		休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			5:30
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	15:30	~	18:00	2:30	
15	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	15:40	~	18:00	2:20	8:50
18	火		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
19	水		休			~			
20	木		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
21	金		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
22	土		○	○	15:30	~	18:00	2:30	
23	日		休			~			
24	月	振替休日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	8:40
25	火		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
26	水		休			~			
27	木		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
28	金	2/29振休	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	18日	月間活動予定時間	23:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

19【女子バドミントン部】

通常練習の活動場所【第一体育館】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	2年新テスト対策模試	休			~			0:00
2	日		休			~			
3	月	職員会議	休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日		休			~			
10	月	学年末考査	休			~			5:30
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	15:30	~	18:00	2:30	
15	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	○	15:40	~	18:00	2:20	6:20
18	火		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
19	水		休			~			
20	木		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
21	金		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
22	土		練習試合	○		~			
23	日	天皇誕生日	休			~			
24	月	振替休日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	8:40
25	火		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
26	水		休			~			
27	木		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
28	金	2/29振休	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
29	土	卒業式予行	休			~			

休養日計画	18日	月間活動予定時間	20:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

2月 計画

別紙 4

令和元年度(2019年度)

2月

活動計画

20【弓道部】

通常練習の活動場所【本校弓道場】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	土	ハイレベル模試 2年新テスト対策模試	★1年生弓道大会	植木弓道場		~			0:00
2	日	【熊本審査】	休			~			
3	月		休			~			0:00
4	火		休			~			
5	水	午前中授業	休			~			
6	木		休			~			
7	金		休			~			
8	土		休			~			
9	日	【ぼんべいゆ弓道大会】	休			~			
10	月	学年末考査	休			~			6:00
11	火	建国記念日	休			~			
12	水	学年末考査	休			~			
13	木	学年末考査	休			~			
14	金	学年末考査	○	○	13:30	~	16:30	3:00	
15	土		○	八代市営弓道場	14:30	~	17:30	3:00	
16	日		休			~			
17	月		○	八代市営弓道場	16:00	~	18:00	2:00	8:45
18	火		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
19	水		休			~			
20	木		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
21	金		○	○	16:45	~	18:00	1:15	
22	土		○	八代市営弓道場	14:30	~	17:30	3:00	
23	日	天皇誕生日 英検(二次)	休			~			
24	月	振替休日	○	八代市営弓道場	14:30	~	17:30	3:00	11:00
25	火	月曜日課	○	○	16:00	~	18:00	2:00	
26	水		休			~			
27	木	短縮授業	○	○	16:15	~	18:00	1:45	
28	金	2/29振休	○	○	8:30	~	11:30	3:00	
29	土	卒業式予行	○	○	16:45	~	18:00	1:15	

休養日計画	16日	月間活動予定時間	25:45
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。