7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 野球部 】

通常練習の活動場所【 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	木		○	○	16:55	～	18:30	1:35	6:10
2	金		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
3	土	進研記述模試(全学年)		○	14:00	～	17:00	3:00	
4	日		練習試合	熊本西G		～			
5	月	除草作業	○	○	16:00	～	18:30	2:30	11:15
6	火		休			～			
7	水		○		16:55	～	18:30	1:35	
8	木		○		16:55	～	18:30	1:35	
9	金		○		16:55	～	18:30	1:35	
10	土		開会式			～			
11	日		○		8:00	～	12:00	4:00	15:40
12	月	学習激励会	○		16:00	～	18:30	2:30	
13	火		休			～			
14	水		○		16:55	～	18:30	1:35	
15	木	クラスマッチ3年	○		16:55	～	18:30	1:35	
16	金	終業式	○		13:00	～	16:00	3:00	
17	土		○		8:30	～	12:00	3:30	11:00
18	日		○		8:30	～	12:00	3:30	
19	月	追考査・特別学習	休			～			
20	火		○		13:30	～	16:30	3:00	
21	水		夏の大会準々決勝			～			
22	木	海の日	○		8:00	～	12:00	4:00	
23	金	スポーツの日	○		8:00	～	12:00	4:00	7:00
24	土		夏の大会準決勝			～			
25	日		休			～			
26	月		夏の大会決勝			～			
27	火		休			～			
28	水		休			～			
29	木	インターシップ1・2年	休			～			7:00
30	金		○	○	13:30	～	16:30	3:00	
31	土		○	○	8:00	～	12:00	4:00	

休養日計画	7日	月間活動予定時間	51:05
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 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	木		○	○	17:00	～	19:00	2:00	6:30
2	金		○	○	17:00	～	19:00	2:00	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	13:00	～	15:30	2:30	
4	日		休			～			
5	月	除草作業	○	○	16:00	～	18:00	2:00	13:30
6	火		○	○	17:00	～	19:00	2:00	
7	水		休			～			
8	木		○	○	17:00	～	19:00	2:00	
9	金		○	○	17:00	～	19:00	2:00	
10	土		リーグ戦	熊エグラウンド	8:00	～	13:30	5:30	
11	日		休			～			
12	月	学習激励会	○	○	16:00	～	18:00	2:00	12:00
13	火		○	○	17:00	～	19:00	2:00	
14	水		休			～			
15	木	クラスマッチ3年	○	○	17:00	～	19:00	2:00	
16	金	終業式	○	○	17:00	～	19:00	2:00	
17	土		リーグ戦	秀岳館グラウンド	14:00	～	18:00	4:00	
18	日		休			～			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:00	～	15:30	2:30	18:30
20	火		○	○	13:00	～	15:30	2:30	
21	水		○	○	13:00	～	15:30	2:30	
22	木	海の日	リーグ戦	翔陽グラウンド	7:30	～	13:30	6:00	
23	金	スポーツの日	休			～			
24	土		○	○	8:00	～	10:30	2:30	
25	日		○	○	8:00	～	10:30	2:30	
26	月		休			～			10:00
27	火		○	○	13:00	～	15:30	2:30	
28	水		○	○	13:00	～	15:30	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	○	○	13:00	～	15:30	2:30	
30	金		○	○	13:00	～	15:30	2:30	
31	土		休			～			

休養日計画	8日	月間活動予定時間	60:30
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 陸上競技部 】

通常練習の活動場所【 学校及び県南八代競技場 】

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	木		休		~			5:00
2	金		○	○	16:30	~ 18:30	2:00	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	15:30	~ 18:30	3:00	9:00
6	火		○	○	16:30	~ 18:30	2:00	
7	水		○	○	16:30	~ 18:30	2:00	
8	木		休		~			
9	金		○	○	16:30	~ 18:30	2:00	
10	土		県選手権	えがお健康スタジアム	~			
11	日		県選手権	えがお健康スタジアム	~			
12	月	学習激励会	休		~			10:00
13	火		○	○	16:30	~ 18:30	2:00	
14	水		○	○	16:30	~ 18:30	2:00	
15	木	クラスマッチ3年	休		~			
16	金	終業式	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
17	土		○	○	8:30	~ 11:30	3:00	
18	日		休		~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	15:00
20	火	課外	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
21	水	課外	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
22	木	海の日	休		~			
23	金	スポーツの日	○	○	8:30	~ 11:30	3:00	
24	土		○	○	8:30	~ 11:30	3:00	
25	日		休		~			
26	月	課外	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	14:00
27	火	課外	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
28	水	課外	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
29	木	インターシップ1・2年	○	○	8:30	~ 10:30	2:00	
30	金	↓	○	○	8:30	~ 11:30	3:00	
31	土	人権研修	休		~			

休養日計画	9日	月間活動予定時間	53:00
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

ソフトテニス(男子)

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	木		休	休	~			2:05
2	金		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
3	土	進研記述模試(全学年)	休	休	~			
4	日		○	○	~			
5	月	除草作業	○	○	4:40	~ 6:45	2:05	11:20
6	火		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
7	水		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
8	木		休	休	~			
9	金		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
10	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
11	日		休	休	~			12:15
12	月	学習激励会	○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
13	火		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
14	水		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
15	木	クラスマッチ3年	休	休	~			
16	金	終業式	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
17	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	15:00
18	日		休	休	~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
20	火		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
21	水		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
22	木	海の日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
23	金	スポーツの日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	15:00
24	土		休	休	~			
25	日		休	休	~			
26	月		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
27	火		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
28	水		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
29	木	インターシップ1・2年	休	休	~			15:00
30	金		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
31	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	

休養日計画	9日	月間活動予定時間	55:40
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【ソフトテニス部(女子)】

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	木		休	休		~		2:05
2	金		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
3	土	進研記述模試(全学年)	休	休		~		
4	日		○	○		~		
5	月	除草作業	○	○	4:40	~ 6:45	2:05	11:20
6	火		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
7	水		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
8	木		休	休		~		
9	金		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
10	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
11	日		休	休		~		
12	月	学習激励会	○	○	4:40	~ 6:45	2:05	12:15
13	火		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
14	水		○	○	4:40	~ 6:45	2:05	
15	木	クラスマッチ3年	休	休		~		
16	金	終業式	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
17	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
18	日		休	休		~		
19	月	追考査・特別学習	○	○	14:00	~ 17:00	3:00	15:00
20	火		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
21	水		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
22	木	海の日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
23	金	スポーツの日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
24	土		休	休		~		
25	日		休	休		~		
26	月		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	15:00
27	火		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
28	水		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
29	木	インターシップ1・2年	休	休		~		
30	金		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
31	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	

休養日計画	9日	月間活動予定時間	55:40
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【テニス部男子】

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	木		○	○	16:45	～	18:30	1:45	3:45
2	金		○	八代市テニスコート	17:00	～	19:00	2:00	
3	土	進研記述模試(全学年)	休			～			
4	日		休			～			
5	月	除草作業	○	八代市テニスコート	16:00	～	18:00	2:00	10:30
6	火		○	○	16:45	～	18:30	1:45	
7	水		休			～			
8	木		○	○	16:45	～	18:30	1:45	
9	金		○	八代市テニスコート	17:00	～	19:00	2:00	
10	土		○	鏡テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月	学習激励会	○	八代市テニスコート	16:00	～	18:00	2:00	13:00
13	火		○	○	16:45	～	18:30	1:45	
14	水		休			～			
15	木	クラスマッチ3年	○	○	16:45	～	18:30	1:45	
16	金	終業式	○	千丁テニスコート	14:00	～	17:00	3:00	
17	土		練習試合	宇土市テニスコート	8:30	～	13:00	4:30	
18	日		休			～			
19	月	追考査・特別学習	○	千丁テニスコート	14:00	～	17:00	3:00	12:00
20	火		○	○	14:00	～	17:00	3:00	
21	水		休			～			
22	木	海の日	○	鏡テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
23	金	スポーツの日	○	千丁テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
24	土		★夏季大会	熊本市		～			
25	日		休			～			
26	月		○	千丁テニスコート	14:00	～	17:00	3:00	12:00
27	火		○	○	14:00	～	17:00	3:00	
28	水		休			～			
29	木	インターシップ1・2年	○	○	9:00	～	12:00	3:00	
30	金		○	千丁テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
31	土		休			～			

休養日計画	10日	月間活動予定時間	51:15
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 女子テニス部 】

通常練習の活動場所【学校orコミュニティor千丁】

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	木		休		~			5:00
2	金		○	○	17:00	~ 19:00	2:00	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	13:00	~ 16:00	3:00	
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	11:00
6	火		○	○	17:00	~ 19:00	2:00	
7	水		○	○	17:00	~ 19:00	2:00	
8	木		休		~			
9	金		○	○	17:00	~ 19:00	2:00	
10	土		○	○	9:00	~ 12:00	3:00	
11	日		休		~			9:00
12	月	学習激励会	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
13	火		○	○	17:00	~ 19:00	2:00	
14	水		○	○	17:00	~ 19:00	2:00	
15	木	クラスマッチ3年	休		~			
16	金	終業式	○	○	13:00	~ 16:00	3:00	
17	土		中高一貫校大会		~			9:00
18	日		休		~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	14:00	~ 16:00	2:00	
20	火		○	○	14:00	~ 16:00	2:00	
21	水		○	○	14:00	~ 16:00	2:00	
22	木	海の日	休		~			
23	金	スポーツの日	○	○	9:00	~ 12:00	3:00	9:00
24	土		夏季テニス選手権		~			
25	日		休		~			
26	月		○	○	14:00	~ 16:00	2:00	
27	火		○	○	14:00	~ 16:00	2:00	11:00
28	水		○	○	14:00	~ 16:00	2:00	
29	木	インターシップ1・2年	休		~			
30	金		○	○	9:00	~ 11:00	2:00	
31	土		○	○	9:00	~ 12:00	3:00	

休養日計画	9日	月間活動予定時間	45:00
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【男子バスケットボール部】

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	木		○	○	16:50	～	18:30	1:40	4:40
2	金		休			～			
3	土	進研記述模試(全学年)	休			～			
4	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
5	月	除草作業	○	○	15:50	～	18:30	2:40	9:00
6	火		休			～			
7	水		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
8	木		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
9	金		休			～			
10	土		休			～			
11	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
12	月	学習激励会	○	○	15:50	～	18:30	2:40	11:30
13	火		休			～			
14	水		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
15	木	クラスマッチ3年	○	○	16:50	～	18:30	1:40	
16	金	終業式	○	○	13:20	～	15:50	2:30	
17	土		休			～			
18	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
19	月	追考査・特別学習	○	○	15:50	～	18:30	2:40	11:20
20	火		休			～			
21	水		○	○	15:50	～	18:30	2:40	
22	木	海の日	休			～			
23	金	スポーツの日	○	○	11:00	～	14:00	3:00	
24	土		休			～			
25	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
26	月		○	○	13:20	～	15:50	2:30	7:30
27	火		休			～			
28	水		○	○	13:20	～	15:50	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	○	○	13:20	～	15:50	2:30	
30	金		休			～			
31	土		休			～			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	44:00
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【女子バスケットボール部】

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	木		○	○	16:50	～	18:30	1:40	4:40
2	金		休			～			
3	土	進研記述模試(全学年)	休			～			
4	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
5	月	除草作業	○	○	15:50	～	18:30	2:40	9:00
6	火		休			～			
7	水		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
8	木		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
9	金		休			～			
10	土		休			～			
11	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
12	月	学習激励会	○	○	15:50	～	18:30	2:40	11:30
13	火		休			～			
14	水		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
15	木	クラスマッチ3年	○	○	16:50	～	18:30	1:40	
16	金	終業式	○	○	13:20	～	15:50	2:30	
17	土		休			～			
18	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
19	月	追考査・特別学習	○	○	15:50	～	18:30	2:40	11:20
20	火		休			～			
21	水		○	○	15:50	～	18:30	2:40	
22	木	海の日	休			～			
23	金	スポーツの日	○	○	11:00	～	14:00	3:00	
24	土		休			～			
25	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
26	月		○	○	13:20	～	15:50	2:30	7:30
27	火		休			～			
28	水		○	○	13:20	～	15:50	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	○	○	13:20	～	15:50	2:30	
30	金		休			～			
31	土		休			～			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	44:00
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【男子バレーボール部】

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	木		○	○	16:40	～	18:30	1:50	6:40
2	金		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	第二体育館	11:00	～	14:00	3:00	
4	日		休			～			
5	月	除草作業	休			～			8:30
6	火		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
7	水		休			～			
8	木		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
9	金		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休			～			9:10
12	月	学習激励会	休			～			
13	火		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
14	水		休			～			
15	木	クラスマッチ3年	○	○	16:40	～	18:30	1:50	
16	金	終業式	○	○	13:20	～	15:50	2:30	
17	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	11:30
18	日		休			～			
19	月	追考査・特別学習	休			～			
20	火		○	○	13:20	～	15:50	2:30	
21	水		休			～			
22	木	海の日	○	○	8:00	～	11:00	3:00	
23	金	スポーツの日	休			～			9:00
24	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
25	日		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
26	月		休			～			
27	火		○	第二体育館	11:00	～	14:00	3:00	
28	水		休			～			
29	木	インターシップ1・2年	○	第二体育館	11:00	～	14:00	3:00	9:00
30	金		○	第二体育館	11:00	～	14:00	3:00	
31	土		休			～			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	44:50
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 女子バレーボール部 】

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	木		○	○	16:40	～	18:30	1:50	6:10
2	金		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	第二体育館	13:20	～	15:50	2:30	
4	日		休			～			
5	月	除草作業	休			～			8:30
6	火		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
7	水		休			～			
8	木		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
9	金		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休			～			8:30
12	月	学習激励会	休			～			
13	火		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
14	水		休			～			
15	木	クラスマッチ3年	○	○	16:40	～	18:30	1:50	
16	金	終業式	○	○	16:40	～	18:30	1:50	
17	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	11:30
18	日		休			～			
19	月	追考査・特別学習	休			～			
20	火		○	○	13:20	～	15:50	2:30	
21	水		休			～			
22	木	海の日	○	○	8:00	～	11:00	3:00	
23	金	スポーツの日	休			～			7:30
24	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
25	日		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
26	月		休			～			
27	火		○	第二体育館	13:20	～	15:50	2:30	
28	水		休			～			
29	木	インターシップ1・2年	○	第二体育館	13:20	～	15:50	2:30	7:30
30	金		○	第二体育館	13:20	～	15:50	2:30	
31	土		休			～			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	42:10
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【水泳部】

通常練習の活動場所【プール】

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	木		休		~			0:00
2	金		休		~			
3	土	進研記述模試(全学年)	休		~			
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	4:00
6	火		休		~			
7	水		休		~			
8	木		休		~			
9	金		休		~			
10	土		○	○	10:00	~ 12:00	2:00	
11	日		休		~			1:00
12	月	学習激励会	○	○	16:00	~ 17:00	1:00	
13	火		休		~			
14	水		休		~			
15	木	クラスマッチ3年	○		~			
16	金	終業式	休		~			
17	土		九州大会(鹿児島)		~			2:00
18	日		九州大会(鹿児島)		~			
19	月	追考査・特別学習	九州大会(鹿児島)		~			
20	火		休		~			2:00
21	水		休		~			
22	木	海の日	休		~			
23	金	スポーツの日	休		~			
24	土		○	まる	10:00	~ 12:00	2:00	
25	日		休		~			
26	月		休		~			0:00
27	火		休		~			
28	水		休		~			
29	木	インターシップ1・2年	休		~			
30	金		休		~			
31	土		休		~			

休養日計画	23日	月間活動予定時間	7:00
-------	-----	----------	------

7月 計画

別紙 4

令和2年度(2020年度)

7月

活動計画

【柔道部】

通常練習の活動場所【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	水		休		～		0:00
2	木		休		～		
3	金		休		～		
4	土		休		～		
5	日		休		～		
6	月		休		～	0:00	
7	火		休		～		
8	水		休		～		
9	木		休		～		
10	金		休		～		
11	土		休		～	0:00	
12	日		休		～		
13	月		休		～		
14	火		休		～		
15	水		休		～		
16	木		休		～	0:00	
17	金	終業式	休		～		
18	土		休		～		
19	日		休		～		
20	月		休		～		0:00
21	火		休		～		
22	水		休		～		
23	木	海の日	休		～		
24	金	スポーツの日	休		～		
25	土		休		～	0:00	
26	日		休		～		
27	月		休		～		
28	火		休		～		
29	水		休		～		
30	木		休		～	0:00	
31	金		休		～		

休養日計画	31日	月間活動予定時間	0:00
-------	-----	----------	------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 剣道部 】

通常練習の活動場所【 本校剣道場 】

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	木		○	○	16:55	～	18:30	1:35	7:10
2	金		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
3	土	進研記述模試(全学年)	休			～			
4	日		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
5	月	除草作業	○	○	15:55	～	18:00	2:05	10:50
6	火		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
7	水		休						
8	木		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
9	金		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
10	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
11	日		休			～			12:15
12	月	学習激励会	○	○	15:55	～	18:00	2:05	
13	火		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
14	水		○	○	16:55	～	18:30	1:35	
15	木	クラスマッチ3年	休			～			
16	金	終業式	○	○	13:30	～	16:30	3:00	
17	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	15:30
18	日		休			～			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:30	～	16:00	2:30	
20	火		○	○	13:30	～	16:00	2:30	
21	水		○	○	13:30	～	16:00	2:30	
22	木	海の日	休			～			
23	金	スポーツの日	○	○	8:30	～	12:30	4:00	12:30
24	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
25	日		休			～			
26	月		○	○	13:30	～	16:00	2:30	
27	火		○	○	13:30	～	16:30	3:00	12:30
28	水		○	○	13:30	～	16:30	3:00	
29	木	インターシップ1・2年	休			～			
30	金		休			～			
31	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	

休養日計画	9日	月間活動予定時間	58:15
-------	----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 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	木		休	休	~			1:50
2	金		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	
3	土	進研記述模試(全学年)	休		~			
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	16:00	~ 18:30	2:30	6:10
6	火		休	休	~			
7	水		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	
8	木		休	休	~			
9	金		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	
10	土		休		~			
11	日		休		~			
12	月	学習激励会	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	5:20
13	火		休	休	~			
14	水		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	
15	木	クラスマッチ3年	休	休	~			
16	金	終業式	○	○	11:00	~ 12:30	1:30	
17	土		休		~			
18	日		休		~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:30	~ 16:30	3:00	6:00
20	火		休	休	~			
21	水		○	○	13:30	~ 16:30	3:00	
22	木	海の日	休		~			
23	金	スポーツの日	休		~			
24	土		休		~			
25	日		休		~			
26	月		○	○	13:30	~ 16:30	3:00	6:00
27	火		休	休	~			
28	水		○	○	13:30	~ 16:30	3:00	
29	木	インターシップ ¹ ・2年	休	休	~			
30	金	インターシップ ¹ ・2年	休	休	~			
31	土		休		~			

休養日計画	20日	月間活動予定時間	25:20
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 男子卓球部 】

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	木		休		~			4:10
2	金		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	15:50	~ 18:30	2:40	10:40
6	火		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
7	水		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
8	木		休		~			
9	金		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
10	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
11	日		休		~			11:30
12	月	学習激励会	○	○	15:50	~ 18:30	2:40	
13	火		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
14	水		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
15	木	クラスマッチ3年	休		~			
16	金	終業式	○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
17	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	13:30
18	日		休		~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
20	火		○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
21	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
22	木	海の日	休		~			
23	金	スポーツの日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	10:00
24	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
25	日		休		~			
26	月		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
27	火		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	10:00
28	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	休		~			
30	金		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
31	土		休		~			

休養日計画	10日	月間活動予定時間	49:50
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 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	木		休			~		4:10
2	金		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
4	日		休			~		
5	月	除草作業	○	○	15:50	~ 18:30	2:40	10:40
6	火		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
7	水		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
8	木		休			~		
9	金		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
10	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
11	日		休			~		11:30
12	月	学習激励会	○	○	15:50	~ 18:30	2:40	
13	火		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
14	水		○	○	16:50	~ 18:30	1:40	
15	木	クラスマッチ3年	休			~		
16	金	終業式	○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
17	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	13:30
18	日		休			~		
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
20	火		○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
21	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
22	木	海の日	休			~		
23	金	スポーツの日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	10:00
24	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
25	日		休			~		
26	月		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
27	火		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	10:00
28	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	休			~		
30	金		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
31	土		休			~		

休養日計画	10日	月間活動予定時間	49:50
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 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	木		休		~			4:30
2	金		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	16:00	~ 18:30	2:30	10:00
6	火		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
7	水		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
8	木		休		~			
9	金		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
10	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
11	日		休		~			11:00
12	月	学習激励会	○	○	16:00	~ 18:30	2:30	
13	火		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
14	水		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
15	木	クラスマッチ3年	休		~			
16	金	終業式	○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
17	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	13:30
18	日		休		~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
20	火		○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
21	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
22	木	海の日	○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
23	金	スポーツの日	休		~			7:30
24	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
25	日		休		~			
26	月		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
27	火		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	7:30
28	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	休		~			
30	金		休		~			
31	土		休		~			

休養日計画	11日	月間活動予定時間	46:30
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【 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	木		休		~			4:30
2	金		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
3	土	進研記述模試(全学年)	○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
4	日		休		~			
5	月	除草作業	○	○	16:00	~ 18:30	2:30	10:00
6	火		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
7	水		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
8	木		休		~			
9	金		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
10	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
11	日		休		~			11:00
12	月	学習激励会	○	○	16:00	~ 18:30	2:30	
13	火		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
14	水		○	○	17:00	~ 18:30	1:30	
15	木	クラスマッチ3年	休		~			
16	金	終業式	○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
17	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	13:30
18	日		休		~			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
20	火		○	○	15:50	~ 18:20	2:30	
21	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
22	木	海の日	○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
23	金	スポーツの日	休		~			7:30
24	土		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
25	日		休		~			
26	月		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
27	火		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	7:30
28	水		○	○	13:20	~ 15:50	2:30	
29	木	インターシップ1・2年	休		~			
30	金		休		~			
31	土		休		~			

休養日計画	11日	月間活動予定時間	46:30
-------	-----	----------	-------

7月 計画

別紙 4

令和3年度(2021年度)

7月

活動計画

【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	木		○	○	16:40	～	18:30	1:50	6:40
2	金		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
3	土	進研記述模試(全学年)	○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	
4	日		休			～			
5	月	除草作業	○俣島先生	市営弓道場	16:30	～	18:30	2:00	10:30
6	火		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
7	水		休			～			
8	木		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
9	金		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
10	土		○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月	学習激励会	○俣島先生	市営弓道場	16:30	～	18:30	2:00	8:40
13	火		○	○	16:40	～	18:30	1:50	
14	水		休			～			
15	木	クラスマッチ3年	○	○	16:40	～	18:30	1:50	
16	金	終業式	休			～			
17	土		○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月	追考査・特別学習	○	○	13:00	～	15:00	2:00	9:00
20	火		○	○	13:00	～	15:00	2:00	
21	水		○	○	13:00	～	15:00	2:00	
22	木	海の日	休			～			
23	金	スポーツの日	休			～			
24	土		○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	
25	日		休			～			
26	月		○俣島先生	市営弓道場	16:30	～	18:30	2:00	11:00
27	火		○	○	13:00	～	15:00	2:00	
28	水		休			～			
29	木	インターシップ1・2年	○	○	13:00	～	15:00	2:00	
30	金		○	○	13:00	～	15:00	2:00	
31	土		○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	

休養日計画	10日	月間活動予定時間	45:50
-------	-----	----------	-------