２月　計画

別紙４

令和5年度（2023年度）　　２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		休	休		～			
2	金		休	休		～			0:00
3	土		休	休		～			
4	日		休	休		～			
5	月		休	休		～			
6	火	学年末考査	休	休		～			
7	水	学年末考査	休	休		～			
8	木	学年末考査	休	休		～			10:30
9	金	学年末考査	○	○	13:30	～	16:00	2:30	
10	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
11	日		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
12	月		休	休		～			
13	火		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
14	水		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
15	木		○	○	16:45	～	18:00	1:15	9:00
16	金		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
17	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
18	日		休	休		～			
19	月		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
20	火		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
21	水		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
22	木		○	○	16:45	～	18:00	1:15	13:00
23	金		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
24	土		○	○	8:30	～	12:30	4:00	
25	日		休	休		～			
26	月		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
27	火		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
28	水		○	○	16:45	～	18:00	1:15	5:00
29	木		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
						～			
						～			

休養日計画	11日	月間活動予定時間	37:30

【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5年度（2023年度）　２月　活動計画

【サッカー部】

通常練習の活動場所【　八代高校グランド　】

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		休			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			4:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○	○	14:00	～	16:00	2:00	
10	土		○	○	8:30	～	10:30	2:00	
11	日		練習試合予定			～			
12	月		休			～			6:00
13	火		休			～			
14	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
15	木		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
16	金		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
17	土		練習試合予定			～			
18	日		休			～			
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	6:00
20	火		休			～			
21	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
22	木		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
23	金		練習試合予定			～			
24	土		練習試合予定			～			
25	日		休			～			
26	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	6:00
27	火		休			～			
28	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
29	木		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
						～			
						～			

休養日計画	14日	月間活動予定時間	22:00

【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5年度（2023年度）　　２月　　活動計画

【　陸上競技部】　　通常練習の活動場所【　　学校、県南　　】

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		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			5:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○	県南	14:00	～	16:00	2:00	
10	土		○	学校	9:00	～	12:00	3:00	
11	日					～			
12	月		○	県南	9:00	～	12:00	3:00	11:30
13	火		○	学校	16:30	～	18:00	1:30	
14	水		休			～			
15	木		○	学校	16:00	～	18:00	2:00	
16	金		○	学校	16:00	～	18:00	2:00	
17	土		○	学校	9:00	～	12:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		○	学校	16:00	～	18:00	2:00	11:30
20	火		○	学校	16:30	～	18:00	1:30	
21	水		休			～			
22	木		○	学校	16:00	～	18:00	2:00	
23	金		○	県南	9:00	～	12:00	3:00	
24	土		○	学校	9:00	～	12:00	3:00	
25	日		休			～			
26	月		○	学校	16:00	～	18:00	2:00	5:30
27	火		○	学校	16:30	～	18:00	1:30	
28	水		休			～			
29	木		○	学校	16:00	～	18:00	2:00	
						～			
						～			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	33:30

【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4-5

令和6年度（2024年度）　　2月　　活動計画

【ソフトテニス部（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		休	休		～			0:00
2	金		休	休		～			
3	土		休	休		～			
4	日		休	休		～			
5	月		休	休		～			6:00
6	火	期末考査	休	休		～			
7	水	期末考査	休	休		～			
8	木	期末考査	休	休		～			
9	金	期末考査	○	○	14:00	～	17:00	3:00	
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休	休		～			
12	月		休	休		～			9:00
13	火		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
14	水		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
15	木		休	休		～			
16	金		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
17	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
18	日		八代大会（個人）	八代大会（個人）		～			
19	月		○	○	16:30	～	18:30	2:00	9:00
20	火		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
21	水		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
22	木		休	休		～			
23	金		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
24	土		休	休		～			
25	日		休	休		～			
26	月		○	○	16:30	～	18:30	2:00	6:00
27	火		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
28	水		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
29	木		休	休		～			
						～			
						～			

休養日計画	15日	月間活動予定時間	30:00

【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4-5

令和6年度（2024年度）　　2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		～			0:00
2	金		休	休		～			
3	土		休	休		～			
4	日		休	休		～			
5	月		休	休		～			6:00
6	火	期末考査	休	休		～			
7	水	期末考査	休	休		～			
8	木	期末考査	休	休		～			
9	金	期末考査	○	○	14:00	～	17:00	3:00	
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休	休		～			
12	月		休	休		～			9:00
13	火		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
14	水		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
15	木		休	休		～			
16	金		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
17	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
18	日		八代大会（個人）	八代大会（個人）		～			
19	月		○	○	16:30	～	18:30	2:00	9:00
20	火		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
21	水		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
22	木		休	休		～			
23	金		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
24	土		休	休		～			
25	日		休	休		～			
26	月		○	○	16:30	～	18:30	2:00	6:00
27	火		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
28	水		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
29	木		休	休		～			
						～			
						～			

休養日計画	15日	月間活動予定時間	30:00

【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5年度（2023年度）　２月　活動計画

【男子テニス部】

通常練習の活動場所【本校テニスコート・県南テニスコート】

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			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			6:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○	○	14:00	～	17:00	3:00	
10	土		○	鏡テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月		休			～			9:00
13	火		休			～			
14	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
15	木		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
16	金		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
17	土		○	千丁テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		○	○	15:40	～	18:00	2:20	5:20
20	火		休			～			
21	水		休			～			
22	木		休			～			
23	金		休			～			
24	土		○	鏡テニスコート	9:00	～	12:00	3:00	
25	日		休			～			
26	月		休			～			4:40
27	火		休			～			
28	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
29	木		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
						～			
						～			

休養日計画	19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5年度（2023年度）　　２月　　活動計画

【　女子テニス部　】

通常練習の活動場所【　学校/コミュニティ/千丁/鏡　】

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		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			4:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○	○	14:00	～	16:00	2:00	
10	土		○	○	9:00	～	11:00	2:00	
11	日		休			～			
12	月		休			～			5:00
13	火		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
14	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
15	木		休			～			
16	金		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
17	土		練習内容	○		～			
18	日		休			～			
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	9:30
20	火		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
21	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
22	木		休			～			
23	金		○	○	9:00	～	11:00	2:00	
24	土		○	○	9:00	～	11:00	2:00	
25	日		休			～			
26	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	5:30
27	火		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
28	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	15日	月間活動予定時間	24:00

【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5年度（2023年度）　　２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		休			～			0:00
2	金		休			～			
3	土					～			
4	日					～			
5	月		休			～			5:30
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○	○	13:00	～	15:30	2:30	
10	土		休			～			
11	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
12	月		休			～			5:20
13	火		休			～			
14	水		○	○	16:50	～	18:00	1:10	
15	木		○	○	16:50	～	18:00	1:10	
16	金		休			～			
17	土		休			～			
18	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	10:20
20	火		休			～			
21	水		○	○	16:50	～	18:00	1:10	
22	木		○	○	16:50	～	18:00	1:10	
23	金		○	○	14:00	～	17:00	3:00	
24	土		休			～			
25	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
26	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	3:10
27	火		休			～			
28	水		○	○	16:50	～	18:00	1:10	
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	15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5年度（2023年度）　　２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		休			～			0:00
2	金		休			～			
3	土					～			
4	日					～			
5	月		休			～			5:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○	○	13:00	～	15:00	2:00	
10	土		休			～			
11	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
12	月		休			～			5:00
13	火		休			～			
14	水		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
15	木		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
16	金		休			～			
17	土		休			～			
18	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	10:00
20	火		休			～			
21	水		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
22	木		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
23	金		○	○	14:00	～	17:00	3:00	
24	土		休			～			
25	日		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
26	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	3:00
27	火		休			～			
28	水		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	15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5年度（2023年度）　　2月　　活動計画

【男子バレーボール部】　　通常練習の活動場所【　　第1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			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			8:30
6	火		休			～			
7	水		休			～			
8	木		休			～			
9	金		○	○	15:30	～	18:00	2:30	
10	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
11	日		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
12	月		休			～			8:00
13	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
14	水		休			～			
15	木		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
16	金		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
17	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		休			～			3:50
20	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
21	水		休			～			
22	木		○	○	13:30	～	16:00	2:30	
23	金		練習試合	植木中央公園運動施設		～			
24	土		練習試合	城南総合スポーツセンター		～			
25	日		休			～			
26	月		○	○	15:40	～	18:00	2:20	3:40
27	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
28	水		休			～			
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	16日	月間活動予定時間	24:00

【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5年度（2023年度）　　２月　　活動計画

【女子バレーボール部】　　通常練習の活動場所【　　第1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			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			5:30
6	火		休			～			
7	水		休			～			
8	木		休			～			
9	金		○	○	15:30	～	18:00	2:30	
10	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月		○	○	8:00	～	11:00	3:00	11:00
13	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
14	水		休			～			
15	木		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
16	金		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
17	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		休			～			9:50
20	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
21	水		休			～			
22	木		○	○	13:30	～	16:00	2:30	
23	金		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
24	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
25	日		休			～			
26	月		○	○	15:40	～	18:00	2:20	3:40
27	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
28	水		休			～			
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	16日	月間活動予定時間	30:00

【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5年度（2023年度）　　２月　　活動計画

【水泳部】

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					～			0:00
2	金					～			
3	土					～			
4	日					～			
5	月					～			0:00
6	火	学年末考査				～			
7	水	学年末考査				～			
8	木	学年末考査				～			
9	金	学年末考査				～			
10	土					～			
11	日					～			
12	月					～			1:00
13	火					～			
14	水					～			
15	木		○	○	15:30	～	16:30	1:00	
16	金					～			
17	土					～			
18	日					～			
19	月					～			1:00
20	火					～			
21	水					～			
22	木		○	○	15:30	～	16:30	1:00	
23	金					～			
24	土					～			
25	日					～			
26	月					～			1:00
27	火					～			
28	水					～			
29	木		○	○	15:30	～	16:30	1:00	
						～			
						～			

休養日計画	日	月間活動予定時間	3:00

【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

校外での練習となります。

別紙４

令和5年度（2023年度）　２月　活動計画

【柔道部】

通常練習の活動場所【　　】

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					～			
2	金					～			0:00
3	土					～			
4	日					～			
5	月					～			
6	火	学年末考査				～			
7	水	学年末考査				～			
8	木	学年末考査				～			0:00
9	金	学年末考査				～			
10	土					～			
11	日					～			
12	月					～			
13	火					～			
14	水					～			
15	木					～			0:00
16	金					～			
17	土					～			
18	日					～			
19	月					～			
20	火					～			
21	水					～			
22	木					～			0:00
23	金					～			
24	土					～			
25	日					～			
26	月					～			
27	火					～			
28	水					～			0:00
29	木					～			
						～			
						～			

休養日計画	日	月間活動予定時間	0:00

【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「〇」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、「〇」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5年度（2023年度）　　２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		休	休		～			0:00
2	金		休	休		～			
3	土		休	休		～			
4	日		休	休		～			
5	月		休	休		～			9:30
6	火	学年末考査	休	休		～			
7	水	学年末考査	休	休		～			
8	木	学年末考査	休	休		～			
9	金	学年末考査	○	○	13:30	～	16:00	2:30	
10	土		○	○	9:00	～	12:30	3:30	
11	日		○	○	9:00	～	12:30	3:30	
12	月		休	休		～			10:30
13	火		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
14	水		鍵当番○	○	15:45	～	18:00	2:15	
15	木		○	○	15:45	～	18:00	2:15	
16	金		○	○	16:45	～	18:00	1:15	
17	土		○	○	9:00	～	12:30	3:30	
18	日		休	休		～			
19	月		○	○	15:45	～	18:00	2:15	11:30
20	火		鍵当番○	○	16:45	～	18:00	1:15	
21	水		○	○	15:45	～	18:00	2:15	
22	木		○	○	15:45	～	18:00	2:15	
23	金		○	○	9:00	～	12:30	3:30	
24	土		女子剣道大会			～			
25	日		休	休		～			
26	月		○	○	15:45	～	18:00	2:15	5:45
27	火		鍵当番○	○	16:45	～	18:00	1:15	
28	水		○	○	15:45	～	18:00	2:15	
29	木		休	休		～			
						～			
						～			

休養日計画	12日	月間活動予定時間	37:15

【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5年度（2023年度）　　２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		～			
2	金		○	○	17:00	～	18:00	1:00	1:00
3	土		休	休		～			
4	日		休	休		～			
5	月		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
6	火	学年末考査	休	休		～			
7	水	学年末考査	○	○	13:30	～	14:30	1:00	
8	木	学年末考査	休	休		～			8:00
9	金	学年末考査	○	○	14:00	～	17:00	3:00	
10	土		○	○	9:00	～	12:00	3:00	
11	日		1・2年生大会	玉東町民体育館		～			
12	月		休	休		～			
13	火		休	休		～			
14	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
15	木		休	休		～			3:30
16	金		○	○	16:40	～	18:10	1:30	
17	土		休	休		～			
18	日		休	休		～			
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
20	火		休	休		～			
21	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
22	木		休	休		～			7:00
23	金		○	○	9:00	～	12:00	3:00	
24	土		休	休		～			
25	日		休	休		～			
26	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
27	火		休	休		～			
28	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	4:00
29	木		休	休		～			
						～			
						～			

休養日計画	16日	月間活動予定時間	23:30

【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5年度（2023年度）　　２月　　活動計画

【　卓球（男子）　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						
2	金		休						
3	土		休						
4	日		休						0:00
5	月		休						
6	火		休						
7	水		休						
8	木		休						
9	金		休						
10	土		○	第一体育館	8:00		11:00	3:00	
11	日		休						6:00
12	月		休						
13	火		○	第一体育館	17:00		18:00	1:00	
14	水		○	第一体育館	16:00		18:00	2:00	
15	木		休						
16	金		○	第一体育館	17:00		18:00	1:00	
17	土		○	第一体育館	11:00		14:00	3:00	
18	日		休						9:00
19	月		○	第一体育館	16:00		18:00	2:00	
20	火		○	第一体育館	17:00		18:00	1:00	
21	水		○	第一体育館	16:00		18:00	2:00	
22	木		休						
23	金		○	第一体育館	8:00		11:00	3:00	
24	土		○	第一体育館	11:00		14:00	3:00	
25	日		休						9:00
26	月		休						
27	火		○	第一体育館	17:00		18:00	1:00	
28	水		○	第一体育館	16:00		18:00	2:00	
29	木		休						
									0:00

休養日計画	17日	月間活動予定時間	24:00

【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5年度（2023年度）　　２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			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			3:00
6	火		休			～			
7	水		休			～			
8	木		休			～			
9	金		休			～			
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月		休			～			7:00
13	火		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
14	水		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
15	木		休			～			
16	金		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
17	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	10:00
20	火		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
21	水		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
22	木		休			～			
23	金		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
24	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
25	日		休			～			
26	月		休			～			3:00
27	火		○	○	17:00	～	18:00	1:00	
28	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
29	木		休			～			
			休			～			
			休			～			

休養日計画	19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5年度（2023年度）　　2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			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			3:00
6	火		休			～			
7	水		休			～			
8	木		休			～			
9	金		休			～			
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月		休			～			8:30
13	火		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
14	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
15	木		休			～			
16	金		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
17	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		○	○	16:00	～	18:00	2:00	11:00
20	火		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
21	水		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
22	木		休			～			
23	金		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
24	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
25	日		休			～			
26	月		休			～			3:30
27	火		○	○	16:30	～	18:00	1:30	
28	水		○	○	16:00	～	18:00	2:00	
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	17日	月間活動予定時間	26:00

【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5年度（2023年度）　　２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			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			3:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	休			～			
10	土		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
11	日		休			～			
12	月		休			～			8:00
13	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
14	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
15	木		休			～			
16	金		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
17	土		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		○	○	15:40	～	18:00	2:20	8:00
20	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
21	水		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
22	木		休			～			
23	金		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
24	土		休			～			
25	日		休			～			
26	月		休			～			3:40
27	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
28	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	18日	月間活動予定時間	22:40

【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5年度（2023年度）　　2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		休			～			0:00
2	金		休			～			
3	土		休			～			
4	日		休			～			
5	月		休			～			4:00
6	火	学年末考査	休			～			
7	水	学年末考査	休			～			
8	木	学年末考査	休			～			
9	金	学年末考査	○（昼食後）	○	13:00	～	15:00	2:00	
10	土		○	○	8:30	～	10:30	2:00	
11	日		休			～			
12	月		休			～			10:00
13	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
14	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
15	木		○俣島先生	○学校	15:40	～	17:40	2:00	
16	金		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
17	土		○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	
18	日		休			～			
19	月		○俣島先生	市営弓道場	16:30	～	18:30	2:00	8:40
20	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
21	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
22	木	午前中授業	休			～			
23	金		休			～			
24	土		○俣島先生	市営弓道場	14:00	～	17:00	3:00	
25	日					～			
26	月		○俣島先生	市営弓道場	16:30	～	18:30	2:00	5:40
27	火		○	○	16:40	～	18:00	1:20	
28	水		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
29	木		休			～			
						～			
						～			

休養日計画	14日	月間活動予定時間	28:20

【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。