

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【 野球 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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		○	○	13:30	～	17:00	3:30	3:30
2	日			延岡・学付	学付G		～			
3	月	①②授業・設営		休			～			1:20
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			～			
5	水			休			～			
6	木	採点(家庭学習)		休			～			
7	金			○	○	16:40	～	18:00	1:20	
8	土			久留米商・佐賀商	佐賀商G		～			9:20
9	日			神崎清明	神崎G		～			
10	月			○	○	15:40	～	18:00	2:20	
11	火	判定会(家庭学習)		休			～			
12	水			○	○	15:40	～	18:00	2:20	
13	木			○	○	15:40	～	18:00	2:20	11:40
14	金	合格発表		○	○	15:40	～	18:00	2:20	
15	土			大分高専	○		～			
16	日			八女工業	○		～			
17	月			○	○	15:40	～	18:00	2:20	
18	火			休			～			16:20
19	水			○	○	15:40	～	18:00	2:20	
20	木	春分の日		○	○	9:00	～	12:30	3:30	
21	金	中学卒業式		休			～			
22	土			○	○	9:00	～	12:30	3:30	
23	日			休			～			0:00
24	月	終業式		○	○	13:40	～	16:00	2:20	
25	火			○	○	9:00	～	12:30	3:30	
26	水			○	○	9:00	～	12:30	3:30	
27	木			○	○	9:00	～	12:30	3:30	
28	金	転退任式		休			～			0:00
29	土			○	○	9:00	～	12:30	3:30	
30	日			休			～			
31	月						～			0:00

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

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【 サッカー 部】 通常練習の活動場所【 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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		練習	○	13:30	～	15:30	2:00	2:00
2	日			休			～			
3	月	①②授業・設営		休			～			8:40
4	火	後期選抜(家庭学習)		○	県営八代運動公園	15:00	～	17:30	2:30	
5	水			休			～			
6	木	採点(家庭学習)		休			～			
7	金			練習	○	16:50	～	18:30	1:40	
8	土			休			～			
9	日			練習試合(八代工業高校)	○	12:30	～	17:00	4:30	7:40
10	月			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	13:30	～	15:30	2:00	
12	水			休			～			
13	木			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
14	金	合格発表		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
15	土			休			～			9:00
16	日			練習試合(学付)	熊本学園大学付属グラウンド		～			
17	月			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
18	火			休			～			
19	水			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
20	木	春分の日		○	○	8:30	～	11:00	2:30	
21	金	中学卒業式		○	県営八代運動公園	13:30	～	16:00	2:30	11:00
22	土			山都通潤フェスティバル	そよ風パーク		～			
23	日			山都通潤フェスティバル	そよ風パーク		～			
24	月	終業式		○	○	13:00	～	15:00	2:00	
25	火			休			～			
26	水			○	○	8:30	～	11:00	2:30	
27	木			○	○	8:30	～	11:00	2:30	0:00
28	金	転退任式		休			～			
29	土			練習試合(御船高校)	○	12:00	～	16:00	4:00	
30	日			練習試合	未定		～			
31	月			休			～			

休養日計画	11日	月間活動予定時間	38:20
-------	-----	----------	-------

- 【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【陸上競技部】

通常練習の活動場所【 県営八代 学校 】

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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		○	○	13:30	～	16:30	3:00	3:00
2	日			休			～			
3	月	①②授業・設営		○	県営八代	12:00	～	15:00	3:00	5:00
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			～			
5	水			休			～			
6	木	採点(家庭学習)		休			～			
7	金			○	学校	17:00	～	19:00	2:00	
8	土			休			～			
9	日			休			～			9:10
10	月			○	学校	16:50	～	19:00	2:10	
11	火	判定会(家庭学習)		○	県営八代	8:30	～	11:30	3:00	
12	水			休			～			
13	木			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
14	金	合格発表		○	県営八代	17:00	～	19:00	2:00	
15	土			天草記録会	あましんスタジアム		～			9:30
16	日			休			～			
17	月			○	県営八代	17:00	～	19:00	2:00	
18	火			○	学校	17:00	～	19:00	2:00	
19	水			○	学校	16:00	～	18:00	2:00	
20	木	春分の日		休			～			
21	金	中学卒業式		○	県営八代	13:30	～	17:00	3:30	12:00
22	土			春季記録会	えがお健康スタジアム		～			
23	日			休			～			
24	月	終業式		○	学校	13:30	～	16:30	3:00	
25	火			○	学校	8:00	～	11:00	3:00	
26	水			○	学校	8:00	～	11:00	3:00	
27	木			休			～			3:00
28	金	転退任式		○	学校	13:30	～	16:30	3:00	
29	土			八代リレーカーニバル	県営八代		～			
30	日			休			～			
31	月			○	学校	8:30	～	11:30	3:00	3:00

休養日計画	12日	月間活動予定時間	41:40
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【ソフトテニス部(男女)】

通常練習の活動場所【 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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		休			～			0:00
2	日			和田旗	八代市テニスコート		～			
3	月	①②授業・設営		休			～			4:45
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			～			
5	水			休			～			
6	木	採点(家庭学習)		休			～			
7	金			○	○	16:30	～	18:15	1:45	
8	土			○	○	8:30	～	11:30	3:00	
9	日			休			～			3:45
10	月			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
11	火	判定会(家庭学習)		休			～			
12	水			休			～			
13	木			休			～			
14	金	合格発表		○	○	16:30	～	18:15	1:45	
15	土			ハイスクールジャパンカップ	熊本県民総合運動公園		～			10:30
16	日			休			～			
17	月			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
18	火			○	○	16:30	～	18:15	1:45	
19	水			○	○	16:00	～	18:00	2:00	
20	木	春分の日		休			～			
21	金	中学卒業式		○	○	16:30	～	18:15	1:45	13:00
22	土			○	○	8:30	～	11:30	3:00	
23	日			休			～			
24	月	終業式		○	○	14:00	～	16:00	2:00	
25	火			○	○	8:30	～	11:30	3:00	
26	水			○	○	8:30	～	11:30	3:00	
27	木			休			～			3:00
28	金	転任式		○	○	14:00	～	16:00	2:00	
29	土			○	○	8:30	～	11:30	3:00	
30	日			休			～			
31	月			○	○	8:30	～	11:30	3:00	

休養日計画	14日	月間活動予定時間	35:00
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

2025/02/24 作成 令和6年度(2024年度) 3月 活動計画

【硬式テニス部】

通常練習の活動場所【県南・千丁・鏡・学校】

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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		練習	県南	14:00	～	16:00	2:00	2:00
2	日	英検2次		休			～			
3	月	①②授業・設営		休			～			13:30
4	火	後期選抜(家庭学習)		練習	千丁(AB)	9:00	～	12:00	3:00	
5	水			練習	千丁(AB)	9:00	～	12:00	3:00	
6	木	採点(家庭学習)		練習	千丁(AB)	9:00	～	12:00	3:00	
7	金			練習	県南	17:00	～	18:30	1:30	
8	土			試合or休	水俣		～			
9	日			練習	鏡	9:00	～	12:00	3:00	
10	月	火曜日課		練習	県南	17:00	～	18:30	1:30	11:00
11	火	判定会(家庭学習)		練習	千丁	13:00	～	16:00	3:00	
12	水	職員研修(部活禁止)		休			～			
13	木			練習	県南	16:00	～	18:00	2:00	
14	金	合格発表		練習	県南	17:00	～	18:30	1:30	
15	土			練習	鏡	13:00	～	16:00	3:00	
16	日			休			～			
17	月	古文単語コンテスト		練習	県南	16:00	～	18:00	2:00	18:00
18	火	クラスマッチ		休			～			
19	水			練習	県南	16:00	～	18:00	2:00	
20	木	春分の日		練習試合	県南	9:00	～	17:00	8:00	
21	金	家庭学習	中学卒業式	練習	千丁	13:00	～	16:00	3:00	
22	土			練習	鏡	13:00	～	16:00	3:00	
23	日			休			～			
24	月	終業式		練習	県南	14:00	～	16:00	2:00	13:00
25	火			練習	千丁(AB)	9:00	～	12:00	3:00	
26	水			練習	千丁(AB)	9:00	～	12:00	3:00	
27	木			練習	千丁(AB)	9:00	～	12:00	3:00	
28	金	転任任式		練習	県南	14:00	～	16:00	2:00	
29	土			試合	熊本		～			
30	日			試合	熊本		～			
31	月			休			～			0:00

休養日計画	7日	月間活動予定時間	57:30
-------	----	----------	-------

- 【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		休			~			3:00
2	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
3	月	①②授業・設営		休			~			5:00
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			~			
5	水			休			~			
6	木	採点(家庭学習)		休			~			
7	金			○	○	16:30	~	18:30	2:00	
8	土			休			~			
9	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	13:00
10	月			○	総合体育館	16:00	~	19:00	3:00	
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	14:00	~	17:00	3:00	
12	水			○	総合体育館	16:00	~	18:00	2:00	
13	木			○	○	16:00	~	18:00	2:00	
14	金	合格発表		休			~			
15	土			休			~			7:00
16	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
17	月			○	○	16:00	~	18:00	2:00	
18	火			休			~			
19	水			○	○	16:00	~	18:00	2:00	
20	木	春分の日		休			~			
21	金	中学卒業式		休			~			11:30
22	土			休			~			
23	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
24	月	終業式		○	○	15:50	~	18:20	2:30	
25	火			○	○	11:00	~	14:00	3:00	
26	水			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
27	木			休			~			3:00
28	金	転退任式		休			~			
29	土			休			~			
30	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
31	月			○	○	11:00	~	14:00	3:00	3:00

休養日計画	15日	月間活動予定時間	42:30
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		休			~			3:00
2	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
3	月	①②授業・設営		休			~			5:00
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			~			
5	水			休			~			
6	木	採点(家庭学習)		休			~			
7	金			○	○	16:30	~	18:30	2:00	
8	土			休			~			
9	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	11:00
10	月			○	総合体育館	16:00	~	19:00	3:00	
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	14:00	~	17:00	3:00	
12	水			休						
13	木			○	○	16:00	~	18:00	2:00	
14	金	合格発表		休			~			
15	土			休			~			7:00
16	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
17	月			○	総合体育館	16:00	~	18:00	2:00	
18	火			休			~			
19	水			○	○	16:00	~	18:00	2:00	
20	木	春分の日		休			~			
21	金	中学卒業式		休			~			12:30
22	土			休			~			
23	日			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
24	月	終業式		○	○	15:50	~	18:20	2:30	
25	火			○	○	11:00	~	14:00	3:00	
26	水			○	○	8:00	~	11:00	3:00	
27	木			休			~			3:00
28	金	転退任式		休			~			
29	土			休			~			
30	日			○	○	8:00	~	12:00	4:00	
31	月			○	○	11:00	~	14:00	3:00	3:00

休養日計画	16日	月間活動予定時間	41:30
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		○		13:20	～	15:50	2:30	2:30
2	日			休			～			
3	月	①②授業・設営		休			～			9:10
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			～			
5	水			休			～			
6	木	採点(家庭学習)		休			～			
7	金			○		16:50	～	18:30	1:40	
8	土			城南大会	人吉スポーツパレス	8:30	～	16:00	7:30	
9	日			休			～			13:40
10	月			○		15:50	～	18:20	2:30	
11	火	判定会(家庭学習)		○		8:00	～	11:00	3:00	
12	水			休			～			
13	木			○		15:50	～	18:20	2:30	
14	金	合格発表		○		16:50	～	18:30	1:40	
15	土			練習試合(大津)	大津高校	8:00	～	12:00	4:00	12:50
16	日			休			～			
17	月			○		15:50	～	18:20	2:30	
18	火			○		16:50	～	18:30	1:40	
19	水			休			～			
20	木	春分の日		練習試合(予定)		8:30	～	12:30	4:00	
21	金	中学卒業式		休		16:50	～	18:30	1:40	11:30
22	土			○		8:00	～	11:00	3:00	
23	日			休			～			
24	月	終業式		休			～			
25	火			○		8:00	～	11:00	3:00	
26	水			休			～			
27	木			○		11:00	～	14:00	3:00	11:30
28	金	転退任式		○		13:00	～	15:30	2:30	
29	土			○		11:00	～	14:00	3:00	
30	日			休			～			
31	月			○		8:00	～	11:00	3:00	3:00

休養日計画	14日	月間活動予定時間	52:40
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		○	○	13:30	～	15:50	2:20	9:20
2	日			練習試合(vs必田館)	○	9:00	～	16:00	7:00	
3	月	①②授業・設営		休			～			10:40
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			～			
5	水			休			～			
6	木	採点(家庭学習)		休			～			
7	金			○	○	16:50	～	18:30	1:40	
8	土			○	○	11:00	～	14:00	3:00	
9	日			城南大会	人吉スポーツパレス	10:00	～	16:00	6:00	9:40
10	月			休			～			
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	8:00	～	11:00	3:00	
12	水	引き渡し訓練	引き渡し訓練	休			～			
13	木			○	○	16:30	～	18:30	2:00	
14	金	合格発表会		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
15	土			○	○	11:00	～	14:00	3:00	9:40
16	日			休			～			
17	月	古文単語テスト		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
18	火	クラスマッチ		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
19	水			休			～			
20	木	春分の日		○	第二体育館	8:00	～	11:00	3:00	
21	金	中学卒業式		休			～			8:20
22	土			○	○	8:00	～	11:00	3:00	
23	日			休			～			
24	月	終業式		休			～			
25	火			○	○	8:00	～	11:00	3:00	
26	水			休			～			
27	木			○	○	11:00	～	14:00	3:00	3:00
28	金	転任式		○	○	13:30	～	15:50	2:20	
29	土			練習試合予定			～			
30	日			休			～			
31	月			○	○	8:00	～	11:00	3:00	3:00

休養日計画	13日	月間活動予定時間	50:40
-------	-----	----------	-------

- 【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【柔道部】

通常練習の活動場所【校外での練習となります】

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
		高校	中学						
1	土	高校卒業式					～		0:00
2	日						～		
3	月	①②授業・設営					～		0:00
4	火	後期選抜(家庭学習)					～		
5	水						～		
6	木	採点(家庭学習)					～		
7	金						～		
8	土						～		
9	日						～		0:00
10	月						～		
11	火	判定会(家庭学習)					～		
12	水						～		
13	木						～		
14	金	合格発表					～		
15	土						～		0:00
16	日						～		
17	月						～		
18	火						～		
19	水						～		
20	木	春分の日					～		
21	金	中学卒業式					～		0:00
22	土						～		
23	日						～		
24	月	終業式					～		
25	火						～		
26	水						～		
27	木						～		0:00
28	金	転退任式					～		
29	土						～		
30	日						～		
31	月						～		0:00

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「○」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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【高校剣道部】

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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		○	○	15:30	～	18:00	2:30	2:30
2	日	英検(本校会場)		休	休		～			
3	月	①②授業・設営		休	休		～			8:45
4	火	後期選抜(家庭学習)		休	休		～			
5	水			休	休		～			
6	木	採点(家庭学習)		休	休		～			
7	金			○	○	16:45	～	18:30	1:45	
8	土			○	○	9:00	～	12:30	3:30	
9	日			○	○	9:00	～	12:30	3:30	13:15
10	月			○	○	16:00	～	18:15	2:15	
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	9:00	～	12:30	3:30	
12	水			休	休		～			
13	木			○	○	16:00	～	18:15	2:15	
14	金	合格発表		○	○	16:45	～	18:30	1:45	
15	土			○	○	9:00	～	12:30	3:30	6:15
16	日			休	休		～			
17	月			○	○	16:00	～	18:15	2:15	
18	火			○	○	16:45	～	18:30	1:45	
19	水			○	○	16:00	～	18:15	2:15	
20	木	春分の日		阿蘇錬成会	阿蘇総合体育館		～			
21	金	中学卒業式		休	休		～			14:30
22	土			阿蘇錬成会	阿蘇総合体育館		～			
23	日			休	休		～			
24	月	終業式		○	○	13:30	～	16:00	2:30	
25	火			○	○	9:00	～	12:00	3:00	
26	水			○	○	9:00	～	12:00	3:00	
27	木			○	○	9:00	～	12:00	3:00	0:00
28	金	転任式		○	○	14:00	～	17:00	3:00	
29	土			休	休		～			
30	日			休	休		～			
31	月			未定	未定		～			0:00

休養日計画	11日	月間活動予定時間	45:15
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式					～			0:00
2	日						～			
3	月	①②授業・設営		校内立ち入り禁止			～			1:20
4	火	後期選抜(家庭学習)		校内立ち入り禁止			～			
5	水			校内立ち入り禁止			～			
6	木	採点(家庭学習)		校内立ち入り禁止			～			
7	金			練習	トレーニングルーム	16:40	～	18:00	1:20	
8	土						～			
9	日						～			4:20
10	月			練習	トレーニングルーム	17:30	～	19:00	1:30	
11	火	判定会(家庭学習)		校内立ち入り禁止			～			
12	水			練習	トレーニングルーム	17:30	～	19:00	1:30	
13	木						～			
14	金	合格発表		練習	トレーニングルーム	16:40	～	18:00	1:20	
15	土						～			4:20
16	日						～			
17	月			練習	トレーニングルーム	17:30	～	19:00	1:30	
18	火						～			
19	水			練習	トレーニングルーム	17:30	～	19:00	1:30	
20	木	春分の日					～			
21	金	中学卒業式		練習	トレーニングルーム	16:40	～	18:00	1:20	3:00
22	土						～			
23	日						～			
24	月	終業式		練習	トレーニングルーム	17:30	～	19:00	1:30	
25	火						～			
26	水			練習	トレーニングルーム	17:30	～	19:00	1:30	
27	木						～			3:00
28	金	転退任式		練習(自主練)			～			
29	土						～			
30	日						～			
31	月									

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

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【卓球部(男女)】

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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		休			~			0:00
2	日			休			~			
3	月	①②授業・設営		休			~			0:00
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			~			
5	水			休			~			
6	木	採点(家庭学習)		休			~			
7	金			休			~			
8	土			休			~			
9	日			休			~			3:00
10	月			○	○	16:30	~	18:00	1:30	
11	火	判定会(家庭学習)		休			~			
12	水			休			~			
13	木			休			~			
14	金	合格発表		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
15	土			休			~			3:00
16	日			休			~			
17	月			休			~			
18	火			○	○	16:30	~	18:00	1:30	
19	水			休			~			
20	木	春分の日		休			~			
21	金	中学卒業式		○	○	16:30	~	18:00	1:30	6:00
22	土			休			~			
23	日			休			~			
24	月	終業式		休			~			
25	火			休			~			
26	水			○	○	11:00	~	14:00	3:00	
27	木			○	○	11:00	~	14:00	3:00	0:00
28	金	転退任式		休			~			
29	土			休			~			
30	日			休			~			
31	月			休			~			0:00

休養日計画	25日	月間活動予定時間	12:00
-------	-----	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		○	○	15:50	～	18:20	2:30	2:30
2	日						～			
3	月	①②授業・設営					～			3:00
4	火	後期選抜(家庭学習)					～			
5	水						～			
6	木	採点(家庭学習)					～			
7	金						～			
8	土			○	○	8:00	～	11:00	3:00	
9	日						～			10:00
10	月			○	○	16:30	～	18:30	2:00	
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	11:00	～	14:00	3:00	
12	水						～			
13	木						～			
14	金	合格発表		○	○	16:30	～	18:30	2:00	
15	土			○	○	8:00	～	11:00	3:00	5:00
16	日						～			
17	月						～			
18	火			○	○	16:30	～	18:30	2:00	
19	水						～			
20	木	春分の日					～			
21	金	中学卒業式		時間未定	○		～			11:30
22	土			○	○	11:00	～	14:00	3:00	
23	日						～			
24	月	終業式		○	○	13:20	～	15:50	2:30	
25	火						～			
26	水			○	○	11:00	～	14:00	3:00	
27	木			○	○	8:00	～	11:00	3:00	11:30
28	金	転退任式					～			
29	土			○	○	8:00	～	11:00	3:00	
30	日						～			
31	月						～			0:00

休養日計画	日	月間活動予定時間	32:00
-------	---	----------	-------

【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。

3月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

3月

活動計画

【 高校弓道部 】

通常練習の活動場所【 本校弓道部 】

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
		高校	中学							
1	土	高校卒業式		3年とのお別れ会	○	生徒企画				0:00
2	日			休			~			
3	月	①②授業・設営		休			~			4:30
4	火	後期選抜(家庭学習)		休			~			
5	水			休			~			
6	木	採点(家庭学習)		休			~			
7	金	学習激励会		○		16:40	~	18:10	1:30	
8	土			○俣島先生	○	14:00	~	17:00	3:00	
9	日			休			~			9:50
10	月	火曜日課		○	○	16:40	~	18:00	1:20	
11	火	判定会(家庭学習)		○	○	8:30	~	10:30	2:00	
12	水	引き渡し訓練(部活禁止)		休			~			
13	木			○	○	15:40	~	17:40	2:00	
14	金	合格発表		○	○	16:40	~	18:10	1:30	
15	土			○俣島先生	八代市弓道場	14:00	~	17:00	3:00	5:30
16	日			休			~			
17	月	追試		○俣島先生	八代市弓道場	16:30	~	18:30	2:00	
18	火	クラスマッチ		○		16:40	~	18:10	1:30	
19	水			準備・調整		15:40	~	17:40	2:00	
20	木	春分の日		八代市杯弓道大会			~			
21	金	中学卒業式		休			~			9:00
22	土			休			~			
23	日			休			~			
24	月	終業式		○		14:00	~	17:00	3:00	
25	火			○		8:30	~	10:30	2:00	
26	水			休			~			
27	木			○		8:30	~	10:30	2:00	9:00
28	金	転退任式		○		14:00	~	16:00	2:00	
29	土			休			~			
30	日			休			~			
31	月			○		8:30	~	10:30	2:00	2:00

休養日計画	14日	月間活動予定時間	30:50
-------	-----	----------	-------

【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。