

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 野球 】

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	計
1	日		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
3	火	インターンシップ(2年)	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
4	水	インターンシップ(2年)	休養日			
5	木	インターンシップ(2年)	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
6	金	インターンシップ(2年)	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
7	土		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
8	日		練習・講演会	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	休養日			
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
14	土		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
15	日		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
16	月	(検)国	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	休養日			
19	木		練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
20	金		練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
21	土		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
22	日		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
23	月	クラスマッチ	練習	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
24	火	終業式、年末懇親会	練習	本校	14:00 ~ 16:00	2:00
25	水		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
26	木		練習	本校	9:00 ~ 14:00	5:00
27	金		休養日			
28	土		休養日			
29	日	年末休暇	休養日			
30	月	年末休暇	休養日			
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画	8日	活動時間計画	74:00
		週当たりの練習時間	14:48

2019年度

12月

活動計画

部活動名【陸上競技部(短距離ブロック)】

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	計
1	日		休養日			
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
3	火	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
4	水	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
5	木	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
6	金	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
7	土		練習	学校	8:00 ~ 12:00	4:00
8	日		人吉駅伝大会	西瀬小周辺	7:00 ~ 15:00	8:00
9	月	(検)数 成績入力〆切	休養日			
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
14	土		練習	学校	8:00 ~ 12:00	4:00
15	日		休養日			
16	月	(検)国	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
19	木		練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
20	金		練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
21	土		練習	学校	8:00 ~ 12:00	4:00
22	日		休養日			
23	月	クラスマッチ	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
24	火	終業式、年末懇親会	練習	学校	14:00 ~ 17:00	3:00
25	水		練習	学校	8:00 ~ 15:00	7:00
26	木		練習	学校	8:00 ~ 15:00	7:00
27	金		練習	学校	8:00 ~ 15:00	7:00
28	土		練習	学校	8:00 ~ 12:00	4:00
29	日	年末休暇	練習	学校	8:00 ~ 12:00	4:00
30	月	年末休暇	休養日			
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画	6日	活動時間計画	74:30
		週当たりの練習時間	14:54

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 】

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	計
1	日		甲佐10マイルロードレース	甲佐町	8:30 ~ 13:30	5:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
3	火	インターンシップ(2年)		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
4	水	インターンシップ(2年)		錦国体球場	18:30 ~ 20:30	2:00
5	木	インターンシップ(2年)		休み		
6	金	インターンシップ(2年)		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
7	土		第4回長距離記録会	水前寺競技場	8:30 ~ 13:30	5:00
8	日		人吉駅伝	人吉市	8:30 ~ 13:30	5:00
9	月	(検)数 成績入力〆切		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診		錦国体球場	18:30 ~ 20:30	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会		休み		
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
14	土			学校	8:30 ~ 12:30	4:00
15	日		球磨一周駅伝	球磨郡	7:30 ~ 15:30	8:00
16	月	(検)国		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会		錦国体球場	18:30 ~ 20:30	2:00
19	木			学校	16:30 ~ 19:00	2:30
20	金			学校	16:30 ~ 19:00	2:30
21	土			学校	8:30 ~ 12:30	4:00
22	日			休み		
23	月	クラスマッチ		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
24	火	終業式、年末懇親会		学校	16:30 ~ 19:00	2:30
25	水			錦国体球場	18:30 ~ 20:30	2:00
26	木			学校	8:30 ~ 12:30	4:00
27	金			学校	8:30 ~ 12:30	4:00
28	土			学校	8:30 ~ 12:30	4:00
29	日	年末休暇		休み		
30	月	年末休暇		休み		
31	火	年末休暇		休み		

休養日計画		活動時間計画	81:00
		週当たりの練習時間	16:12

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 バレーボール 】

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	計
1	日			本校	9:00 ~ 12:00	3:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)		本校	16:30 ~ 17:30	1:00
3	火	インターンシップ(2年)		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
4	水	インターンシップ(2年)	休養日			
5	木	インターンシップ(2年)		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
6	金	インターンシップ(2年)		本校	17:30 ~ 18:45	1:15
7	土			本校	9:00 ~ 12:00	3:00
8	日		世界女子ハンド観戦			
9	月	(検)数 成績入力メ切		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	休養日			
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
14	土			本校	13:00 ~ 16:00	3:00
15	日	八代地区高校バレー大会		八代工	9:00 ~ 15:00	6:00
16	月	(検)国		本校	16:30 ~ 17:30	1:00
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	休養日			
19	木			本校	16:30 ~ 18:45	2:15
20	金			本校	17:30 ~ 18:45	1:15
21	土			本校	9:00 ~ 12:00	3:00
22	日			本校	13:00 ~ 16:00	3:00
23	月	クラスマッチ		本校	16:30 ~ 18:45	2:15
24	火	終業式、年末懇親会		本校	13:00 ~ 16:00	3:00
25	水			本校	9:00 ~ 12:00	3:00
26	木		休養日			
27	金			本校	9:00 ~ 12:00	3:00
28	土			本校	13:00 ~ 16:00	3:00
29	日	年末休暇		本校	9:00 ~ 12:00	3:00
30	月	年末休暇		本校	9:00 ~ 12:00	3:00
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画	5日	活動時間計画	63:45
		週当たりの練習時間	12:45

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 バスケットボール 】

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	計
1	日		練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
3	火	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
4	水	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
5	木	インターンシップ(2年)	休養日	学校		
6	金	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
7	土		練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
8	日	第2種電気工事士実技試験				
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	休養日			
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
14	土		城南大会予選リーグ	県内	9:00 ~ 16:00	7:00
15	日				~	
16	月	(検)国	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
19	木		休養日		~	
20	金		練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
21	土		城南大会決勝トーナメント	県内	9:00 ~ 13:00	4:00
22	日		城南大会決勝トーナメント	県内	9:00 ~ 13:00	4:00
23	月	クラスマッチ	練習	学校	16:30 ~ 19:00	2:30
24	火	終業式、年末懇親会			15:00 ~ 16:00	1:00
25	水				8:00 ~ 10:00	2:00
26	木		霧島盆地大会	県外	9:00 ~ 15:00	6:00
27	金		霧島盆地大会	県外	9:00 ~ 15:00	6:00
28	土		霧島盆地大会	県外	9:00 ~ 15:00	6:00
29	日	年末休暇	カルロスカップ	県内	9:00 ~ 15:00	6:00
30	月	年末休暇				
31	火	年末休暇				

休養日計画	3日	活動時間計画	79:30
		週当たりの練習時間	15:54

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 ソフトテニス 】

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	計
1	日		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
3	火	インターンシップ(2年)	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
4	水	インターンシップ(2年)	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
5	木	インターンシップ(2年)				
6	金	インターンシップ(2年)	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
7	土		練習	学校	9:00 ~ 14:00	5:00
8	日		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会				
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
14	土		練習	学校	9:00 ~ 14:00	5:00
15	日		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
16	月	(検)国	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
19	木					
20	金		練習	学校	17:00 ~ 19:00	2:00
21	土		練習	学校	9:00 ~ 14:00	5:00
22	日		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
23	月	クラスマッチ				
24	火	終業式、年末懇親会	練習	学校	14:00 ~ 16:00	2:00
25	水		練習	学校	9:00 ~ 14:00	5:00
26	木		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
27	金		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
28	土					
29	日	年末休暇				
30	月	年末休暇				
31	火	年末休暇				

休養日計画		活動時間計画	64:00
		週当たりの練習時間	12:48

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 】

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	計
1	日		休養日			
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
3	火	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
4	水	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
5	木	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
6	金	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
7	土		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
8	日		休養日			
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
14	土		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
15	日		休養日			
16	月	(検)国	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
19	木		練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
20	金		練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
21	土		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
22	日		試合	スポーツパレス	8:00 ~ 17:00	9:00
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式、年末懇親会	練習	学校	13:00 ~ 15:00	2:00
25	水		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
26	木		練習	八代工業	8:00 ~ 15:00	7:00
27	金		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
28	土		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
29	日	年末休暇	休養日			
30	月	年末休暇	休養日			
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画	7日	活動時間計画	61:30
		週当たりの練習時間	12:18

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 柔道部 】

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	計
1	日					
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
3	火	インターンシップ(2年)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
4	水	インターンシップ(2年)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
5	木	インターンシップ(2年)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
6	金	インターンシップ(2年)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
7	土		練習	柔道場	9:45 ~ 12:00	2:15
8	日					
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
14	土		練習	柔道場	9:45 ~ 12:00	2:15
15	日					
16	月	(検)国	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
19	木		練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
20	金		練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
21	土		練習	柔道場	9:45 ~ 12:00	2:15
22	日					
23	月	クラスマッチ	練習	柔道場	16:15 ~ 18:00	1:45
24	火	終業式、年末懇親会	練習	柔道場	13:00 ~ 14:45	1:45
25	水					
26	木					
27	金					
28	土					
29	日	年末休暇				
30	月	年末休暇				
31	火	年末休暇				

休養日計画	11日	活動時間計画	36:30
		週当たりの練習時間	7:18

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 剣道部 】

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	計
1	日		練習試合	未定	9:00 ~ 13:00	4:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
3	火	インターンシップ(2年)	稽古	本校	17:00 ~ 18:00	1:00
4	水	インターンシップ(2年)	稽古	本校	17:00 ~ 18:00	1:00
5	木	インターンシップ(2年)	稽古	本校	17:00 ~ 18:00	1:00
6	金	インターンシップ(2年)	休養日			
7	土		稽古	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
8	日		錬成会	菊池市総合体育館	9:00 ~ 13:00	4:00
9	月	(検)数 成績入力〆切	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	休養日			
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
14	土		稽古	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
15	日	人吉球磨地区学年別個人戦		山江村総合体育館	9:00 ~ 15:00	6:00
16	月	(検)国	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	休養日			
19	木		稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
20	金		稽古	本校	17:00 ~ 19:00	2:00
21	土		稽古	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
22	日		青龍旗大会	菊池市総合体育館	9:00 ~ 15:00	6:00
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式、年末懇親会	稽古	本校	14:00 ~ 17:00	3:00
25	水		錬成会	別府アリーナ	10:00 ~ 15:00	5:00
26	木		錬成大会	別府アリーナ	9:00 ~ 15:00	6:00
27	金		錬成会	大牟田市民体育館	10:00 ~ 15:00	5:00
28	土		錬成大会	大牟田市民体育館	9:00 ~ 15:00	6:00
29	日	年末休暇	稽古	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
30	月	年末休暇	稽古納め	本校	9:00 ~ 11:00	2:00
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画

5日

活動時間計画

80:00

週当たりの練習時間

16:00

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 サッカー 】

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		計
1	日		練習試合	熊本農業G	10:00	～ 15:00	5:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導 (2年)	休養日				
3	火	インターンシップ (2年)	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
4	水	インターンシップ (2年)	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
5	木	インターンシップ (2年)	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
6	金	インターンシップ (2年)	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
7	土		練習試合	翔陽G	10:00	～ 15:00	5:00
8	日		練習試合	学校G	10:00	～ 15:00	5:00
9	月	(検)数 成績入力〆切	休養日				
10	火	(短)(服) 建築科現場見学 (2A)	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
14	土		練習試合	かぐや姫G	10:00	～ 15:00	5:00
15	日		練習試合	学校G	10:00	～ 15:00	5:00
16	月	(検)国	休養日				
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア (1年)	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校G	16:30	18:30	2:00
19	木		練習	学校G	16:30	18:30	2:00
20	金		練習	学校G	16:30	18:30	2:00
21	土		練習	学校G	8:00	10:00	2:00
22	日		練習	学校G	8:00	10:00	2:00
23	月	クラスマッチ	休養日				
24	火	終業式、年末懇親会	練習	学校G	16:30	18:00	1:30
25	水		市比野温泉杯 (冬合宿)	鹿児島	12:00	16:00	4:00
26	木		市比野温泉杯 (冬合宿)	鹿児島	10:00	16:00	6:00
27	金		市比野温泉杯 (冬合宿)	鹿児島	10:00	16:00	6:00
28	土		練習	学校G	8:00	10:00	2:00
29	日	年末休暇	練習	学校G	8:00	10:00	2:00
30	月	年末休暇	練習	学校G	8:00	10:00	2:00
31	火	年末休暇	休養日				

休養日計画	5日	活動時間計画	76:30
		週当たりの練習時間	15:18

2019年度

12月

活動計画

部活動名【空手道部】

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	計
1	日		人吉市歳末たすけあい演芸会	人吉市カルチャーパレス	8:30 ~ 11:30	3:00
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
3	火	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
4	水	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
5	木	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
6	金	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
7	土		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
8	日		休養日			
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
14	土		佐賀練成会	佐賀	6:30 ~ 18:30	12:00
15	日		佐賀練成会	佐賀	6:30 ~ 18:30	12:00
16	月	(検)国	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	休養日			
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
19	木		練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
20	金		練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
21	土		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
22	日		宮崎フェニックス大会	宮崎武道館	6:30 ~ 18:30	12:00
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式、年末懇親会	練習	学校	13:00 ~ 15:00	2:00
25	水		練習	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
26	木		休養日			
27	金		休養日			
28	土		休養日			
29	日	年末休暇	休養日			
30	月	年末休暇	休養日			
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画	9日	活動時間計画	78:00
		週当たりの練習時間	15:36

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 水泳部 】

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	計
1	日		休養日			
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
3	火	インターンシップ(2年)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
4	水	インターンシップ(2年)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
5	木	インターンシップ(2年)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
6	金	インターンシップ(2年)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
7	土		体カトレーニング	本校プール	9:00 ~ 12:30	3:30
8	日		休養日			
9	月	(検)数 成績入力×切	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	休養日			
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
14	土		体カトレーニング	本校プール	9:00 ~ 12:30	3:30
15	日		休養日			
16	月	(検)国	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
19	木		体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
20	金		体カトレーニング	本校プール	16:30 ~ 17:30	1:00
21	土		体カトレーニング	本校プール	9:00 ~ 12:30	3:30
22	日		休養日			
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式、年末懇親会	体カトレーニング	本校プール	13:30 ~ 15:30	2:00
25	水		体カトレーニング	本校プール	10:00 ~ 12:30	2:30
26	木		体カトレーニング	本校プール	9:00 ~ 12:30	3:30
27	金		体カトレーニング	本校プール	9:00 ~ 12:30	3:30
28	土		休養日			
29	日	年末休暇	休養日			
30	月	年末休暇	休養日			
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画	10日	活動時間計画	36:00
		週当たりの練習時間	7:12

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 ハンドボール 】

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	計
1	日		休養日			
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
3	火	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
4	水	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
5	木	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
6	金	インターンシップ(2年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
7	土		練習(国分中央高校)	山江体育館	9:00 ~ 15:00	6:00
8	日		休養日			
9	月	(検)数 成績入力〆切	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	学校	13:30 ~ 15:30	2:00
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
14	土		練習	山江体育館	9:00 ~ 12:00	3:00
15	日		練習(小林秀峰高校)	小林市体育館	8:30 ~ 16:30	8:00
16	月	(検)国	休養日			
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
19	木		練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
20	金		練習	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
21	土		新人戦(決勝リーグ)	鹿本体育館	9:00 ~ 17:00	8:00
22	日		新人戦(決勝リーグ)	鹿本体育館	10:00 ~ 17:00	7:00
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式、年末懇親会	練習	学校	12:30 ~ 15:30	3:00
25	水		練習	スポーツパレス	13:00 ~ 17:00	4:00
26	木		練習	学校	8:30 ~ 11:30	3:00
27	金		練習	学校	8:30 ~ 11:30	3:00
28	土		練習	学校	8:30 ~ 11:30	3:00
29	日	年末休暇	休養日			
30	月	年末休暇	休養日			
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画

7日

活動時間計画

76:00

週当たりの練習時間

15:12

2019年度

12月

活動計画

部活動名【 弓道 】

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	計
1	日					
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
3	火	インターンシップ(2年)		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
4	水	インターンシップ(2年)	定時退勤日	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
5	木	インターンシップ(2年)		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
6	金	インターンシップ(2年)		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
7	土			学校	9:00 ~ 12:00	3:00
8	日					
9	月	(検)数 成績入力〆切		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	定時退勤日	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
14	土			学校	9:00 ~ 12:00	3:00
15	日					
16	月	(検)国		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	定時退勤日	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
19	木			学校	17:00 ~ 18:30	1:30
20	金			学校	17:00 ~ 18:30	1:30
21	土			学校	9:00 ~ 12:00	3:00
22	日					
23	月	クラスマッチ		学校	17:00 ~ 18:30	1:30
24	火	終業式、年末懇親会		学校	13:00 ~ 15:30	2:30
25	水			学校	9:00 ~ 12:00	3:00
26	木			学校	9:00 ~ 12:00	3:00
27	金			学校	9:00 ~ 12:00	3:00
28	土		合同練習(宮崎日章学園)	人吉弓道場	12:00 ~ 16:00	4:00
29	日	年末休暇	合同練習(宮崎日章学園)	人吉弓道場	9:00 ~ 15:00	6:00
30	月	年末休暇				
31	火	年末休暇				

休養日計画	日	活動時間計画	53:00
		週当たりの練習時間	10:36

2019年度

12月

活動計画

部活動名【カヌー部】

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	計
1	日		休養日			
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
3	火	インターンシップ(2年)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
4	水	インターンシップ(2年)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
5	木	インターンシップ(2年)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
6	金	インターンシップ(2年)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
7	土		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:30	3:30
8	日		練習(人吉駅伝)	人吉市	9:00 ~ 12:30	3:30
9	月	(検)数 成績入力〆切	休養日			
10	火	(短)(服) 建築科現場見学(2A)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
11	水	長距離走事前指導、職員胃がん検診	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
12	木	成績一覧表提出、校内長距離走大会	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
14	土		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:30	3:30
15	日		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:30	3:30
16	月	(検)国	休養日			
17	火	(運)、くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会、衛生委員会	練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
19	木		練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
20	金		練習	カヌー艇庫	16:30 ~ 19:00	2:30
21	土		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:30	3:30
22	日		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:30	3:30
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式、年末懇親会	練習	カヌー艇庫	14:00 ~ 16:00	2:00
25	水		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:00	3:00
26	木		練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:00	3:00
27	金		練習(九州合宿)	菱刈	9:00 ~ 12:30	3:30
28	土		練習(九州合宿)	菱刈	9:00 ~ 12:30	3:30
29	日	年末休暇	練習(九州合宿)	菱刈	9:00 ~ 12:30	3:30
30	月	年末休暇	練習	カヌー艇庫	9:00 ~ 12:00	3:00
31	火	年末休暇	休養日			

休養日計画

5日

活動時間計画

75:00

週当たりの練習時間

15:00

2019年度

12月

活動計画

部活動名【ボウリング】

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	計
1	日		休養日			
2	月	(検)英【1年のみ】 インターンシップ事前指導(2年)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
3	火	インターンシップ(2年)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
4	水	インターンシップ(2年)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
5	木	インターンシップ(2年)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
6	金	インターンシップ(2年)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
7	土		自主練習	スターレーン	9:00 ~ 11:30	2:30
8	日		休養日			
9	月	(検)数	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
10	火	(短)(服)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
11	水	長距離走事前指導	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
12	木	校内長距離走大会	練習	スターレーン	14:00 ~ 16:00	2:00
13	金	予備日(長距離走大会)、パソコン検定	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
14	土		自主練習	スターレーン	9:00 ~ 11:30	2:30
15	日		大会	スターレーン	8:30 ~ 17:00	8:30
16	月	(検)国	休養日			
17	火	くまもとお仕事探検フェア(1年)	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
18	水	④⑤⑥管内事業所説明会	練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
19	木		練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
20	金		練習	スターレーン	16:30 ~ 18:30	2:00
21	土		休養日			
22	日		休養日			
23	月	クラスマッチ	休養日			
24	火	終業式	練習	スターレーン	13:00 ~ 15:00	2:00
25	水		練習	スターレーン	8:30 ~ 11:30	3:00
26	木		休養日			
27	金		休養日			
28	土		休養日			
29	日		休養日			
30	月		休養日			
31	火		休養日			

休養日計画	12日	活動時間計画	46:30
		週当たりの練習時間	9:18