

令和6年度 部活動 3ヶ月活動計画

矢部高等学校

【陸上競技】部

令和6年度 4~6月

【 4 月】

【 5 月】

【 6 月】

日	曜	行事・大会等	活動場所	休養日	活動時間	日	曜	行事・大会等	活動場所	休養日	活動時間	日	曜	行事・大会等	活動場所	休養日	活動時間
1	月	練習	校内		1.5	1	水	休み		○		1	土	高校総体	校外		試合
2	火	練習	校内		1.5	2	木	練習	校内		1.5	2	日	高校総体	校外		試合
3	水	休み		○		3	金	練習	校内		1.5	3	月	休み		○	
4	木	練習	校内		1.5	4	土	練習	校内		1.5	4	火	練習	校内		1.5
5	金	練習	校内		1.5	5	日	休み		○		5	水	休み		○	
6	土	休み		○		6	月	休み		○		6	木	練習	校内		1.5
7	日	休み		○		7	火	練習	校内		1.5	7	金	練習	校内		1.5
8	月	練習	校内		1.5	8	水	練習	校内		1.5	8	土	練習			
9	火	練習	校内		1.5	9	木	練習	校内		1.5	9	日	休み		○	
10	水	休み		○		10	金	練習	校内		1.5	10	月	練習	校内		1.5
11	木	練習	校内		1.5	11	土	体育大会準備		○		11	火	練習	校内		1.5
12	金	練習	校内		1.5	12	日	体育大会		○		12	水	休み		○	
13	土	休み		○		13	月	休み		○		13	木	練習	校内		1.5
14	日	休み		○		14	火	休み		○	1.5	14	金	練習	校内		1.5
15	月	練習	校内		1.5	15	水	練習	校内		1.5	15	土	練習	校内		1.5
16	火	練習	校内		1.5	16	木	練習	校内		1.5	16	日	休み		○	
17	水	練習	校内		1.5	17	金	練習	校内		1.5	17	月	練習	校内		1.5
18	木	練習	校内		1.5	18	土	練習	校内		1.5	18	火	練習	校内		1.5
19	金	練習	校内		1.5	19	日	休み		○		19	水	休み		○	
20	土	休み		○		20	月	練習	校内		1.5	20	木	練習	校内		1.5
21	日	休み		○		21	火	練習	校内		1.5	21	金	練習	校内		1.5
22	月	練習	校内		1.5	22	水	休み		○		22	土	練習	校内		1.5
23	火	練習	校内		1.5	23	木	練習	校内		1.5	23	日	休み		○	
24	水	休み		○		24	金	練習	校内		1.5	24	月	練習	校内		1.5
25	木	練習	校内		1.5	25	土	練習	校内		1.5	25	火	練習	校内		1.5
26	金	練習	校内		1.5	26	日	休み		○		26	水	休み		○	
27	土	練習	校内		1.5	27	月	練習	校内		1.5	27	木	テスト休み		○	
28	日	休み		○		28	火	練習	校内		1.5	28	金	テスト休み		○	
29	月	休み		○		29	水	休み		○		29	土	テスト休み		○	
30	火	練習	校内		1.5	30	木	練習	校内		1.5	30	日	テスト休み		○	
						31	金	高校総体	校外		試合						

月間休養日 平日	3	日
月間休養日 休業日	8	日
活動日 合計	19	日
月間総活動時間	28.5	時間

月間休養日 平日	5	日
月間休養日 休業日	6	日
活動日 合計	20	日
月間総活動時間	30	時間

月間休養日 平日	7	日
月間休養日 休業日	5	日
活動日 合計	18	日
月間総活動時間	22.5	時間