令和5年度

県立寒河江高校　陸上競技部活動　年間計画・実績表

記入の仕方：「時間」には活動時間（h）の数字を記入すること　「休養日」には設定した期日に「1」を入力すること
「特記事項」には学校行事や校内以外の部活動場所、大会等を記載すること。

顧問氏名

4月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土					
2	日					
3	月					
4	火					
5	水					
6	木					
7	金					始業式・入学式
8	土					
9	日					
10	月					
11	火					
12	水					
13	木					
14	金					
15	土					
16	日					
17	月					
18	火					
19	水					部会
20	木					
21	金					
22	土					
23	日					
24	月					
25	火					
26	水					
27	木					
28	金					
29	土					昭和の日
30	日					

	計画	実績
平日休養日	0	0
休日休養日	0	0
平日活動時間平均	#DIV/0!	#DIV/0!
休日活動時間平均	#DIV/0!	#DIV/0!

5月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	月	2				
2	火	2				
3	水	3				憲法記念日
4	木	8				みどりの日
5	金	8				こどもの日
6	土		1			
7	日		1			
8	月	2				
9	火	2				
10	水		1			
11	木	2				
12	金	2				
13	土	3				地区大会
14	日		1			地区大会
15	月	2				
16	火	2				
17	水		1			
18	木	1				
19	金	1				
20	土		1			
21	日		1			
22	月					中間試験
23	火					中間試験
24	水	2				中間試験
25	木	8				県大会
26	金	8				県大会
27	土	8				県大会
28	日	8				県大会
29	月		1			
30	火	2				
31	水		1			

	計画	実績
平日休養日	4	0
休日休養日	5	0
平日活動時間平均	3.4	#DIV/0!
休日活動時間平均	6.3	#DIV/0!

6月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木	2				
2	金	2				
3	土	3				
4	日	8				西村山選手権
5	月		1			代休
6	火	2				
7	水		1			
8	木	2				
9	金	2				
10	土	3				
11	日		1			
12	月	2				
13	火	2				
14	水		1			
15	木	2				
16	金	2				
17	土	3				
18	日		1			
19	月	2				
20	火	2				
21	水		1			
22	木	1				
23	金	1				
24	土	8				地区国体予選
25	日		1			
26	月		1			
27	火		1			
28	水		1			
29	木		1			1期末試験
30	金		1			1期末試験

	計画	実績
平日休養日	9	0
休日休養日	3	0
平日活動時間平均	1.8	#DIV/0!
休日活動時間平均	5.0	#DIV/0!

7月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土		1			
2	日		1			
3	月		1			1期末試験
4	火	2				1期末試験
5	水		1			
6	木	2				
7	金	2				
8	土	3				
9	日		1			
10	月	2				
11	火	2				体育祭
12	水		1			体育祭
13	木	2				
14	金	8				県選手権
15	土	8				県選手権
16	日	8				県選手権
17	月		1			海の日
18	火	2				
19	水		1			終業式
20	木	2				
21	金	2				
22	土	3				
23	日		1			
24	月	2				
25	火	2				
26	水		1			
27	木	2				
28	金	2				
29	土	3				
30	日		1			
31	月	2				

	計画	実績
平日休養日	6	0
休日休養日	5	0
平日活動時間平均	2.4	#DIV/0!
休日活動時間平均	5.0	#DIV/0!

8月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	火	3				
2	水		1			
3	木	3				
4	金	3				
5	土	3				
6	日		1			
7	月	3				
8	火	3				
9	水		1			
10	木	3				
11	金	3				山の日
12	土		1			
13	日		1			
14	月		1			
15	火		1			
16	水	3				
17	木	3				
18	金	3				
19	土	3				
20	日	8				地区新人
21	月	8				地区新人
22	火		1			
23	水		1			
24	木	2				
25	金	2				
26	土	3				
27	日		1			
28	月	2				
29	火	2				
30	水		1			
31	木	2				

	計画	実績
平日休養日	7	0
休日休養日	4	0
平日活動時間平均	3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	4.3	#DIV/0!

9月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	金	2				寒高祭
2	土		1			寒高祭
3	日	3				
4	月	2				
5	火	2				
6	水		1			
7	木	8				県新人
8	金	8				県新人
9	土	8		県新人		県新人
10	日	8				県新人
11	月					代休
12	火	2				
13	水		1			
14	木	2				
15	金	2				
16	土	3				
17	日		1			
18	月	2				敬老の日
19	火	2				
20	水		1			
21	木	2				
22	金		1			
23	土		1			秋分の日
24	日		1			
25	月		1			
26	火		1			
27	水		1			
28	木		1			
29	金		1			2中間試験
30	土		1			

	計画	実績
平日休養日	9	0
休日休養日	5	0
平日活動時間平均	3.1	#DIV/0!
休日活動時間平均	5.5	#DIV/0!

10月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	日		1			
2	月		1			2中間試験
3	火	2				2中間試験
4	水		1			
5	木	2				
6	金	2				
7	土	3				
8	日		1			
9	月		1			スポーツの日
10	火	2				
11	水		1			
12	木	2				
13	金	2				
14	土	3				
15	日		1			
16	月	2				
17	火	2				
18	水		1			
19	木	2				
20	金	2				
21	土	3				
22	日	1				
23	月	2				
24	火	2				
25	水		1			
26	木	2				
27	金	2				
28	土	3				
29	日	1				
30	月	2				
31	火	2				

	計画	実績
平日休養日	6	0
休日休養日	3	0
平日活動時間平均	2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	2.3	#DIV/0!

11月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	水		1			
2	木	2				
3	金	8				強化記録会
4	土		1			
5	日		1			
6	月	2				
7	火	2				
8	水		1			
9	木	2				
10	金	2				
11	土	3				
12	日		1			修学旅行
13	月	2				修学旅行
14	火	2				修学旅行
15	水		1			修学旅行
16	木	2				
17	金	2				
18	土	3				
19	日		1			
20	月	2				
21	火	2				
22	水		1			
23	木		1			勤労感謝の日
24	金		1			
25	土		1			
26	日		1			
27	月		1			
28	火		1			
29	水		1			
30	木		1			2期末考査

	計画	実績
平日休養日	10	0
休日休養日	6	0
平日活動時間平均	2.5	#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0	#DIV/0!

12月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	金		1			2期末試験
2	土		1			2期末試験
3	日		1			
4	月		1			2期末試験
5	火	2				2期末試験
6	水		1			
7	木	2				
8	金	2				
9	土	3				
10	日		1			
11	月	2				
12	火	2				
13	水		1			
14	木	2				
15	金	2				
16	土	3				
17	日		1			
18	月	2				
19	火	2				
20	水		1			
21	木	2				終業式
22	金	2				
23	土	3				
24	日		1			
25	月	2				
26	火	2				
27	水		1			
28	木	2				
29	金		1			
30	土		1			
31	日		1			

	計画	実績
平日休養日	7	0
休日休養日	7	0
平日活動時間平均	2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0	#DIV/0!

1月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	月		1			元日
2	火		1			
3	水		1			
4	木	2				
5	金	2				
6	土	3				
7	日		1			
8	月		1			成人の日
9	火	2				始業式
10	水		1			
11	木	2				
12	金	2				
13	土	3				
14	日		1			
15	月	2				
16	火	2				
17	水		1			
18	木	2				
19	金	2				
20	土	3				
21	日		1			
22	月	2				
23	火	2				
24	水		1			
25	木	2				
26	金	2				
27	土	3				
28	日		1			
29	月	2				
30	火	2				
31	水		1			

	計画	実績
平日休養日	8	0
休日休養日	4	0
平日活動時間平均	2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0	#DIV/0!

2月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木	2				
2	金	2				
3	土	3				
4	日		1			
5	月	2				
6	火	2				
7	水		1			
8	木	2				
9	金	2				
10	土	3				
11	日		1			建国記念の日
12	月		1			振替休日
13	火	2				
14	水		1			
15	木		1			
16	金		1			
17	土		1			
18	日		1			
19	月		1			
20	火		1			
21	水		1			年度末試験
22	木		1			年度末試験
23	金		1			天皇誕生日
24	土		1			
25	日		1			
26	月		1			年度末試験
27	火	2				年度末試験
28	水		1			
29	木	2				

	計画	実績
平日休養日	12	0
休日休養日	6	0
平日活動時間平均	2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0	#DIV/0!

3月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	金		1			卒業式
2	土		1			
3	日		1			
4	月		1			代休
5	火		1			
6	水		1			
7	木		1			高校入選
8	金		1			
9	土		1			
10	日		1			
11	月		1			
12	火		1			
13	水		1			
14	木		1			
15	金		1			
16	土		1			
17	日		1			合格発表
18	月		1			代休
19	火	2				
20	水	2				春分の日
21	木	2				終了式
22	金	3				
23	土	3				
24	日		1			
25	月	2				
26	火	2				
27	水		1			
28	木	2				
29	金	2				
30	土	3				
31	日	2				

	計画	実績
平日休養日	13	0
休日休養日	7	0
平日活動時間平均	2.1	#DIV/0!
休日活動時間平均	2.7	#DIV/0!

平日休養日	
計画	91
実績	0

休日休養日	
計画	55
実績	0

休養日合計	
計画	146
実績	0