

2022年度 山形県立高畠高校

陸上競技部 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 土屋 岳・池野謙司

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

		計画		実績	
平日休養日		8		0	
休日休養日		5		0	
平日活動時間平均		2.0		#DIV/0!	
休日活動時間平均		2.4		#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	日		1			
2	月	2				
3	祝	7				
4	祝		1			
5	祝	3				
6	金	2				
7	土	7				
8	日	7				
9	月		1			
10	火	2				
11	水	2				
12	木	2				
13	金		1			
14	土		1			
15	日	3				
16	月		1			
17	火	2				
18	水	2				
19	木	2				
20	金		1			
21	土	3				
22	日		1			
23	月	2				
24	火	2				
25	水	2				
26	木	7				
27	金	7				
28	土	7				
29	日	7				
30	月		1			
31	火		1			

		計画		実績	
平日休養日		6		0	
休日休養日		4		0	
平日活動時間平均		2.8		#DIV/0!	
休日活動時間平均		5.5		#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	水	2				
2	木	2				
3	金		1			
4	土	3				
5	日		1			
6	月		1			
7	火	2				
8	水	2				
9	木	2				
10	金		1			
11	土	3				
12	日		1			
13	月	2				
14	火		1			
15	水	1				
16	木	2				
17	金		1			
18	土	2				
19	日		1			
20	月	1				
21	火	1				
22	水	1				
23	木	1				
24	金	1				
25	土	2				
26	日		1			
27	月	2				
28	火		1			
29	水		1			
30	木		1			

		計画		実績	
平日休養日		13		0	
休日休養日		4		0	
平日活動時間平均		1.9		#DIV/0!	
休日活動時間平均		2.5		#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	金	2				
2	土	3				
3	日		1			
4	月		1			
5	火	2				
6	水	2				
7	木	2				
8	金		1			
9	土	3				
10	日		1			
11	月		1			
12	火	2				
13	水	2				
14	木	2				
15	金		1			
16	土	3				
17	日		1			
18	月		1			
19	火	2				
20	水	1				
21	木	2				
22	金		1			
23	土	3				
24	日		1			
25	月	2				
26	火	2				
27	水	2				
28	木	2				
29	金		1			
30	土	3				
31	日		1			

		計画		実績	
平日休養日		7		0	
休日休養日		5		0	
平日活動時間平均		1.9		#DIV/0!	
休日活動時間平均		3.0		#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	月		1			
2	火	2				
3	水	2				
4	木	2				
5	金		1			
6	土	3				
7	日		1			
8	月		1			
9	火	2				
10	水	2				
11	木	3				
12	金		1			
13	土	3				
14	日		1			
15	月		1			
16	火	1				
17	水	2				
18	木	2				
19	金		1			
20	土	3				
21	日		1			
22	月	2				
23	火	2				
24	水	2				
25	木		1			
26	金		1			
27	土	3				
28	日		1			
29	月		1			
30	火	2				
31	水	2				

		計画		実績	
平日休養日		10		0	
休日休養日		4		0	
平日活動時間平均		2.1		#DIV/0!	
休日活動時間平均		3.0		#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	木	2				
2	金		1			
3	土	3				
4	日		1			
5	月		1			
6	火	2				
7	水	2				
8	木	2				
9	金	7				
10	土	7				
11	日	7				
12	月		1			
13	火		1			
14	水		1			
15	木		1			
16	金		1			
17	土		1			
18	日		1			
19	月		1			
20	火		1			
21	水		1			
22	木	2				
23	金	3				
24	土		1			
25	日		1			
26	月	2				
27	火	2				
28	水	1				
29	木	2				
30	金		1			

		計画		実績	
平日休養日		11		0	
休日休養日		5		0	
平日活動時間平均		2.5		#DIV/0!	
休日活動時間平均		5.7		#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	土	3				
2	日		1			
3	月		1			
4	火		1			
5	水		1			
6	木		1			
7	金		1			
8	土	3				
9	日		1			
10	月		1			
11	火	2				
12	水	1				
13	木		1			
14	金		1			
15	土	3				
16	日		1			
17	月		1			
18	火	2				
19	水	2				
20	木	2				
21	金		1			
22	土	3				
23	日		1			
24	月		1			
25	火	2				
26	水	1				
27	木	2				
28	金	2				
29	土	3				
30	日		1			
31	月		1			

		計画		実績	
平日休養日		12		0	
休日休養日		5		0	
平日活動時間平均		1.8		#DIV/0!	
休日活動時間平均		3.0		#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	火	2				
2	水	2				
3	木		1			
4	金	2				
5	土	3				
6	日		1			
7	月		1			
8	火	2				
9	水	2				
10	木	2				
11	金		1			