

2025年度

米沢興譲館高校 陸上競技部活動 年間計画表

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 齋藤大気 大瀧真由 坂野理絵

4月 計画 実績 特記事項
1 火 1 春季休業
2 水 3 ~4/6まで
3 木 3
4 金 1
5 土 3
6 日 3
7 月 1 始業式・入学式
8 火 2 2,3年課題テスト
9 水 1 2,3年課題テスト
10 木 2
11 金 2
12 土 7 米沢記録会
13 日 1
14 月 2
15 火 2
16 水 1
17 木 2
18 金 2
19 土 3
20 日 8 県記録会
21 月 1
22 火 2
23 水 1
24 木 2
25 金 2
26 土 3
27 日 1
28 月 2
29 火 3 昭和の日
30 水 1

計画 実績
平日休養日 8 0
休日休養日 2 0
平日活動時間平均 2.2 #DIV/0!
休日活動時間平均 4.5 #DIV/0!

5月 計画 実績 特記事項
1 木 2
2 金 2
3 土 8 通信陸上
4 日 1
5 月 1
6 火 3
7 水 1
8 木 2
9 金 2
10 土 8 地区高校総体
11 日 8 地区高校総体
12 月 1 5/10振休
13 火 2 学習振返強化
14 水 1 ~5/16
15 木 2
16 金 2
17 土 3
18 日 1
19 月 2
20 火 2
21 水 1
22 木 2
23 金 2
24 土 2
25 日 1
26 月 8 県高校総体
27 火 8 県高校総体
28 水 8 県高校総体
29 木 8 県高校総体
30 金 1
31 土 6 夏期スプリント記録会

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 3.6 #DIV/0!
休日活動時間平均 5.8 #DIV/0!

6月 計画 実績 特記事項
7 日 1
2 月 2
3 火 2
4 水 1
5 木 2
6 金 2
7 土 8 記録会
8 日 1
9 月 2
10 火 2
11 水 1
12 木 2
13 金 2 東北大会
14 土 1 東北大会
15 日 1 東北大会
16 月 2
17 火 2
18 水 2
19 木 2 評価1週間前
20 金 1
21 土 6 国スポ地区予選
22 日 1
23 月 1
24 火 1
25 水 1
26 木 1 1学期期末評価
27 金 1 ~7/1
28 土 1
29 日 1
30 月 1

計画 実績
平日休養日 9 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 7.0 #DIV/0!

7月 計画 実績 特記事項
1 火 2
2 水 1
3 木 2
4 金 2
5 土 3
6 日 1
7 月 2
8 火 2
9 水 1
10 木 2
11 金 2
12 土 3
13 日 6 国スポ県予選
14 月 1
15 火 2
16 水 1
17 木 2
18 金 2
19 土 6 国スポ県予選
20 日 6 国スポ県予選
21 月 1 海の日
22 火 2
23 水 1
24 木 2
25 金 2 終業式
26 土 3 夏季休業
27 日 1 ~8/21
28 月 3 7/26振休
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 2 0
平日活動時間平均 2.1 #DIV/0!
休日活動時間平均 4.5 #DIV/0!

8月 計画 実績 特記事項
1 金 2
2 土 3
3 日 1
4 月 2
5 火 2
6 水 1
7 木 2
8 金 2
9 土 1 学校閉庁日
10 日 1 ~8/15
11 月 1
12 火 1
13 水 1
14 木 1
15 金 1
16 土 1
17 日 1
18 月 2
19 火 2
20 水 1
21 木 2
22 金 2 始業式・課題テスト
23 土 3
24 日 1
25 月 2
26 火 2
27 水 1
28 木 1
29 金 1
30 土 1
31 日 1 合唱祭 興譲祭 ~8/30

計画 実績
平日休養日 10 0
休日休養日 8 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!

9月 計画 実績 特記事項
7 月 3 8/30振休
2 火 2
3 水 1
4 木 8 県高校新人
5 金 8 県高校新人
6 土 8 県高校新人
7 日 8 県高校新人
8 月 1
9 火 2
10 水 1
11 木 2
12 金 2
13 土 3
14 日 1
15 月 1 敬老の日
16 火 2
17 水 1
18 木 2
19 金 2
20 土 3 地区新人(主会期)
21 日 1 評価1週間前
22 月 2
23 火 3 秋分の日
24 水 1
25 木 8 東北高校新人
26 金 8 東北高校新人
27 土 8 東北高校新人
28 日 1 合唱祭 興譲祭
29 月 1 2学期中間評価
30 火 1 ~10/2

計画 実績
平日休養日 8 0
休日休養日 3 0
平日活動時間平均 3.9 #DIV/0!
休日活動時間平均 6.0 #DIV/0!

10月 計画 実績 特記事項
1 水 1
2 木 1
3 金 2
4 土 3
5 日 6 置賜スプリント
6 月 1
7 火 2
8 水 1
9 木 2
10 金 2 県総文(~10/12)
11 土 3 県新人前期(屋外)
12 日 1 スポーツの日
13 月 3
14 火 2
15 水 1
16 木 2
17 金 2
18 土 3
19 日 1
20 月 2
21 火 2
22 水 1
23 木 2
24 金 2
25 土 8 県高校駅伝
26 日 1
27 月 2
28 火 2
29 水 1
30 木 2
31 金 2

計画 実績
平日休養日 7 0
休日休養日 3 0
平日活動時間平均 2.1 #DIV/0!
休日活動時間平均 4.6 #DIV/0!

11月 計画 実績 特記事項
1 日 8 県記録会
2 土 1
3 月 1
4 火 2
5 水 1
6 木 2
7 金 2
8 土 3
9 日 1
10 月 2
11 火 2
12 水 1 1週間前
13 木 1
14 金 1
15 土 1
16 日 1
17 月 1
18 火 1
19 水 1 2学期期末評価
20 木 1 ~11/25
21 金 1
22 土 1
23 日 1 勤労感謝の日
24 月 1 振替休日
25 火 1
26 水 2
27 木 2
28 金 2
29 土 3
30 日 1

計画 実績
平日休養日 12 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 4.7 #DIV/0!

12月 計画 実績 特記事項
1 月 2
2 火 2
3 水 1
4 木 2
5 金 2
6 土 3
7 日 1
8 月 2
9 火 2
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 終業式
26 金 2 冬季休業
27 土 1 ~1/5
28 日 1 学校閉庁日
29 月 1 ~1/3
30 火 1
31 水 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 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
1 木 1 元日
2 金 1
3 土 1
4 日 1
5 月 2
6 火 2 始業式・課題テスト
7 水 1 課題テスト
8 木 2
9 金 2
10 土 3
11 日 1
12 月 1 成人の日
13 火 2
14 水 1
15 木 2
16 金 2
17 土 1
18 日 1
19 月 2
20 火 2
21 水 1
22 木 2
23 金 2
24 土 3
25 日 1
26 月 2
27 火 2
28 水 1
29 木 2
30 金 2
31 土 3

計画 実績
平日休養日 7 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!

2月 計画 実績 特記事項
1 日 1
2 月 2
3 火 3 前期入学者選抜
4 水 1
5 木 2
6 金 2 1週間前
7 土 3
8 日 1
9 月 2
10 火 2
11 水 1 建国記念日
12 木 3 家庭学習日
13 金 2 学年末評価
14 土 3 ~2/18
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 3 天皇誕生日
24 火 2
25 水 1
26 木 2
27 金 2
28 土 3

計画 実績
平日休養日 4 0
休日休養日 4 0
平日活動時間平均 2.2 #DIV/0!
休日活動時間平均 3.0 #DIV/0!

3月 計画 実績 特記事項
1 日 1
2 月 2 卒業式
3 火 2
4 水 1
5 木 2
6 金 2
7 土 1 家庭学習日
8 日 1
9 月 1
10 火 1 家庭学習日
11 水 1 家庭学習日
12 木 1 家庭学習日
13 金 1 家庭学習日
14 土 1 家庭学習日
15 日 1
16 月 1 家庭学習日
17 火 1 家庭学習日
18 水 1 家庭学習日
19 木 2
20 金 3 春分の日
21 土 1
22 日 3
23 月 2 修了式
24 火 2 春季休業
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 10 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 3.0 #DIV/0!

平日休養日 計画 95 実績 0
休日休養日 計画 57 実績 0
休養日合計 計画 152 実績 0