

2019年度

山形中央高校 ハンドボール部活動

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。

顧問氏名佐藤陽一郎

4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	4				
3	水	4				
4	木		1			
5	金	6				強化練習
6	土	9				強化練習
7	日	9				強化練習
8	月		1			入学式
9	火	2				
10	水		1			
11	木	2				
12	金	2				
13	土	9				
14	日		1			
15	月		1			
16	火	2				
17	水		1			
18	木	2				強化練習
19	金	2				強化練習
20	土	9				
21	日	9				
22	月		1			
23	火	2				
24	水		1			
25	木	2				強化練習
26	金	2				強化練習
27	土		1			創立記念式典
28	日	4				
29	祝	4				
30	火	4				

5月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	水	9				
2	木	9				
3	祝	9				強化練習
4	土	9				強化練習
5	日	9				強化練習
6	祝		1			
7	火	2				
8	水		1			壮行式
9	木	2				
10	金	2				
11	土	9				地区総体
12	日	9				地区総体
13	月		1			
14	火		1			
15	水		1			
16	木	2				
17	金	2				
18	土	6				強化練習
19	日	6				強化練習
20	月		1			中間考査
21	火	2				中間考査
22	水		1			中間考査
23	木	2				
24	金	2				
25	土	6				強化練習
26	日	6				強化練習
27	月		1			
28	火	2				
29	水		1			
30	木	2				
31	金	8				

6月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土	6				強化練習
2	日	6				強化練習
3	月		1			
4	火		1			
5	水		1			
6	木	2				
7	金	8				県高校総体
8	土	8				県高校総体
9	日	8				県高校総体
10	月		1			
11	火		1			
12	水		1			
13	木	2				
14	金	2				
15	土	7				強化練習
16	日	8				強化練習
17	月		1			
18	火	1				
19	水		1			
20	木	2				
21	金	2				
22	土	6				強化練習
23	日	7				強化練習
24	月		1			
25	火	2				
26	水		1			
27	木	8				東北高校選手権
28	金	8				東北高校選手権
29	土	8				東北高校選手権
30	日	8				東北高校選手権

7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		1			
3	水		1			
4	木		1			
5	金	2				
6	土	6				強化練習
7	日	6				強化練習
8	月		1			
9	火	2				
10	水		1			
11	木	2				
12	金	2				
13	土	6				強化練習
14	日	6				強化練習
15	祝		1			
16	火		1			
17	水		1			
18	木	2				
19	金	2				
20	土	7				強化練習
21	日	7				強化練習
22	月		1			
23	火	3				
24	水	2				
25	木	2				
26	金	11				
27	土	11				
28	日	11				
29	月	11				
30	火	2				
31	水	6				

8月		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	木	4				
2	金	4				
3	土	4				
4	日	4				
5	月	4				
6	火	4				
7	水	4				
8	木	4				
9	金	4				
10	土	4				
11	日	4				
12	祝	4				
13	火	4				
14	水	4				
15	木	10				強化練習
16	金	10				強化練習
17	土	10				強化練習
18	日	10				強化練習
19	月		1			始業式
20	火		1			課題テスト
21	水	2				
22	木	7				ミ二国体
23	金	7				ミ二国体
24	土	7				ミ二国体
25	日	7				ミ二国体
26	月		1			
27	火	2				
28	水	2				
29	木	2				
30	金	2				
31	土		1			

9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			代休
3	火	2				
4	水	2				
5	木	2				
6	金	2				
7	土	8				地区新人
8	日	8				地区新人
9	月		1			
10	火		1			
11	水		1			
12	木	2				
13	金	2				
14	土	8				
15	日	8				
16	祝	8				
17	火	2				
18	水		1			
19	木	2				
20	金	2				
21	土	6				
22	日	6				
23	祝	6				
24	火		1			中間考査
25	水	2				中間考査
26	木	2				中間考査
27	金	2				
28	土	6				強化練習
29	日	6				強化練習
30	月		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		2.8	#DIV/0!
休日活動時間平均		7.6	#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		8	0
休日休養日		1	0
平日活動時間平均		3.5	#DIV/0!
休日活動時間平均		7.7	#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		10	0
休日休養日		0	0
平日活動時間平均		3.7	#DIV/0!
休日活動時間平均		7.2	#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		9	0
休日休養日		1	0
平日活動時間平均		3.8	#DIV/0!
休日活動時間平均		7.5	#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		3	0
休日休養日		1	0
平日活動時間平均		4.4	#DIV/0!
休日活動時間平均		6.0	#DIV/0!

		計画	実績
平日休養日		7	0
休日休養日		1	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!

10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	2				
4	金	2				
5	土	6				強化練習
6	日	7				強化練習
7	月		1			
8	火	2				
9	水		1			
10	木	2				
11	金	2				
12	土	7				強化練習
13	日	7				強化練習
14	祝	7				強化練習
15	火		1			
16	水		1			
17	木	2				
18	金	2				
19	土	7				強化練習
20	日	7				強化練習
21	月		1			
22	火	2				
23	水		1			
24	木	2				
25	金	2				
26	土	7				強化練習
27	日	6				強化練習
28	月		1			
29	火	2				
30	水	2				
31	木	2				

11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	8				県新人
3	日	8				県新人
4	祝	8				
5	火	2				
6	水	2				
7	木	2				
8	金	2				
9	土	7				強化練習
10	日	7				強化練習
11	月		1			
12	火	2				
13	水	2				
14	木	2				修学旅行
15	金	2				修学旅行
16	土	10				強化練習
17	日	10				強化練習
18	月		1			
19	火	2				
20	水	2				
21	木	2				