

校長	教頭	主幹教諭	生徒課長	生徒会係

(2019)年度 (陸上競技)部月間活動計画

12 月	目標	来シーズンに向けた体力の向上 & 技術の習得
------	----	------------------------

日	曜	学校行事等	公式戦・練習試合等	主な練習内容	活動実績(計画通りの場合は記入なし)
1	日			休養日	
2	月			基本練習・専門練習	
3	火			基本練習・専門練習	
4	水			休養日	
5	木			基本練習・専門練習	
6	金			基本練習・専門練習	
7	土			基本練習・専門練習	
8	日			休養日	
9	月	期末考査		休養日	
10	火	期末考査		休養日	
11	水	期末考査		休養日	
12	木	期末考査		休養日	
13	金	期末考査		休養日	
14	土			基本練習・専門練習	
15	日			休養日	
16	月			基本練習・専門練習	
17	火			基本練習・専門練習	
18	水			休養日	
19	木			基本練習・専門練習	
20	金			基本練習・専門練習	
21	土			基本練習・専門練習	
22	日			休養日	
23	月			基本練習・専門練習	
24	火	終業式		基本練習・専門練習	
25	水			基本練習・専門練習	
26	木			休養日	
27	金			基本練習・専門練習	
28	土		合宿	基本練習・専門練習	
29	日		合宿	基本練習・専門練習	
30	月		合宿	基本練習・専門練習	
31	火			休養日	

校長	教頭	主幹教諭	生徒課長	生徒会係

実績記入後