令和7年度　長井工業高校　陸上競技部　年間活動計画・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　佐藤学、佐原俊博、高梨早苗

4月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	火	3		2		着任式
2	水		1		1	職員会議
3	木	3		2		運営委員会
4	金	2		2		部活動顧問会
5	土	3		3		
6	日		1		1	
7	月	2		2		始業式・課テスト
8	火	2		2		入学式
9	水		1		1	対面式・部紹介
10	木	2		2		新入生ガイダンス
11	金	2		2		新入生ガイダンス
12	土	3		3		
13	日		1		1	
14	月	2		2		部集会・部登録
15	火	2		2		
16	水		1		1	部活動等教育振興会
17	木	2		2		
18	金	2		2		
19	土	3		3		
20	日		1		1	
21	月	2		2		職員会議
22	火	2		2		
23	水		1	2		
24	木	2			1	⑥議案書審議
25	金	2		2		⑦壮行式
26	土	3		3		
27	日		1	3		
28	月	2			1	
29	火	2		2		授業参観
30	水		1	2		

	計画	実績
平日休養日	5	5
休日休養日	4	3
平日活動時間平均	2.1	2.0
休日活動時間平均	3.0	3.0

5月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	木	2		2		
2	金	2		2		
3	土	3		3		憲法記念日
4	日		1		1	みどりの日
5	月	2		2		こどもの日
6	火	2		2		振替休日
7	水	2			1	（月）授業
8	木		1		1	
9	金	2		2		前期生徒総会
10	土	8		8		地区総体
11	日	8		8		地区総体
12	月		1		1	4/29代休
13	火		1	2		
14	水	1			1	考査1週間前
15	木	1		1		考査1週間前
16	金	1		1		考査1週間前
17	土	2		3		
18	日		1		1	
19	月	1		2		考査1週間前
20	火	1		2		考査1週間前
21	水		1	2		1学期中間考査
22	木	2			1	1学期中間考査
23	金	2		2		1学期中間考査
24	土		1		1	
25	日	2		2		
26	月	8		8		県高校総体
27	火	8		8		県高校総体
28	水	8		8		県高校総体
29	木	8		8		県高校総体
30	金		1	2		県総体
31	土	3			1	県総体

	計画	実績
平日休養日	5	5
休日休養日	3	3
平日活動時間平均	3.1	3.3
休日活動時間平均	4.3	4.8

6月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	日		1		1	県総体
2	月	2		2		
3	火	2		2		
4	水		1		1	
5	木	2		2		
6	金	2		2		
7	土	8		6		西置賜選手権
8	日		1		1	
9	月	2		2		
10	火	2		2		2年インターン
11	水		1		1	2年インターン
12	木	2		2		2年インターン
13	金	2		2		
14	土	3		3		
15	日		1		1	
16	月	2		2		
17	火	2		2		
18	水	2		2		W3工場見学
19	木		1		1	
20	金	2		2		
21	土	8		8		国スポ地区予選
22	日		1		1	
23	月	2		2		
24	火	2		2		
25	水		1	2		
26	木	1			1	期末試験1週間前
27	金	1		1		期末試験1週間前
28	土	2		2		
29	日		1		1	
30	月	1		1		期末試験1週間前

	計画	実績
平日休養日	4	4
休日休養日	5	5
平日活動時間平均	1.8	1.9
休日活動時間平均	5.3	4.8

7月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	火	1		1		期末試験1週間前
2	水		1		1	期末試験1週間前
3	木	2		1		1学期期末試験
4	金	2		1		1学期期末試験
5	土	3		2		
6	日		1		1	
7	月	2			1	1学期期末試験
8	火	2		2		1学期期末試験
9	水		1	2		
10	木	2		2		
11	金	2			1	CAD検定
12	土	3		3		
13	日	3		3		国スポ県予選
14	月	2			1	
15	火	2		2		W1工場見学
16	水		1	2		
17	木	2			1	
18	金	2		1		スポーツフェスティバル
19	土	3		6		国スポ県予選
20	日	3		6		国スポ県予選
21	月		1		1	海の日
22	火		1	2		
23	水	2		2		
24	木	2			1	（月）授業
25	金	2		2		終業式
26	土	2		3		
27	日		1		1	IH
28	月	3		3		IH
29	火	3		3		
30	水		1		1	
31	木	3		3		

	計画	実績
平日休養日	6	8
休日休養日	2	2
平日活動時間平均	2.1	1.9
休日活動時間平均	2.8	3.8

8月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	金	3		3		
2	土	3		3		
3	日		1		1	
4	月	3		3		
5	火	3		3		
6	水		1		1	
7	木	3		2		
8	金	3		2		
9	土	3		2		
10	日		1		1	
11	月		1		1	山の日
12	火		1		1	閉庁日
13	水		1		1	閉庁日
14	木		1		1	閉庁日
15	金		1		1	閉庁日
16	土	3		2		
17	日		1	2		
18	月	3			1	
19	火	3		2		
20	水		1	2		
21	木	3			1	
22	金	3		2		
23	土	3		2		
24	日		1		1	
25	月	2		2		始業式・課テスト
26	火	2		2		
27	水		1		1	（月）授業
28	木	2		2		
29	金	2		2		
30	土	3			1	
31	日		1	3		

	計画	実績
平日休養日	8	9
休日休養日	5	4
平日活動時間平均	2.7	2.3
休日活動時間平均	3.0	2.3

9月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	月	2		2		
2	火		1	2		
3	水	2			1	PM芸術鑑賞
4	木	8		6		県高校新人
5	金	8		8		県高校新人
6	土	8		8		県高校新人
7	日	8		8		県高校新人
8	月		1		1	
9	火	2		2		
10	水	2		2		
11	木		1		1	壮行式
12	金	2		2		基礎製図検定
13	土	3		3		地区新人（会期前）
14	日		1		1	地区新人（会期前）
15	月		1		1	敬老の日
16	火	2		2		
17	水	2		2		
18	木		1		1	
19	金	2		2		
20	土	3		3		地区新人（主会期）
21	日		1		1	地区新人（主会期）
22	月	2		2		
23	火	3		3		秋分の日
24	水		1	2		中間考査1週間前
25	木		1		1	中間考査1週間前
26	金		1	2		中間考査1週間前
27	土	3		2		
28	日		1		1	
29	月		1		1	中間考査1週間前
30	火		1		1	中間考査1週間前

	計画	実績
平日休養日	10	8
休日休養日	3	3
平日活動時間平均	3.1	2.8
休日活動時間平均	5.0	4.8

10月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	水		1		1	2学期中間考査
2	木		1		1	2学期中間考査
3	金	2		2		2学期中間考査
4	土	3		2		学校説明会
5	日		1		1	
6	月	3			1	10/4代休
7	火	2		2		
8	水	2		2		
9	木		1		1	
10	金	2		2		
11	土	3		3		県新人（前期）
12	日		1		1	県新人（前期）
13	月		1	3		スポーツの日
14	火	2		2		
15	水		1	2		
16	木	2			1	（月）授業
17	金	2		2		
18	土	3		3		
19	日		1	6		長井マラソン
20	月	2			1	長工祭準備
21	火	2		2		長工祭準備
22	水	2			1	長工祭準備
23	木	2		2		長工祭準備
24	金	6		2		長工祭　県高校駅伝
25	土	6			1	長工祭（一般公開）　県高校駅伝
26	日		1		1	西置賜トライアル
27	月	3		3		10/25代休
28	火	2		2		
29	水	2			1	
30	木		1	2		
31	金	2		2		

	計画	実績
平日休養日	6	8
休日休養日	4	4
平日活動時間平均	2.4	2.1
休日活動時間平均	3.8	3.5

11月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	土	3		2		県新人（後期）
2	日		1	2		県新人（後期）
3	月	3			1	文化の日
4	火	2		2		M1工場見学
5	水		1	2		
6	木	2			1	E1工場見学
7	金	2		2		
8	土	3		2		
9	日		1		1	
10	月	2		2		
11	火	2		2		
12	水		1	2		
13	木	2			1	
14	金	2		2		
15	土	3		2		
16	日		1	2		
17	月	2			1	
18	火	2		2		
19	水	2		2		
20	木		1		1	期末考査1週間前
21	金		1		1	期末考査1週間前
22	土		1		1	
23	日		1		1	勤労感謝の日
24	月		1		1	振替休日
25	火		1		1	期末考査1週間前
26	水		1		1	期末考査1週間前
27	木		1		1	2学期期末考査
28	金		1		1	2学期期末考査
29	土		1		1	
30	日		1		1	

	計画	実績
平日休養日	9	11
休日休養日	7	5
平日活動時間平均	2.1	2.0
休日活動時間平均	3.0	2.0

12月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	月		1		1	2学期期末考査
2	火	2		2		2学期期末考査
3	水	2		2		各種委員会
4	木		1	2		
5	金	2		2		
6	土	3		2		
7	日		1		1	
8	月	2		2		
9	火	2		2		
10	水		1			
11	木	2				
12	金	2				パソコン利用技術検定
13	土	3				
14	日		1			
15	月	2				
16	火	2				E科課題研究発表会
17	水		1			W科課題研究発表会
18	木	2				後期生徒総会
19	金	2				M科課題研究発表会
20	土	3				
21	日		1			
22	月	2				
23	火	2				終業式
24	水		1			
25	木	2				
26	金	2				
27	土	2				
28	日		1			
29	月		1			
30	火		1			
31	水		1			

	計画	実績
平日休養日	8	1
休日休養日	4	1
平日活動時間平均	2.0	2.0
休日活動時間平均	2.8	2.0

1月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	木		1			元日
2	金		1			
3	土		1			
4	日		1			
5	月		1			
6	火	2				始業式
7	水	2				
8	木		1			
9	金	2				（月）授業
10	土	3				
11	日		1			
12	月		1			成人の日
13	火	2				
14	水	2				
15	木		1			
16	金	2				情報技術検定
17	土	3				
18	日		1			
19	月	2				
20	火		1			前期A登校禁止
21	水	2				
22	木		1			全校課題研究発表会
23	金	2				
24	土	3				
25	日		1			
26	月	2				
27	火	2				
28	水		1			
29	木	2				前期A結果通知
30	金	2				
31	土	3				

	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	2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0	#DIV/0!

2月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	日		1			
2	月	2				
3	火	2				
4	水		1			
5	木	2				
6	金	2				
7	土	3				
8	日		1			
9	月	2				
10	火	2				
11	水	2				建国記念日
12	木		1			試験１週間前
13	金		1			試験１週間前
14	土		1			
15	日		1			
16	月		1			試験１週間前
17	火		1			試験１週間前
18	水		1			試験１週間前
19	木		1			1･2年学年末試験
20	金		1			1･2年学年末試験
21	土		1			
22	日		1			
23	月		1			天皇誕生日
24	火		1			1･2年学年末試験
25	水	2				1･2年学年末試験
26	木	2				
27	金	2				式予行
28	土	3				

	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	2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均	3.0	#DIV/0!

3月

日	曜	計画 時間	計画 休養日	実績 時間	実績 休養日	特記事項
1	日		1			卒業式
2	月		1			3/1代休
3	火	2				3/7代休
4	水	2				
5	木	2				
6	金	2				
7	土		1			後期学力検査
8	日	2				
9	月		1			生徒登校禁止
10	火		1			生徒登校禁止
11	水		1			生徒登校禁止
12	木		1			生徒登校禁止
13	金		1			生徒登校禁止
14	土	2				
15	日	2				
16	月		1			生徒登校禁止
17	火		1			生徒登校禁止
18	水	2				
19	木		1			成績・定例職員会議
20	金	2				春分の日
21	土	2				
22	日	3				長井ロード
23	月	2				修了式・離任式
24	火	3				
25	水		1			
26	木	3				
27	金	3				
28	土	3				
29	日		1			
30	月	3				
31	火		1			

	計画	実績
平日休養日	11	0
休日休養日	3	0
平日活動時間平均	2.4	#DIV/0!
休日活動時間平均	2.3	#DIV/0!

平日休養日	
計画	91
実績	59
休日休養日	
計画	51
実績	30
休養日合計	
計画	142
実績	89