

2024年度

山形東高校 卓球部 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。

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

		計画	実績
平日休養日		6	1
休日休養日		3	2
平日活動時間平均		3.0	3.0
休日活動時間平均		4.0	4.0

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

		計画	実績
平日休養日		4	0
休日休養日		2	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.5	#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	土	4				
2	日	4				
3	月	3				
4	火		1			
5	水	3				
6	木	3				
7	金	6				県高校総体
8	土	6				県高校総体
9	日	6				県高校総体
10	月		1			代休
11	火	1				
12	水	1				
13	木	1				
14	金	1				
15	土	1				
16	日	1				
17	月	1				
18	火	1				前期中間考査
19	水	1				前期中間考査
20	木	3				前期中間考査
21	金	3				
22	土	4				
23	日		1			
24	月	3				
25	火	3				
26	水		1			クラスマッチ
27	木	3				クラスマッチ
28	金	3				クラスマッチ
29	土	4				
30	日		1			

		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		3.3	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.7	#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	月	3				
2	火		1			
3	水	3				
4	木	3				
5	金	3				
6	土		1			
7	日	4				
8	月	3				
9	火		1			
10	水	3				
11	木	3				
12	金	6				国体県予選
13	土	6				国体県予選
14	日		1			
15	月	3				
16	火		1			
17	水	3				
18	木	3				
19	金	3				
20	休	4				
21	休	4				
22	休	4				
23	休		1			
24	休	4				
25	休	4				
26	休	4				
27	休		1			
28	休	4				
29	休	4				
30	休		1			
31	休	4				

		計画	実績
平日休養日		3	0
休日休養日		5	0
平日活動時間平均		3.3	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.2	#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	休	4				
2	休	4				
3	休	4				
4	休	4				
5	休		1			
6	休	4				
7	休	4				
8	休	4				
9	休	4				
10	休	4				
11	休	4				
12	休	4				
13	休		1			
14	休		1			
15	休		1			
16	休	4				
17	休	4				
18	休	4				
19	休	4				
20	休		1			
21	水	3				
22	木	3				
23	金	3				
24	土	4				
25	日		1			
26	月	3				
27	火	3				
28	水	3				
29	木		1			
30	金		1			山東祭
31	土	3				山東祭

		計画	実績
平日休養日		2	0
休日休養日		6	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.9	#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	日	3				山東祭
2	休	4				
3	休	4				
4	水	3				
5	木	3				
6	金	3				
7	土	4				
8	日	4				
9	月	3				
10	火		1			
11	水	3				
12	木	3				
13	金	3				
14	土	4				
15	日	4				
16	休	4				
17	水	3				
18	火	3				
19	木		1			
20	金	3				
21	土	6				地区新人戦
22	日	6				地区新人戦
23	休	3				
24	火		1			
25	水		1			
26	木		1			
27	金		1			
28	土		1			
29	日		1			
30	月		1			

		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		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.2	#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		1			前期期末考査
2	水		1			前期期末考査
3	木		1			前期期末考査
4	金	3				前期期末考査
5	土	6				全日本ジュニア
6	日		1			
7	月	3				
8	火		1			
9	水	3				
10	木	3				
11	金	3				
12	土	4				
13	日	6				全日本ダブルス
14	月	3				
15	火		1			
16	水	3				
17	木	3				
18	金	3				
19	土	4				
20	日		1			
21	月	3				
22	火		1			
23	水	3				
24	木	3				
25	金	3				
26	土					
27	日					
28	月					
29	火					
30	水					
31	木					

		計画	実績
平日休養日		6	0
休日休養日		2	0
平日活動時間平均		3.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		5.0	#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	金	3				
2	土	6				県新人戦
3	日	6				県新人戦
4	月		1			
5	火	3				
6	水	3				
7	木	3				
8	金	3				
9	土	4				
10	日		1			
11	月	3				
12	火		1			
13	水	3				
14	木	3				
15	金	3				
16	土	4				
17	日		1			
18	月	3				
19	火	3				
20	水	3				
21	木	3				
22	金					