

2025年度

山形東高校 バレーボール部 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		1			
2	休	3				
3	休	3				
4	休	3				
5	土	3				
6	日	3				
7	月		1			
8	火		1			
9	水	2				
10	木	2				
11	金	2				
12	土	3				
13	日	3				
14	月		1			
15	火	2				
16	水	2				
17	木	2				
18	金	2				
19	土	3				
20	日	3				
21	月		1			
22	火	2				
23	水	2				
24	木	2				
25	金	2				
26	土	3				
27	日	3				練習試合
28	月		1			
29	火	2				
30	水	2				

		計画	実績
平日休養日		5	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		3.0	#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	水	2				
2	木	2				
3	金	2				
4	土	3				
5	日	3				
6	月		1			
7	火	2				
8	水	2				
9	木	2				
10	金	2				
11	土	8				県選手権大会
12	日	3				
13	休		1			
14	火	2				
15	水	2				
16	木	2				
17	金	2				
18	土	8				県選手権大会 県選手権大会
19	日	8				
20	月		1			
21	火	2				
22	水	2				
23	木	2				
24	金	2				
25	土	3				
26	日	3				
27	月		1			
28	火	2				
29	水	2				
30	木	2				
31	金	2				

		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		2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.9	#DIV/0!

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

		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		2.4	#DIV/0!
休日活動時間平均		6.5	#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	土	8				地区新人大会
2	日	8				地区新人大会
3	休		1			
4	火	2				
5	水	2				
6	木	2				
7	金	2				
8	土	3				
9	日	3				
10	月		1			
11	火	2				
12	水	2				
13	木	2				
14	金	2				
15	土	3				
16	日	3				
17	月		1			
18	火	2				
19	水	2				
20	木	2				
21	金		1			考查1週間前
22	土		1			考查1週間前
23	日		1			考查1週間前
24	月		1			考查1週間前
25	火		1			考查1週間前
26	水		1			考查1週間前
27	木		1			考查1週間前
28	金		1			後期中間考查
29	土		1			
30	日		1			

		計画	実績
平日休養日		8	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		4.7	#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	日	8				県総体
2	休		1			代休
3	火	2				
4	水	2				
5	木	2				
6	金	2				
7	土	3				
8	日		1			
9	月		1			考查1週間前
10	火		1			考查1週間前
11	水		1			考查1週間前
12	木		1			考查1週間前
13	金		1			考查1週間前
14	土		1			考查1週間前
15	日		1			考查1週間前
16	月		1			前期中間考查
17	火		1			前期中間考查
18	水	2				前期中間考查
19	木	2				
20	金	2				
21	土	3				
22	日	3				
23	月		1			
24	火	2				
25	水	2				
26	木	2				
27	金	2				
28	土	3				
29	日	3				
30	月		1			

		計画	実績
平日休養日		9	0
休日休養日		4	0
平日活動時間平均		2.0	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.8	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		4	0
休日休養日		3	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!

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

		計画	実績
平日休養日		2	0
休日休養日		2	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
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	休		1			
2	休		1			
3	土		1			
4	日	3				
5	休		1			
6	休	3				
7	休	3				
8	木	3				
9	金	3				
10	土	3				
11	日	3				
12	休		1			
13	火	2				
14	水	2				
15	木	2				
16	金	2				