

2025年度山形東高校 男子ハンドボール部年間計画・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。

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

		計画	実績
平日休養日		6	0
休日休養日		4	0
平日活動時間平均		2.5	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.3	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		5	0
休日休養日		4	0
平日活動時間平均		2.5	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.0	#DIV/0!

		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		1			駅伝大会
3	土	3				
4	日		1			
5	休	3				
6	休	3				
7	水		1			
8	木	2				
9	金	3				
10	土	8				地区総体
11	日	8				
12	月		1			
13	火	2				
14	水		1			地区教研
15	木	2				
16	金	3				
17	土	3				
18	日		1			
19	月	3				学力考查
20	火	2				〃
21	水		1			
22	木	2				
23	金	3				
24	土	3				
25	日		1			
26	月	3				
27	火	2				
28	水		1			
29	木	2				
30	金	8				県総体
31	土	8				〃

		計画	実績
平日休養日		6	0
休日休養日		3	0
平日活動時間平均		2.8	#DIV/0!
休日活動時間平均		4.9	#DIV/0!

		計画		実績		特記事項
日	曜	時間	休養日	時間	休養日	
1	土	8				県新人
2	日	6	0			〃
3	休	0	1			
4	火	3				
5	水		1			
6	木	2				
7	金	3				
8	土		1			外部模試
9	日	3				
10	月	3				
11	火	2				
12	水		1			
13	木	2				
14	金	3				
15	土	3				
16	日		1			
17	月	3				
18	火	2				
19	水		1			
20	木		1			
21	金	0	1			
22	土	0	1			
23	日	1				
24	月		1			
25	火		1			
26	水		1			
27	木		1			
28	金		1			後期中間考查
29	土		1			
30	日		1			

		計画	実績
平日休養日		10	0
休日休養日		7	0
平日活動時間平均		2.6	#DIV/0!
休日活動時間平均		5.0	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		12	0
休日休養日		6	0
平日活動時間平均		2.8	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.8	#DIV/0!

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

		計画	実績
平日休養日		6	0
休日休養日		8	0
平日活動時間平均		2.6	#DIV/0!
休日活動時間平均		3.0	#DIV/0!

		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		1			
3	木	2				
4	金	3				
5	土	3				
6	日		1			
7	月	3				
8	火	2				
9	水		1			
10	木	2				
11	金	3				
12	土	3				
13	日		1			
14	月	3				
15	火	2				
16	水		1			
17	木	2				
18	金	3				
19	土	3				希望者模試
20	日		1			
21	休	3				
22	休	3				
23	休		1			
24	休	3				
25	休	3				
26	土	3				
27	日		1			
28	休	3				
29	休	3				
30	休		1			東北大OC
31	休	3				〃

		計画	実績
平日休養日		3	0
休日休養日		6	0
平日活動時間平均		2.5	#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		1			
5	休	3				
6	休	3				
7	休		1			
8	木	3				学力考查
9	金	3				
10	土	3				
11	日		1			
12	休	3				
13	火	2				
14	水		1			
15	木	2				
16	金		1			外部模試
17	土		1			〃
18	日	3				
19	月		1			入選準備
20	火		1			高校入選
21	水		1			
22	木	3				
23	金	3				
24	土	3				
25	日		1			
26	月	3				
27	火	2				
28	水		1			
29	木	2				
30	金	3				
31	土	3				希望者模試