

令和元年度 福岡県立八幡南高等学校 陸上部 活動計画（3ヶ月計画）

試合	日	試合	日	試合	8	日
練習	日	練習	日	練習	14	日
休養日	日	休養日	日	休養日	9	日

		3月		4月		5月			
日	曜	学校行事	活動計画 (活動時間、場所等)	曜	学校行事	活動計画 (活動時間、場所等)	曜	学校行事	活動計画 (活動時間、場所等)
1	日	卒業式	休み	水	諸会議	未定	金		16:30-19:00
2	月	新型コロナウイルス感染防止のため休校 (9日12時~12日は入試業務のため登校禁止)	新型コロナウイルス感染防止のため活動禁止  休部中部員心得 ○規則正しい生活を送り、免疫力を高める。 ・食事は栄養のバランスを考えたようにする。 ・睡眠時間は7~8時間確保する。 ○下記の注意事項を踏まえ、積極的に体力の保持増進に努める。 ・人が集まる場所や、集まる運動は禁止する。自宅や自宅周辺など、個人で運動できる場所で行うようにする。ただし、外が暗い時間など、安全性に欠ける条件下での運動は控えること。 ○感染症対策を十分に行う。 ・手洗い、換気、アルコール消毒等を積極的に実施する。 ・外出の必要がある場合は、マスクを活用し、人混みや公共交通機関等の混雑時間帯を避けるようにする。 ※3月20日以降については、今後の情勢を踏まえ連絡する。	木			土		福岡県選手権
3	火			金	職員研修① 職員会議		日	<憲法記念日>	福岡県選手権
4	水			土			月	<みどりの日>	休み
5	木			日			火	<こどもの日>	9:00-13:00
6	金			月	始業式 新転任式 大掃除入学式準備		水	<振替休日>	9:00-13:00
7	土			火	入学式		木		休み
8	日			水	離任式		金		16:30-19:00
9	月			木	休み		土		9:00-13:00
10	火			金	16:30-19:00		日		休み
11	水			土			月	西日本記録会(鞘ヶ谷)	9:00-13:00
12	木			日			火	西日本記録会(鞘ヶ谷)	9:00-13:00
13	金			月	休み		水		休み
14	土			火	自立と協働を学ぶ 体験活動		木		17:20-19:00
15	日			水	自立と協働を学ぶ 体験活動		金		全国高校総合体育大会 北部ブロック予選
16	月			木	自立と協働を学ぶ 体験活動		土		全国高校総合体育大会 北部ブロック予選
17	火			金	16:30-19:00		日		全国高校総合体育大会 北部ブロック予選
18	水			土	9:00-13:00		月		休み
19	木			日			火	朝日記録会(鞘ヶ谷)	休み
20	金			月	休み	水		休み	
21	土	火	16:30-19:00	木	中間考査①	休み			
22	日	水	16:30-19:00	金	中間考査②	13:30-14:30			
23	月	木	休み	土		9:00-10:00			
24	火	金	PTA総会	日		9:00-10:00			
25	水	土	9:00-13:00	月	中間考査③	休み			
26	木	日	休み	火	中間考査④	13:30-16:30			
27	金	月	16:30-19:00	水		16:30-19:00			
28	土	火	9:00-13:00	木		17:20-19:00			
29	日	水	<昭和の日>	金		全国高校総合体育大会 福岡県予選			
30	月	木	休み	土	進研模試(3年)	全国高校総合体育大会 福岡県予選			
31	火			日	進研模試(3年)	全国高校総合体育大会 福岡県予選			
備考									

※活動計画が変更になる場合は生徒を通じて保護者に連絡いたします。