

2026 年度 ( 1 学期 )

部活動年間計画 / 実績表

レスリング 部 (強化指定)

山形県立山形南高等学校

4 月	強化	計画		実績		特記事項
		平日	休日	平日	休日	
1	水	■				
2	木	■				
3	金	○				
4	土		○			
5	日		■			
6	月	○				
7	火	■				
8	水	■				始業式
9	木	○				
10	金	○				
11	土		○			
12	日		■			
13	月	○				
14	火	■				
15	水	○				
16	木	○				
17	金	○				
18	土		○			
19	日		■			
20	月	○				
21	火	■				
22	水	○				
23	木	○				
24	金	◎				JOC大会
25	土		◎			JOC大会
26	日		◎			JOC大会
27	月	○				
28	火	■				
29	水	○				授業日
30	木	○				
/	/					
4月		計画		実績		
○	2~3h	14	3	0	0	
◎	終日	1	2	0	0	
■	休養日	7	3	0	0	

5 月	強化	計画		実績		特記事項
		平日	休日	平日	休日	
1	金	○				
2	土		■			
3	日		○			祝日
4	月		○			祝日
5	火		■			祝日
6	水		■			休日
7	木	○				
8	金	○				
9	土		○			
10	日		■			
11	月	■				
12	火	■				
13	水	■				
14	木	■				
15	金	■				
16	土		■			
17	日		■			
18	月	■				中間考査
19	火	■				中間考査
20	水	○				中間考査
21	木	○				
22	金	○				
23	土		○			
24	日		■			
25	月	○				
26	火	■				
27	水	○				
28	木	○				
29	金	○				
30	土		◎			県総体
31	日		◎			県総体
5月		計画		実績		
○	2~3h	10	4	0	0	
◎	終日	0	2	0	0	
■	休養日	8	7	0	0	

6 月	強化	計画		実績		特記事項
		平日	休日	平日	休日	
1	月	○				
2	火	■				
3	水	○				
4	木	○				
5	金	○				
6	土		○			
7	日		■			
8	月		■			休日
9	火	■				
10	水	○				
11	木	○				
12	金	○				
13	土		○			
14	日		■			
15	月	○				
16	火	■				
17	水	○				
18	木	○				
19	金	◎				東北大会
20	土		◎			東北大会
21	日		◎			東北大会
22	月	■				
23	火	■				
24	水	■				
25	木	■				期末考査
26	金	■				期末考査
27	土		■			
28	日		■			
29	月	■				期末考査
30	火	■				期末考査
/	/					
6月		計画		実績		
○	2~3h	10	2	0	0	
◎	終日	1	2	0	0	
■	休養日	10	5	0	0	

7 月	強化	計画		実績		特記事項
		平日	休日	平日	休日	
1	水	○				
2	木	○				
3	金	○				
4	土		○			
5	日		■			
6	月	○				
7	火	■				
8	水	○				
9	木	○				
10	金	○				
11	土		○			
12	日		■			
13	月	○				
14	火	■				
15	水	○				
16	木	○				
17	金	○				終業式
18	土		○			
19	日		■			
20	月		■			祝日
21	火	○				
22	水	○				
23	木	○				
24	金	○				
25	土		○			
26	日		■			
27	月	○				
28	火	■				
29	水	○				
30	木	○				
31	金	○				
7月		計画		実績		
○	2~3h	19	4	0	0	
◎	終日	0	0	0	0	
■	休養日	3	5	0	0	

1学期		計画		実績	
		平日	休日	平日	休日
○	2~3h	53	13	0	0
◎	終日	2	6	0	0
■	休養日	28	20	0	0