

2026 年度 (2 学期)

部活動年間計画／実績表

陸上競技 部 (強化指定)

山形県立山形南高等学校

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

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

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

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

2学期		計画		実績		
		平日	休日	平日	休日	
○	2～3h	48	18	0	0	
◎	終日	2	5	0	0	
■	休養日	29	20	0	0	