

(陸上競技)部 (4月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考	
					朝練	〇:〇〇~〇:〇〇			時間	朝練	〇:〇〇~〇:〇〇				時間
1	土	春季強化練習(校内)	運動公園			9:00 ~ 15:00	6	○			9:00 ~ 15:00	6	○		
2	日		運動公園			9:00 ~ 15:00	6	○			9:00 ~ 15:00	6	○		
3	月					~			○		~			○	
4	火		グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
5	水		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
6	木					~			○		~			○	
7	金		グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
8	土		グラウンド			9:00 ~ 11:30	2.5	○			9:00 ~ 11:30	2.5	○		
9	日	中予地区記録会	運動公園	大会		9:00 ~ 15:00	6	○			9:00 ~ 15:00	6	○	大会	
10	月	新形式、始業式、大掃除、HR活動、入学式(13:00~)				~			○		~			○	
11	火	対面式、スタディーサポート(1、2年)HR活動(1~3年)、課題テスト(3年)、生活指導週間(~17日)	グラウンド			16:00 ~ 18:20	2.3	○			16:00 ~ 18:20	2.3	○		
12	水	スタディーサポート(1、2年)、課題テスト(3年)、オリエンテーション・部紹介(1年)、全クラス写真撮影・HR活動(1~3年)(3④限)	グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
13	木	車体検査、部集会、1年集団研修(終日)				~			○		~			○	
14	金	身体測定・健康検査及び新体力テスト(終日)、代議員会・専門委員会	グラウンド		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		
15	土	第1回えひめ記録会	運動公園	大会		9:00 ~ 17:00	8	○			9:00 ~ 17:00	8	○	大会	
16	日		運動公園	大会		9:00 ~ 17:00	8	○			9:00 ~ 17:00	8	○	大会	
17	月	車体検査予備日、生徒面接(午後~21) 風制作(1年午後~21)				~			○		~			○	
18	火		グラウンド		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		
19	水	部登録締切	グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
20	木	生徒総会・家庭クラブ総会(⑦限体育館)				~			○		~			○	
21	金	内科検診(2年)	グラウンド		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		
22	土	体育館(女子バスケットボール総体予選会場)~23	グラウンド			12:30 ~ 15:50	3.3	○			12:30 ~ 15:50	3.3	○		
23	日	えひめ陸上カーニバル	運動公園	大会		9:00 ~ 16:00	7	○			9:00 ~ 16:00	7	○	大会	
24	月	第1回防災退避訓練(40分×7限後)				~			○		~			○	
25	火	内科検診(1年)	グラウンド		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		
26	水	歯科検診(2年)・結核健康診断(1年)	グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
27	木					~			○		~			○	
28	金	創立記念風揚げ大会(1年)	グラウンド		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		30分	16:20 ~ 18:10	2.3	○		
29	土	昭和の日	グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
30	日	3年生ベネッセ記述模試	グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
						~					~				
来月の予定		5/3(水)~5(金) 総体中予地区予選 選手決め(4/18火) 5/13(土)・14(日) 中予選手権大会 申込×切(4/29土)													

計 画	
活動日	休養日
22	8

実 績	
活動日	休養日
22	8

(陸上競技)部 (5月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	予定			活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
					朝練	○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	月					~			○		~			○	
2	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
3	水	憲法記念日 県総体中予地区予選会	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
4	木	みどりの日	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
5	金	こどもの日	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 16:00	8	○			8:00 ~ 16:00	8	○		大会
6	土	PTA総会・教育後援会総会				~			○		~			○	
7	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
8	月		グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
9	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
10	水	修学旅行(2年生~13日)				~			○		~			○	
11	木		グラウンド			16:40 ~ 18:40	2	○			16:40 ~ 18:40	2	○		
12	金	遠足(1・3年生)	グラウンド			15:30 ~ 17:50	2.3	○			15:30 ~ 17:50	2.3	○		
13	土	中予選手権大会	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
14	日		県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
15	月	第1回生活アンケート(~19日)				~			○		~			○	
16	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
17	水		グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
18	木	人権・同和教育映画会(1年⑥限HR2年⑦限HR)				~			○		~			○	
19	金	生徒面接(40分授業~25日)	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
20	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
21	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
22	月	教育実習(2or3週間)				~			○		~			○	
23	火	金の①~⑥限	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
24	水	生活指導週間(~30日)第1回校内安全点検	グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
25	木	心理検査(1年⑥限CP)				~			○		~			○	
26	金	振替休日(PTA総会分)	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
27	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
28	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
29	月	生徒会役員選挙(40分×7限後、主権者教育含む)				~			○		~			○	
30	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
31	水		グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		

来月の予定
 6/3(土)~5(月) 県高校総体
 6/17(土)~19(月) 四国高校総体(香川県丸亀市)
 6/25(日) 国体記録挑戦会 校内×切6/13(火)予定

計 画	
活動日	休養日
23	8

実 績	
活動日	休養日
23	8

(陸上競技)部 (6月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	木	(教育実習 ~6/2 ~6/9) 〇県総体社行会				~			○					○	
2	金	県総体開会式第1回実用英語技能検定	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
3	土	県総体(~5) 県総体(~5)	グラウンド	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
4	日		グラウンド	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
5	月	第1回学習時間調査(~11)	グラウンド	大会		8:00 ~ 16:00	8	○			8:00 ~ 16:00	8	○		大会
6	火	公開授業参観(6月)①②/グリップシュ・デー③④7限平常ゼミ開始(A)				~			○		~			○	
7	水	公開授業参観(6月)⑤	グラウンド		30分	17:00 ~ 18:30	2	○		30分	17:00 ~ 18:30	2	○		
8	木	主権者教育消費者教育講演会(1年⑥限講演会、⑦限CP)				~			○		~			○	
9	金	3年7限平常ゼミ(B)	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
10	土	ベネッセ共通テスト模試(3年)①	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
11	日	ベネッセ共通テスト模試(3年)②	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
12	月					~			○		~			○	
13	火	3年7限平常ゼミ(C)	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
14	水		グラウンド		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		30分	16:50 ~ 18:40	2.3	○		
15	木	四国・県(水泳)社行会各種・同和教育HR活動(全学年)眼科検診				~			○		~			○	
16	金	3年7限平常ゼミ(A)	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
17	土	第1回県学力テスト(3年)① 四国総体(丸亀)	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			12:30 ~ 15:30	3	○		一部大会
18	日	第1回県学力テスト(3年)②				~			○		~			○	一部大会
19	月		グラウンド		30分	17:00 ~ 18:30	2	○			16:50 ~ 18:50	2	○		一部大会
20	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
21	水	第1学期末考査時間割発表				~			○		~			○	
22	木	医療看護系コース体験学習(304HR:6~7限)				~			○		~			○	
23	金					~			○		~			○	
24	土					~			○		~			○	
25	日					~			○		~			○	
26	月					~			○		~			○	
27	火					~			○		~			○	
28	水	第1学期末考査(~7/4)				~			○		~			○	
29	木					~			○		~			○	
30	金					~			○		~			○	
						~					~				
来月の予定		7月8日(土)、15日(土)~16日(日) 愛媛選手権(兼国体選考対象大会) 校内×切 6月20日(火) 8月2日(水)~6日(日) 全国高校総体(北海道)													

計 画	
活動日	休養日
14	16

実 績	
活動日	休養日
14	16

(陸上競技)部 (7月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	土	第一学期末考査(6/28~7/4)				~			○		~			○	
2	日					~			○		~			○	
3	月					~			○		~			○	
4	火	熱中症予防対策講話(大掃除・ワックス掛け)	グラウンド			13:40 ~ 16:00	2.3	○			13:40 ~ 16:00	2.3	○		
5	水	クリーン愛媛(40分×7限後)	グラウンド		30分	17:00 ~ 18:30	2	○		30分	17:00 ~ 18:30	2	○		
6	木	生活指導週間(～12) 職業評価アンケート(～13) 職業教育講話(2年7限)				~			○		~			○	
7	金	非行防止防犯講話 ベネッセ模試(1・2年) 13限 7限 平澤ゼミ(8) 専攻徴収金口座振替日	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○			16:30 ~ 18:30	2	○		
8	土	ベネッセ記述模試(3年) ① 田曜ゼミ(1・2年)	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:50 ~ 16:20	2.5	○		
9	日	ベネッセ記述模試(3年) ②	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:00	3	○		
10	月					~			○		~			○	
11	火	グループマッチ・グループ結団式 団議員・専門委員会	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
12	水	グループマッチ予備日(40分×7限)	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
13	木	40分授業ロイヤルチャレンジfor High School 事業講演会(2年6限+HR)				~			○		~			○	
14	金	午前中40分授業 午後保護者懇談会①	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
15	土	愛媛選手権	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
16	日		県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
17	月	海の日				~			○		~			○	
18	火	午前中40分授業(月の①～④限) 午後保護者懇談会②	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
19	水	午前中40分授業 午後保護者懇談会③	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○			~			○	
20	木	終業式 大掃除 HR活動 保護者懇談会④	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
21	金	夏季ゼミ(～28)				~			○		14:00 ~ 16:20	2.3	○		
22	土		グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
23	日		グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
24	月	図書館開館(～28) 記念手当講習会(2年医療看護系 13:00～11:00)				~			○		~			○	
25	火	英語サマーキャンプ(2年英語系～26) 中学生校内見学会①	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
26	水	中学生校内見学会②	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
27	木	中学生校内見学会③	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
28	金					~			○		~			○	
29	土	佐々木記念西条ひうち記録会	西条ひうち			13:30 ~ 16:30	3	○			8:00 ~ 16:00	8	○		大会
30	日		西条ひうち			8:30 ~ 11:50	3.3	○			8:00 ~ 16:00	8	○		大会
31	月					~			○		~			○	
来月の予定		夏季強化練習(8月上旬) 7月29日(土)～30日(日) 佐々木記念西条ひうち記録会 …エントリー未定 (申込メ切 7/9) 9月2日(土) U18・U16記録会 …エントリー未定													

計 画	
活動日	休養日
20	11

実 績	
活動日	休養日
20	11

(陸上競技)部 (8月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	火					~			○		~			○	
2	水		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
3	木		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
4	金		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
5	土					~			○		~			○	
6	日		グラウンド			14:00 ~ 17:00	3	○			14:00 ~ 17:00	3	○		
7	月		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
8	火		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
9	水					~			○		~			○	
10	木		グラウンド	強化練習		10:00 ~ 15:00	5	○			10:00 ~ 15:00	5	○		強化練習
11	金	山の日	グラウンド	強化練習		10:00 ~ 15:00	5	○			10:00 ~ 15:00	5	○		強化練習
12	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
13	日					~			○		~			○	
14	月	学校閉庁日				~			○		~			○	
15	火	学校閉庁日				~			○		~			○	
16	水		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
17	木	サウンドトレイン口	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
18	金	夏季ゼミ(～23) □ 松山市民病院看護体験(2年医療看護口系～22の平日)	グラウンド			14:00 ~ 16:20	2.3	○			14:00 ~ 16:20	2.3	○		
19	土	第2回県学カテスト(3年) 全統記述模試(2年)				~			○		~			○	
20	日	第2回県学カテスト(3年)	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
21	月		グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
22	火		グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
23	水		グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
24	木					~			○		~			○	
25	金	生活指導週間(～30) 大掃除 始業式 グループ集会	グラウンド			15:30 ~ 17:50	2.3	○			15:30 ~ 17:50	2.3	○		
26	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
27	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
28	月	運動会準備開始(グループ活動・運動会係会①・②) ③活動禁止(～9/6)				~			○		~			○	
29	火					~			○		~			○	
30	水	全学年練習⑤⑥(限グループ活動・運動会係会②・③) ④限				~			○		~			○	
31	木					~			○		~			○	

来月の予定

愛媛県高校新人大会 9月16日(土)～18日(月) …校内選手決め 8月下旬予定
第2回えひめ記録会 10月1日(日) …校内メ切 9月12日(火)

計 画	
活動日	休養日
19	12

実 績	
活動日	休養日
19	12

(陸上競技)部 (9月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	金					~			○		~			○	
2	土		グラウンド	特別許可		14:00 ~ 16:20	2.3	○			14:00 ~ 16:20	2.3	○		特別許可
3	日		グラウンド	特別許可		14:00 ~ 16:20	2.3	○			14:00 ~ 16:20	2.3	○		特別許可
4	月	運動会総練習				~			○		~			○	
5	火	運動会準備	グラウンド	特別許可	30分	17:00 ~ 17:50	1.3	○		30分	17:00 ~ 17:50	1.3	○		特別許可
6	水	運動会				~			○		~			○	
7	木	運動会係別反省会	グラウンド			16:40 ~ 18:10	1.5	○			16:40 ~ 18:10	1.5	○		
8	金		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
9	土	3年生共通テスト模試~10日、1・2年生土曜ゼミ	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
10	日	中国・四国パラ陸上競技大会 補助員6名	県総合運動公園			14:00 ~ 17:00	3	○			14:00 ~ 17:00	3	○		
11	月					~			○		~			○	
12	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
13	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		
14	木					~			○		~			○	
15	金		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
16	土	愛媛県高校陸上競技新人大会	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
17	日		県総合運動公園	大会		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		大会
18	月	敬老の日	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 16:00	8	○			8:00 ~ 16:00	8	○		大会
19	火	代議員会・専門委員会(中央祭準備)				~			○		~			○	
20	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		
21	木		グラウンド		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		
22	金		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
23	土	秋分の日	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
24	日					~			○		~			○	
25	月		グラウンド		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		
26	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
27	水	中央祭準備(午後)				~			○		~			○	
28	木	中央祭	グラウンド			16:10 ~ 18:10	2	○			16:10 ~ 18:10	2	○		
29	金	第2回実用英語技能検定	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○		
30	土	ベネッセ記述模試(3年)	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
						~					~				
来月の予定		・10月1日(日) 第2回えひめ記録会 校内〆切9/12火 ・10月7日(土)~8日(日) 四国高校新人大会(高知県春野) ・10月18(木)午前、20日(金)~22日(日) U18・U16陸上競技大会 補助員 10月28日(土)~29日(日) ・えひめ国体開催記念秋季陸上競技大会(宇和島) もしくは、同日程の・香川カーニバル(香川県丸亀)													

計 画	
活動日	休養日
22	8

実 績	
活動日	休養日
22	8

(陸上競技)部 (10月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	日	第2回えひめ記録会	県総合運動公園	大会		8:00 ~ 16:00	8	○			8:00 ~ 16:00	8	○		
2	月		グラウンド			16:40 ~ 18:10	1.5	○			16:40 ~ 18:10	1.5	○		
3	火	第2学期中間考査発表 代議員・専門委員会	グラウンド	特別許可2名		16:30 ~ 17:30	1	○			16:30 ~ 17:30	1	○		特別許可2名
4	水		グラウンド	特別許可2名		16:50 ~ 17:50	1	○			16:50 ~ 17:50	1	○		特別許可2名
5	木	読書活動HR活動(全学年:⑦限)	グラウンド	特別許可2名		16:50 ~ 17:50	1	○			16:50 ~ 17:50	1	○		特別許可2名
6	金	四国新人大会(高知) 2名	高知県春野	特別許可2名		15:00 ~ 17:00	2	○			15:00 ~ 17:00	2	○		特別許可2名
7	土		高知県春野	大会2名		9:00 ~ 17:00	8	○			9:00 ~ 17:00	8	○		大会2名
8	日		高知県春野	大会2名		9:00 ~ 17:00	8	○			9:00 ~ 17:00	8	○		大会2名
9	月	スポーツの日				~			○		~			○	
10	火	第2学期中間考査(~13日)				~			○		~			○	
11	水					~			○		~			○	
12	木					~			○		~			○	
13	金		グラウンド			13:30 ~ 16:00	2.5	○			13:30 ~ 16:00	2.5	○		
14	土		グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
15	日		グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
16	月	生徒面接(40分授業)① 生活指導週間(~20)				~			○		~			○	
17	火	生徒面接(40分授業)②	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
18	水	生徒面接(40分授業)③	グラウンド		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		
19	木	公開授業参観① 進路説明会・コース選択説明会(1年⑤⑥) 型科目選択説明会(2年⑤⑥) (⑤CP⑥HR、⑦限は木⑤の授業)				~			○		~			○	
20	金	40分授業 公開授業参観② 人権・同和教育講演会	県総合運動公園	大会補助員		7:30 ~ 18:30	11	○			7:30 ~ 18:30	11	○		大会補助員
21	土	土曜ゼミ(1・2年)	県総合運動公園	大会補助員		7:30 ~ 18:30	11	○			7:30 ~ 18:30	11	○		大会補助員
22	日		県総合運動公園	大会補助員		7:30 ~ 18:30	11	○			7:30 ~ 18:30	11	○		大会補助員
23	月	自転車車体検査(~27) 生徒面接(40分授業)④				~			○		~			○	
24	火	生徒面接(40分授業)⑤	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
25	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		30分	16:40 ~ 18:10	2	○		
26	木	学部・学科説明会(1・2年⑤⑥) (⑤CP⑥HR、⑦限は木⑤の授業)				~			○		~			○	
27	金		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
28	土	全統記述模試(2年希望者) 香川カーニバル(県外遠征)	香川県丸亀	大会		7:30 ~ 17:30	10	○			6:00 ~ 21:00	15	○		大会
29	日	全統共通テスト模試(3年)②	香川県丸亀	大会		7:30 ~ 17:30	10	○			6:30 ~ 21:00	14.5	○		大会
30	月					~			○		~			○	
31	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		

来月の予定 冬季練習移行

計 画	
活動日	休養日
22	9

実 績	
活動日	休養日
22	9

(陸上競技)部 (11月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
2	木	ベネッセ模試(1・2年)	グラウンド			15:20 ~ 17:40	2.3	○			~			○	
3	金	文化の日	グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			9:00 ~ 12:20	3.3	○		
4	土	土曜ゼミ(1・2年)	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
5	日								○					○	
6	月		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
7	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
8	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
9	木	人権同和HR活動							○		~			○	
10	金		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
11	土		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			8:00 ~ 11:00	3	○		
12	日		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			9:00 ~ 12:20	3.3	○		
13	月								○		~			○	
14	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
15	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
16	木	同窓生による授業 愛媛県高校総合文化祭(~19)							○					○	
17	金		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
18	土		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			9:00 ~ 12:20	3.3	○		
19	日		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			13:00 ~ 16:20	3.3	○		
20	月	第2学期末考査時間割発表							○		~			○	
21	火								○		~			○	
22	水								○		~			○	
23	木	勤労感謝の日							○		~			○	
24	金								○		~			○	
25	土								○		~			○	
26	日								○		~			○	
27	月	第2学期末考査(~12/1)							○		~			○	
28	火								○		~			○	
29	水								○		~			○	
30	木								○		~			○	
来月の予定		冬季強化練習(12/25~28) 中四国合宿(広島)(12/24~27)													

計 画	
活動日	休養日
15	15

実 績	
活動日	休養日
14	16

(陸上競技)部 (12月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	金	2学期期末考査(最終日)	グラウンド			13:30 ~ 16:00	2.5	○		30分	13:30 ~ 16:00	2.5	○		
2	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
3	日								○		~			○	
4	月		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
5	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
6	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
7	木	生活指導週間(~13)							○					○	
8	金	セントラルマラソン大会前健康診断 代議員・専門委員会	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
9	土	1・2年生土曜ゼミ	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
10	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
11	月	40分×⑦限							○		~			○	
12	火	40分×⑥限	グラウンド		30分	14:50 ~ 16:40	2.3	○		30分	14:50 ~ 16:40	2.3	○		
13	水	グループマッチ	グラウンド		30分	16:10 ~ 17:40	2	○		30分	16:10 ~ 17:40	2	○		
14	木	グループマッチ予備日							○					○	
15	金	午前中40分授業・午後保護者懇談会	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
16	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			12:30 ~ 16:30	3	○		
17	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
18	月	午前中40分授業・午後保護者懇談会							○					○	
19	火	午前中40分授業・午後保護者懇談会	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
20	水	終業式、大掃除、HR活動、保護者懇談会	グラウンド		30分	13:00 ~ 14:50	2.3	○		30分	13:00 ~ 14:50	2.3	○		
21	木								○		~			○	
22	金	冬季ゼミ・図書館開館(~28)	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
23	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
24	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
25	月								○					○	
26	火		グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
27	水		グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
28	木	仕事納め	グラウンド		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		30分	14:00 ~ 15:50	2.3	○		
29	金	練習納め	グラウンド			9:30 ~ 12:50	3.3	○			9:30 ~ 12:50	3.3	○		
30	土								○		~			○	
31	日								○		~			○	

来月の予定 1月3日(水) 2024練習初め 1月4日(木)~6日(土) 愛媛陸協冬季ジュニア強化練習会(通い)

計 画	
活動日	休養日
22	9

実 績	
活動日	休養日
22	9

(陸上競技)部 (1月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	月	元日												○	
2	火													○	
3	水	練習初め	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
4	木	冬季ジュニア強化練習会	県総合運動公園	強化練習		12:30 ~ 17:00	4.5	○			12:30 ~ 17:00	4.5	○		強化練習
5	金		県総合運動公園	強化練習		8:30 ~ 17:00	8.5	○			8:30 ~ 17:00	8.5	○		強化練習
6	土		県総合運動公園	強化練習		8:30 ~ 13:30	5	○			8:30 ~ 16:30	8	○		強化練習
7	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
8	月	成人の日							○					○	
9	火	始業式・大掃除・課題テスト(1・2年)・授業(3年) 生活指導週間(～15)	グラウンド			14:30 ~ 16:50	2.3	○			14:30 ~ 16:50	2.3	○		
10	水	面談月間(～2/9)	グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
11	木								○					○	
12	金	ベネッセ模試(1年)・(2年①)口	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
13	土	大学入学共通テスト①・串刺しゼミ(1年) ベネッセ模試(2年②)	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
14	日	大学入学共通テスト②	グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			9:00 ~ 12:00	3	○		
15	月	自己採点(3年生午前)							○					○	
16	火	重点授業開始(3年)	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
17	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
18	木	学校保健委員会							○					○	
19	金	第3回実用英語技能検定	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
20	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			~			○	
21	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			~			○	
22	月								○		~			○	
23	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
24	水		グラウンド		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		30分	16:40 ~ 17:40	1.5	○		
25	木	人権・同和教育HR活動(1・2年)							○					○	
26	金	えひめスーパーハイスクールコンソーシアム(205H 10:00～12:55)	グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
27	土	県学力テスト(1・2年)	グラウンド			14:00 ~ 16:30	2.5	○			14:00 ~ 16:30	2.5	○		
28	日	駅伝選手権補助員(1年生)	城山公園			7:30 ~ 10:30	3	○			7:30 ~ 10:30	3	○		
29	月								○					○	
30	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
31	水	40分授業国費者セミナー・学年集会・HR活動(3年午前)	グラウンド		30分	15:40 ~ 17:30	2.3	○		30分	15:40 ~ 17:30	2.3	○		
来月の予定		冬季強化練習期 → 移行期 愛媛マラソン補助員(2/10・11)													

計 画	
活動日	休養日
22	9

実 績	
活動日	休養日
20	11

(陸上競技)部 (2月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○:○~○:○:○	時間			朝練	○:○:○~○:○:○	時間			
1	木								○					○	
2	金		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
3	土	ベネッセ共通テスト模試(2年)①田曜ゼミ(1年)	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
4	日	ベネッセ共通テスト模試(2年)②	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			13:30 ~ 16:30	3	○		
5	月	3学年登校日①							○					○	
6	火	セントラルマラソン	グラウンド		30分		0.5	○		30分	15:50 ~ 16:20	2	○		
7	水	生活指導週間(~14日) セントラルマラソン予備日	グラウンド		30分	13:30 ~ 15:20	2.3	○		30分		0.5	○		
8	木	推薦入試	グラウンド			16:40 ~ 17:40	1	○			~			○	
9	金		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
10	土	愛媛マラソン前日準備	城山公園	補助員		10:00 ~ 15:00	5	○			10:00 ~ 13:00	3	○		補助員
11	日	建国記念の日 愛媛マラソン	城山公園・コース	補助員		8:00 ~ 17:00	9	○			8:00 ~ 17:00	9	○		補助員
12	月								○		~			○	
13	火		グラウンド		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		30分	15:50 ~ 17:40	2.3	○		
14	水	学年末考査時間割発表							○		~			○	
15	木	3学年登校日②							○		~			○	
16	金	個人写真撮影(1・2年)							○		~			○	
17	土								○		~			○	
18	日								○		~			○	
19	月								○		~			○	
20	火								○		~			○	
21	水	学年末考査(~28)							○		~			○	
22	木	3学年登校日③							○		~			○	
23	金	天皇誕生日							○		~			○	
24	土								○		~			○	
25	日								○		~			○	
26	月								○		~			○	
27	火								○		~			○	
28	水	大掃除・ワックス掛け	グラウンド			13:30 ~ 15:40	2.3	○			~				
29	木	40分×3授業 式場準備 3学年登校日 同窓会入会式 卒業式予行	グラウンド		30分	16:10 ~ 17:40	2	○			~				
											~				
											~				
来月の予定		シーズン前・調整期													

計 画	
活動日	休養日
12	17

実 績	
活動日	休養日
9	18

(陸上競技)部 (3月) 月間計画

活動計画										活動実績					
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日	実績			活動日	休養日	備考
						○:○○~○:○○	時間			朝練	○:○○~○:○○	時間			
1	金	卒業証書授与式	グラウンド			13:30 ~ 15:50	2.3	○			~				
2	土		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			~				
3	日		グラウンド			9:00 ~ 12:00	3	○			~				
4	月	40分×6限(⑦限なし)				-			○		~				
5	火		グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○			~				
6	水	入試準備(午後)	グラウンド		30分	13:30 ~ 14:30	1.5	○			~				
7	木	一般入試				-			○		~				
8	金	一般入試				-			○		~				
9	土		グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			~				
10	日		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
11	月					-			○		~				
12	火	第3学期クラスマッチ役員・専門委員会	グラウンド		30分	16:00 ~ 17:50	2.3	○			~				
13	水		グラウンド		30分	16:50 ~ 18:20	2	○			~				
14	木	40分授業 教科書販売(1年)				-			○		~				
15	金	40分授業	グラウンド		30分	15:00 ~ 16:50	2.3	○			~				
16	土		グラウンド			13:00 ~ 16:20	3.3	○			~				
17	日		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
18	月	教科書販売(2年)				-			○		~				
19	火	終業式 大掃除 HR活動	グラウンド		30分	11:00 ~ 12:30	2	○			~				
20	水	春分の日	グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
21	木	入学予定者説明会	グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
22	金		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
23	土					-			○		~				
24	日		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
25	月		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
26	火					-			○		~				
27	水		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
28	木	離任式	グラウンド			13:30 ~ 16:30	3	○			~				
29	金					-			○		~				
30	土		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				
31	日		グラウンド			9:00 ~ 12:20	3.3	○			~				

来月の予定 4月14日(日) 中予地区記録会(申込×切4/2ころ) 4月20日(土)・21日(日) えひめ記録会(申込×切4/9ころ)
 4月28日(日) えひめ陸上カーニバル(申込×切4/16ころ)
 中予総体 5月3日(金)・4日(土)・5日(日) …選手決め(4/16火ころ)

計 画	
活動日	休養日
22	9

実 績	
活動日	休養日
0	0