

第1表-6

男子バスケットボール部 平成31年4月活動計画・実績

日	曜日	活動計画		活動実績	
		活動内容	活動時間・活動場所等	活動内容	活動時間・活動場所等
1	月	練習	9:00~12:00・体育館	練習	9:00~12:00・体育館
2	火	休養日	off	休養日	off
3	水	休養日	off	休養日	off
4	木	練習	8:30~11:00・体育館	練習	8:30~11:00・体育館
5	金	練習	9:00~12:00・体育館	練習	9:00~12:00・体育館
6	土	練習	13:00~16:00・体育館	練習	13:00~16:00・体育館
7	日	練習試合	9:00~12:00・体育館	練習試合	9:00~12:00・体育館
8	月	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
9	火	休養日	off	休養日	off
10	水	休養日	off	休養日	off
11	木	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
12	金	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
13	土	練習	13:00~16:00・体育館	練習	13:00~16:00・体育館
14	日	休養日	off	休養日	off
15	月	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
16	火	休養日	off	休養日	off
17	水	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
18	木	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
19	金	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
20	土	練習	13:00~16:00・体育館	練習	13:00~16:00・体育館
21	日	大会	春季大会2回戦	大会	春季大会2回戦
22	月	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
23	火	休養日	off	休養日	off
24	水	休養日	off	休養日	off
25	木	休養日	off	休養日	off
26	金	練習	16:30~18:30・校庭	練習	16:30~18:30・校庭
27	土	練習	16:30~18:30・体育館	練習	16:30~18:30・体育館
28	日	大会	春季大会3回戦	大会	春季大会3回戦
29	月	練習	9:00~12:00・体育館	練習	9:00~12:00・体育館
30	火	大会	春季大会4回戦	大会	春季大会4回戦

## 【活動時間】

平日は2時間程度、週休日(祝日等を含む)・長期休業日は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。

## 【休養日】

週当たり2日以上以上の休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし、休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替える。)