

別紙2 年間の活動計画例

井草高等学校 水泳部

年間目標	水泳競技の中で競泳と水球を通して人間形成を図る。			
部員数 (令和6年4月現在)	男子 2名 女子5名			
活動日	火・水・金・土			
活動時間	平日	3：40～18：00	休日	
休養日	月・木・日			
主な活動予定	4月	プール掃除 水中練習		
	5月	水中練習		
	6月	水中練習 公式戦		
	7月	水中練習		
	8月	水中練習 公式戦		
	9月	水中練習 公式戦		
	10月	陸上トレーニング 校外水中練習		
	11月	陸上トレーニング 校外水中練習		
	12月	陸上トレーニング 校外水中練習		
	1月	陸上トレーニング 校外水中練習		
	2月	陸上トレーニング 校外水中練習		
	3月	陸上トレーニング 校外水中練習		
参加予定大会	東京都高等学校選手権リーグ戦、東京都春季水泳競技大会、東京都高等学校水球大会 夏季全国 JO 関東予選、東京都高等学校短水路記録会など。			
主な実績	5年度	東京都高等学校水球 男子8位、女子4位、女子 U16・U17 東京都選抜に 3名選出。全国 JO 大会に女子4名が出場。		
	4年度	東京都高等学校水球 男子6位、女子3位 女子 U16・U17 東京都選抜に 2名選出。		
	3年度	東京都高等学校水球 男子7位 女子4位 女子 U16 東京都選抜に1名選 出。		