

(別紙2) 東京都立小山台高等学校 運動部【水泳班】 年間活動計画

◇ 年間目標
<ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳を通じて、心身を鍛え、健康や安全に対する意識を高める。</li> <li>・自己の目標を具体的に設定し、その達成に向けて努力をすると同時に、チームとしての団結力を高める。</li> <li>・自主的な計画力、行動力を高め、競技力の向上を図り、全員が自己ベストを更新すること、個人・団体ともに各大会での上位入賞を目指す。</li> </ul>

◇ 部員数																				
<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>男子</th> <th>女子</th> <th>合計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1年</td> <td>6</td> <td>5</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>2年</td> <td>8</td> <td>3</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>3年</td> <td>6</td> <td>5</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>20</td> <td>13</td> <td>23</td> </tr> </tbody> </table>		男子	女子	合計	1年	6	5	11	2年	8	3	11	3年	6	5	11	合計	20	13	23
	男子	女子	合計																	
1年	6	5	11																	
2年	8	3	11																	
3年	6	5	11																	
合計	20	13	23																	

◇ 活動日と活動場所
<p>【活動日】 週 6 日 (夏期以外は週 5 日)</p> <p>【休養日】 日曜日 【活動時間】</p> <p>(平日) 15:30~16:50 (土曜授業日) 13:00~15:00 or 15:00~16:50</p> <p>(週休日等) 8:30 ~ 12:30 (夏期)</p> <p>【活動場所】 プール (夏期)、3階ピロティ、林試の森 (冬期)</p>

◇ 大会等の主な記録	◇ 昨年度の参加大会						
<table border="1"> <thead> <tr> <th>平成 29 年度</th> <th>平成 30 年度</th> <th>平成 31 年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権、記録会 出場</li> <li>・16 校戦参加</li> <li>・9 校戦男子総合 5 位、女子総合 2 位</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権、記録会 出場</li> <li>・16 校戦出場</li> <li>・9 校戦男子総合 4 位、女子総合 2 位</li> <li>・都新人戦 女子 50m 自由形 16 位</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権</li> <li>・16 校戦参加</li> <li>・9 校戦 男子総合 4 位、女子総合 2 位</li> </ul> </td> </tr> </tbody> </table>	平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	<ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権、記録会 出場</li> <li>・16 校戦参加</li> <li>・9 校戦男子総合 5 位、女子総合 2 位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権、記録会 出場</li> <li>・16 校戦出場</li> <li>・9 校戦男子総合 4 位、女子総合 2 位</li> <li>・都新人戦 女子 50m 自由形 16 位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権</li> <li>・16 校戦参加</li> <li>・9 校戦 男子総合 4 位、女子総合 2 位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 都高校春季大会</li> <li>○ 都高校選手権</li> <li>○ 16 校戦</li> <li>○ 9 校戦</li> <li>○ 新人戦</li> </ul>
平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度					
<ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権、記録会 出場</li> <li>・16 校戦参加</li> <li>・9 校戦男子総合 5 位、女子総合 2 位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権、記録会 出場</li> <li>・16 校戦出場</li> <li>・9 校戦男子総合 4 位、女子総合 2 位</li> <li>・都新人戦 女子 50m 自由形 16 位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・都高校春季大会、都高校選手権</li> <li>・16 校戦参加</li> <li>・9 校戦 男子総合 4 位、女子総合 2 位</li> </ul>					

◇ 年間 (月別) 活動計画					
4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月
(休養日)活動なし	(休養日)活動なし	(休養日数) 18 日	(休養日数) 14 日	(休養日数) 11 日	(休養日数) 11 日
都高体連水泳 専門部総会 (全 大会は中止)	都高校春季大 会 (中止)	都高校選手権 大会 (中止) 陸上トレーニ ング	陸上トレーニ ング	プールでの練習 校内の記録会	都高校新人戦 (延期) 校内での記録 会
10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月
(休養日数) 13 日	(休養日数) 11 日	(休養日数) 14 日	(休養日数) 12 日	(休養日数) 11 日	(休養日数) 12 日
陸上トレーニ ング	陸上トレーニ ング	陸上トレーニ ング	陸上トレーニ ング	陸上トレーニ ング	陸上トレーニ ング

年間休養日総数 188 日