

# 令和6年 10月活動計画

(11月は参考程度に)

2024/10/23

**継続は力なり 地道な日々の努力が未来を切り拓く。**

「張りのある声出し」挨拶と返事・時間を守る・体調管理(食事・睡眠)・気配り・広い視野・試行錯誤・学ぶ姿勢

**都立青梅総合高校陸上競技部**

～天気等状況に応じて予定変更の可能性あり～

日	曜日	行事	朝練	練習開始時間・場所	内容・その他	秋留	G割
10/1	火	郡民の日 閉庁日④		Free			
2	水	オンライン授業デー		Free			
3	木	体育祭予備①		15:40 グラウンド			
4	金	体育祭予備②	○	15:40 グラウンド			
5	土	第5回国士舘大学競技会		国土舘大学多摩陸上競技場			
6	日	第5回国士舘大学競技会		国土舘大学多摩陸上競技場			
7	月			Rest			
8	火			15:40 グラウンド			
9	水		○	15:40グラウンド/16:30秋留台			
10	木			15:40 グラウンド			
11	金		○	15:40 グラウンド			
12	土	学校説明会① 第2回ベネッセ・駿台記述模試②		Rest			
13	日	第2回ベネッセ・駿台記述模試③		13:00 グラウンドor外			
14	月	スポーツの日		Rest(アクティブレスト)			
15	火	生徒総会役員選挙(56限)		15:40 グラウンド			
16	水			Rest(アクティブレスト)			
17	木			15:40 グラウンド			
18	金	TGG(2)		1年のみFree			
19	土	関東新人 秋季競技会		上柚木公園陸上競技場			
20	日	関東新人 秋季競技会		上柚木公園陸上競技場			
21	月	中間考査始 教育実習始		Rest			
22	火			Rest			
23	水			Rest			
24	木	中間考査終		PM グラウンド			
25	金		○	15:40 グラウンド			
26	土			Rest			
27	日			8:30 グラウンドor外			
28	月			Rest			
29	火			15:40 グラウンド			
30	水		○	15:40グラウンド			
31	木			15:40グラウンド			
###	金	ボランティアの日	○	15:40 グラウンド			
2	土	第3回ベネッセ・駿台共通テスト模試③		Rest			
3	日	文化の日 第3回ベネッセ・駿台共通テスト模試④		8:00 江の島 片瀬東浜			
4	月	振替休日		Rest			
5	火			15:40グラウンド			
6	水		○	15:40グラウンド			
7	木			15:40グラウンド			
8	金	教育実習終	○	15:40グラウンド			
9	土	学校説明会②		Rest			
10	日	秋季競技会		上柚木公園陸上競技場			
11	月	授業公開始		Rest			
12	火			15:40グラウンド			
13	水		○	15:40グラウンド			
14	木			15:40グラウンド			
15	金	授業公開終口	○	15:40グラウンド			
16	土			Rest			
17	日			8:30東大和南or福生中央公園			
18	月	TGG(1) 修学旅行(2)		Rest			
19	火			15:40グラウンド(1年のみ)			
20	水		○	15:40グラウンド(1年のみ)			
21	木			15:40グラウンド(1年のみ)			
22	金	修学旅行終 芸術鑑賞授業(1)		Rest			
23	土	勤労感謝の日		8:30グラウンド	中学生体験会(9:30～)		
24	日	ESAT-J		8:30永山			
25	月	期末考査1週間前		Rest			
26	火			Rest			
27	水			Rest			
28	木			Rest			
29	金			Rest			
30	土			Rest			

**土日の学校グラウンド割等**

授業なし土日 : 偶数月AM・奇数月PM (陸上・ソフト・女サカが一緒)

授業あり土曜日 : 前半13:00～ 後半15:40～ (グラウンド割表で確認すること)

農場使用可能 : 休日or木曜日

秋留台陸上競技場: 一般開放=○(毎月第1日曜、第3土曜、毎週水曜) 貸切=×