

令和6年

5月活動計画

(6月は都総体の結果等により変更あり)

2024/5/9

都総体 全年「全員陸上」の実現 そして南関東のステージへ

「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・勉強態度 2,3年は1年生の手本に！1年は食欲に学ぶ！

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	行事	朝練	練習開始時間・場所	内 容 ・ その他	秋留	G割
5/1	水			16:30秋留台/15:45投擲グラウンド		○	
2	木			15:45 グラウンド			
3	金	憲法記念日		9:00永山公園/13:00投擲グラウンド		×	
4	土	みどりの日		13:00 グラウンド		×	PM
5	日	こどもの日		9:00 秋留台/投擲グラウンド		○	PM
6	月	振替休日		Rest		×	
7	火			15:45 グラウンド			
8	水			16:30秋留台/15:45グラウンド		○	
9	木			15:45 グラウンド			
10	金			15:45 グラウンド			
11	土	都総体 土曜授業		駒沢オリンピック公園陸上競技場			後半
12	日	都総体		駒沢陸上競技場 9:00グランドor永山		×	PM
13	月	中間考査一週間前		Rest			
14	火	生徒総会		Free(自主練)			
15	水			16:30秋留台/15:45グラウンド		○	
16	木			Free(自主練)			
17	金			15:45グラウンド			
18	土	都総体		駒沢オリンピック公園陸上競技場		○	PM
19	日	都総体		駒沢オリンピック公園陸上競技場		×	PM
20	月	中間考査始 教育実習始		Free(自主練)			
21	火			Free(自主練)			
22	水			Free(自主練)		○	
23	木	中間考査終		PM グラウンド			
24	金			15:45 グラウンド			
25	土	土曜授業		13:00 グラウンド			前半
26	日	西東京陸上競技大会		秋留台/13:00投擲校庭		大会	PM
27	月			Rest			
28	火			15:45 グラウンド			
29	水			16:30秋留台/15:45グラウンド		○	
30	木			15:45 グラウンド			
31	金			15:45 グラウンド			
6/1	土	学年別大会 土曜授業		上柚木公園陸上競技場			後半
2	日	学年別大会		上柚木公園陸上競技場		○	AM
3	月	実力診断・共通テスト 模試(3)		Rest			
4	火			15:45 グラウンド			
5	水			16:30秋留台/15:45投擲グラウンド		○	
6	木			15:45 グラウンド			
7	金	教育実習終		15:45 グラウンド			
8	土	第3回国士館大学競技会		国士館大学多摩陸上競技場			AM
9	日	第3回国士館大学競技会		国士館大学多摩陸上競技場			AM
10	月			Rest			
11	火	合唱祭		PM グラウンド			
12	水			16:30秋留台/15:45投擲グラウンド		○	
13	木			15:45 グラウンド			
14	金	南関東総体		駒沢オリンピック公園陸上競技場？			
15	土	南関東総体 保護者会②		駒沢オリンピック公園陸上競技場？		○	前半
16	日	南関東総体		Rest/駒沢オリンピック公園陸上競技場？			AM
17	月	南関東総体 授業公開始		Rest/駒沢オリンピック公園陸上競技場？			
18	火			15:45 グラウンド			
19	水			16:30秋留台/15:45投擲グラウンド		○	
20	木			15:45 グラウンド			
21	金	授業公開終 防災訓練 (2)		15:45 グラウンド			
22	土	日体大競技会		9:00 グラウンド			AM
23	日	日体大競技会		9:00 グラウンド・東大和南？			AM
24	月	期末考査1週間前		Free(自主練)			
25	火			Free(自主練)			
26	水			Free(自主練)		○	
27	木			Free(自主練)			
28	金			Free(自主練)			
29	土			Free(自主練)			AM
30	日			Free(自主練)			AM

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＝×

土日の学校グラウンド割等

7/13・14都選抜