

2023		6月		5/20 現在		令和5年度里中野球部予定表	
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
28 練習試合 vs蔵二@里 7:00集合 弁当なし	29 放課後練習	30 OFF	31 放課後練習	01 放課後練習	02 放課後練習	03 OFF	
04 練習試合 vs蔵二@里 7:00集合 弁当なし	05 放課後練習	06 OFF	07 放課後練習	08 放課後練習	09 放課後練習	10 OFF	
11 練習試合 vs戸塚@里 7:00集合 弁当なし	12 放課後練習	13 OFF	14 放課後練習	15 放課後練習	16 放課後練習	17 OFF	
18 練習試合 vs元郷@元郷中 7:00集合 弁当なし	19 学校総合体育大会 放課後練習	20 学校総合体育大会 放課後練習	21 学校総合体育大会 里中野球部初戦	22 学校総合体育大会	23 学校総合体育大会	24 学校総合体育大会	
25 OFF	26 OFF テスト期間	27 OFF テスト期間	28 OFF テスト期間	29 OFF テスト期間	30 OFF テスト期間	01	
02	03	メモ:					

／

部活動月間計画

2023 年

6 月

女子バスケットボール

部

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動等(分)	活動時間 休業日(分)	活動時間 課業日(分)	休養日及び 割振り日	内容	場所	対戦相手等
1	木			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
2	金			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
3	土			8:00	12:00	60	180			練習試合	本校	
4	日					0			休養日			
5	月			16:10	18:00	0						
6	火								休養日			
7	水			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
8	木			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
9	金			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
10	土			12:30	17:00	90	180			練習試合	本校	
11	日					0			休養日			
12	月			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
13	火					0			休養日			
14	水			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
15	木			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
16	金			16:10	18:00	0		110		練習	本校	
17	土			9:00	13:00	60	180			大会	芝スポ	
18	日					0			休養日			
19	月			12:30	14:30	0		120		練習	本校	
20	火			9:00	13:00	60	180			大会	芝スポ	
21	水			9:00	13:00	60	180			大会	戸スポ	
22	木			9:00	13:00	60	180			大会	戸スポ	
23	金			14:00	16:00	0	120			練習	本校	
24	土			8:30	11:30	0	180			練習	本校	
25	日					0			休養日			
26	月					0			休養日			
27	火					0			休養日			
28	水					0			休養日			
29	木					0			休養日			
30	金					0			休養日			
活動平均時間(分)							172.5	111		実績確認	月 日	

【課業日の活動時間】

- (1)朝練習 7:30～8:00(30分) ※部活のない日(火曜日)及びテスト週間前は無し
- (2)放課後 [時間授業火～金] [5時間授業月] [午前中授業]
- ① 3/1～2学期中間試験前日 16:30～18:00(90分) 15:30～17:30(120分) 14:00～16:00(120分)
- ② 2学期中間試験前日～県民の日 16:30～17:30(60分) 15:30～17:30(120分) 14:00～16:00(120分)
- ③ 県民の日～1月 16:30～17:00(30分) 15:30～17:00(90分) 14:00～16:00(120分)
- ④ 2月 16:30～17:30(60分) 15:30～17:30(60分) 14:00～16:00(120分)

部活動月間計画

2023 年

6

月

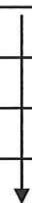
バレー

部

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動等(分)	活動時間 休業日(分)	活動時間 課業日(分)	休養日及び 割振り日	内容	場所	対戦相手等
1	木	○		16:00	18:00			120		練習	体育館	
2	金	○		16:00	18:00			120		練習	外	
3	土	PM		12:30	15:30		180			練習	体育館	
4	日	OFF							休養日			
5	月	○		15:30	18:00			150		練習	体育館	
6	火	OFF							休養日			
7	水	○		16:00	18:00			120		練習	体育館	
8	木	○		16:00	18:00			120		練習	体育館	
9	金	○		16:00	18:00			120		練習	外	
10	土	OFF							休養日			
11	日	AM		9:00	12:00		180			練習試合	里中体育館	元郷,戸塚,もう一校?
12	月	○		16:00	18:00			120		練習	体育館	
13	火	OFF							休養日			
14	水	○		16:00	18:00			120		練習	体育館	
15	木	○		16:00	18:00			120		練習	体育館	
16	金	○		16:00	18:00			120		練習	外	
17	土	AM		11:00	14:00		180			練習	体育館	
18	日	OFF							休養日			
19	月	○								大会	戸塚スポーツセンター	VS仲町中
20	火	○								練習	体育館	
21	水	○								大会	芝スポーツセンター	①VS鳩ヶ谷 ②4決め
22	木	○								大会	芝スポーツセンター	決勝リーグ
23	金	○								練習	体育館	
24	土	OFF							休養日			
25	日	○		9:00	12:00		180			練習	体育館	
26	月	OFF							休養日			テスト前部活動停止
27	火	OFF							休養日			
28	水	OFF							休養日			
29	木	OFF							休養日			
30	金	OFF							休養日			
活動平均時間(分)							180	123	実績確認 : 月 日 :			

学総中の体育館練習は他の部活動と
相談しながら決めます。
決まり次第伝えます。

テスト前部活動停止



部活動月間計画

2023 年

6 月

女子卓球

部

日	曜	活 動 内 容										対戦相手等
		活動	朝練	開始	終了	準備移動等(分)	活動時間 休業日(分)	活動時間 課業日(分)	休養日及び 割振り日	内容	場所	
1	木	○						70		練習	体育館	
2	金	○						70		練習	体育館	
3	土	OFF							休養日			
4	日	AM		8:00	11:00	30	180			練習試合	ランチルーム	岸川中
5	月	○						120			体育館	
6	火	OFF							休養日			
7	水	○						70		練習	体育館	
8	木	○						70		練習	ランチルーム	
9	金	○						70		練習	ランチルーム	
10	土	OFF							休養日			
11	日	AM		8:00	11:00	30	180			練習	ランチルーム	
12	月	○						120			体育館	
13	火	OFF							休養日			
14	水	○						70		練習	体育館	
15	木	○						70		練習	ランチルーム	
16	金	○						70		練習	ランチルーム	
17	土	AM		8:00	11:00	30	180			練習	ランチルーム	
18	日	OFF							休養日			
19	月	○						120			ランチルーム	
20	火	1日		9:00	15:00	30		360		大会	東SC	団体戦予選
21	水	○						120			ランチルーム	
22	木	1日		9:00	15:00	30		360		大会	東SC	団体戦決勝
23	金	1日		9:00	15:00	30		360		大会	東SC	個人戦
24	土	OFF							休養日			
25	日	OFF							休養日			
26	月	OFF							休養日			
27	火	OFF							休養日			
28	水	OFF							休養日			
29	木	OFF							休養日			
30	金	OFF							休養日			
活動平均時間(分)							180	141.3333		実績確認	月 日	

部活動月間計画

2023 年

7 月

女子卓球

部

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動 等(分)	活動時間 休業日(分)	活動時間 課業日(分)	休養日及び 割振り日	内容	場所	対戦相手等
1	土	OFF							休養日			
2	日	OFF							休養日			
3	月	OFF							休養日			
4	火	OFF							休養日			
5	水	○						120			体育館	
6	木	○						120		練習	ランチルーム	
7	金	○						120		練習	ランチルーム	
8	土	OFF							休養日			
9	日	AM		8:00	11:00	30	180			練習	ランチルーム	
10	月	○						120		練習	体育館	
11	火	○						120		練習	ランチルーム	
12	水	○						120		練習	体育館	
13	木	OFF							休養日			
14	金	○						120		練習	ランチルーム	
15	土	OFF							休養日			
16	日	AM		8:00	11:00	30	180			練習	ランチルーム	
17	月	OFF							休養日			
18	火	○						120		練習	ランチルーム	
19	水	○						120		練習	ランチルーム	
20	木	OFF							休養日			
21	金	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
22	土	OFF							休養日			
23	日	AM		8:00	11:00	30	180			練習	ランチルーム	
24	月	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
25	火	PM		12:30	16:00	30	180			練習	ランチルーム	
26	水	PM		12:30	16:00	30	180			練習	ランチルーム	
27	木	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
28	金	OFF							休養日			
29	土	OFF							休養日			
30	日	AM		8:00	11:00	30	180			練習	ランチルーム	
31	月	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
活動平均時間(分)							180	120	実績確認 : 月 日 :			

部活動月間計画

2023 年

6

月

男子卓球

部

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動 等(分)	活動時間 休業日(分)	活動時間 課業日(分)	休養日及び 割振り日	内容	場所	対戦相手等
1	木	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
2	金	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
3	土	○		8:00	11:00	30		150		練習	体育館・ランチルーム	
4	日	OFF							休養日			
5	月	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
6	火	OFF							休養日			
7	水	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
8	木	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
9	金	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
10	土	OFF							休養日			
11	日	○		8:00	11:00	30		150		練習	体育館・ランチルーム	
12	月	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
13	火	OFF							休養日			
14	水	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
15	木	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
16	金	○		16:30	17:30	30	30			練習	体育館・ランチルーム	
17	土	○		8:00	11:00	30		150		練習	体育館・ランチルーム	
18	日	OFF							休養日			
19	月	○		13:00	15:00	30	90			練習	体育館・ランチルーム	
20	火	○		13:00	15:00	30	90			練習	体育館・ランチルーム	
21	水	○		8:00	11:00	30		150		練習	東スポーツセンター	
22	木	○		13:00	15:00	30	90			練習	体育館・ランチルーム	
23	金	○		8:00	11:00	30		150		練習	東スポーツセンター	
24	土	○		8:00	11:00	30		150		練習	東スポーツセンター	
25	日	OFF							休養日			
26	月	OFF							休養日			
27	火	OFF							休養日			
28	水	OFF							休養日			
29	木	OFF							休養日			
30	金	OFF							休養日			
1	土	OFF							休養日			
活動平均時間(分)				43.84615		47		実績確認		月 15日		

部活動月間計画

2023 年

6 月

陸上

部

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動等(分)	活動時間休業日(分)	活動時間課業日(分)	休養日及び割振り日	内容	場所	備考
1	木	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	
2	金	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	
3	土	AM	×	8:00	11:00	30	150	×		練習	青木町公園	
4	日	OFF	×				×	×				
5	月	○	×	15:00	17:00	20	×	100		練習	鳩ヶ谷高校	
6	火	OFF	×				×	×				
7	水	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	1年校外学習
8	木	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	鳩ヶ谷高校	学校公開
9	金	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	学校公開
10	土	AM	×	8:00	11:00	30	150	×		練習	鳩ヶ谷高校	
11	日	OFF	×				×	×				
12	月	○	×	15:00	17:00	20	×	100		練習	本校	
13	火	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	選手のみ
14	水	1日	×	8:00	16:00	300	×	180		大会	熊谷スポーツ文化公園	通信陸上県大会
15	木	1日	×	8:00	16:00	300	×	180		大会	熊谷スポーツ文化公園	通信陸上県大会
16	金	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	
17	土	AM	×	8:00	11:00	30	150	×		練習	青木町公園	
18	日	OFF	×				×	×				
19	月	○	×	12:30	14:30	20	×	100		練習	本校	弁当持参
20	火	○	×	12:30	14:30	20	×	100		練習	本校	弁当持参
21	水	OFF	×				×	×				
22	木	○	×	13:30	16:00	30	×	120		練習	青木町公園	再登校
23	金	○	×	16:00	18:00	20	×	100		練習	本校	
24	土	AM	×	8:00	11:00	30	150	×		練習	青木町公園	サッカーの結果次第で本校
25	日	OFF	×				×	×				
26	月	○	×	15:00	17:00	20	×	100		練習	本校	選手のみ
27	火	1日	×	7:00	16:00	420	×	120		大会	青木町公園	学校総合体育大会予選
28	水	1日	×	7:00	16:00	420	×	120		大会	青木町公園	学校総合体育大会予選
29	木	OFF	×				×	×				
30	金	OFF	×				×	×				
1	土	OFF	×				×	×				
				活動平均時間(分)			150	112		実績確認 月 日		

部活動停止

日	曜	活 動 内 容										
		活動	朝練	開始	終了	準備移動等 (分)	活動時間 休業日	活動時間 課業日	休養日及び 割振り日	内容	場所	対戦相手等
1	木	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Aチーム
2	金	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Bチーム
3	土	OFF										
4	日	OFF										
5	月	OFF										
6	火	OFF										
7	水	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Aチーム
8	木	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Bチーム
9	金	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Aチーム
10	土	OFF										
11	日	OFF										
12	月	OFF										
13	火	OFF										
14	水	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Bチーム
15	木	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Aチーム
16	金	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	Bチーム
17	土	OFF										
18	日	OFF										
19	月	OFF										
20	火	○		13:30	16:00			150		練習	理科室 1, 畑、PC	全員
21	水	○		13:30	16:00			150		練習	理科室 1, 畑、PC	全員(3年引退)
22	木	○		13:30	16:00			150		練習	理科室 1, 畑、PC	全員
23	金	○		16:00	17:30			90		練習	理科室 1, 畑、PC	全員
24	土	OFF										
25	日	OFF										
26	月	OFF										
27	火	OFF										
28	水	OFF										
29	木	OFF										
30	金	OFF										
1	土	OFF										
活動平均時間 (分)								0:45:00		実績確認	月 日	