部活動月間計画

2022 年　11 月　野球 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	火	○		16:00	17:50			1:50		練習		
2	水	○		16:00	17:50			1:50		練習		
3	木	○		16:00	17:50			1:50		練習		
4	金	OFF										
5	土	AM		8:30	12:00		3:30			練習試合	里中	さいたま市原山中
6	日	OFF										
7	月	○		15:00	17:50			2:50		練習		
8	火	○		16:00	17:50			1:50		練習		
9	水	○		16:00	17:50			1:50		練習		
10	木	OFF										
11	金	○		16:00	17:50			1:50		練習		
12	土	AM		8:30	12:00		3:30			練習試合	元郷	元郷中
13	日	OFF										
14	月	○		15:00	17:50			2:50		練習		
15	火	OFF										
16	水	○		16:00	17:20			1:20		練習		
17	木	○		16:00	17:20			1:20		練習		
18	金	○		16:00	17:20			1:20		練習		
19	土	AM		8:30	12:00		3:30			練習試合	里中	安行東中
20	日	OFF										
21	月	○		15:00	17:20			2:20		練習		
22	火	○		16:00	17:20			1:20		練習		
23	水	○		16:00	17:20			1:20		練習		
24	木	OFF										
25	金	OFF										
26	土	OFF										
27	日	OFF										
28	月	OFF										
29	火	OFF										
30	水	OFF										
1	木	OFF										
				活動平均時間(分)			0.145833	0.076389		実績確認	月　日	

部活動月間計画

2022 年　11 月　サッカー 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	火							120		練習	里中	
2	水							120		練習	里中	
3	木	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里中	
4	金	1日								大会	与野八王子グラウンド	さいたま大谷場
5	土	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里中	1年生のみ大会
6	日	1日								大会	上尾平塚グラウンド	富士見勝瀬
7	月							120		練習	里中	
8	火	1日								大会	与野八王子グラウンド	
9	水							120		練習	里中	
10	木	1日								大会	RHF駒場	未定
11	金							120		練習	里中	
12	土	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里中	1年生のみ大会
13	日	1日								大会	NACK5スタジアム	未定
14	月	1日		7:00	15:00	300	180			練習試合	さいたま栄	さいたま栄・草加谷塚
15	火	OFF							休養日			
16	水							120		練習	里中	
17	木							120		練習	里中	
18	金							120		練習	里中	
19	土	OFF							休養日			
20	日	1日		7:00	15:00	300	180			練習試合	神根	神根・蕨一
21	月							120		練習	里中	
22	火							120		練習	里中	
23	水	OFF							休養日			
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			
				活動平均時間(分)			180	120		実績確認	月　日	

部活動月間計画

2022 年　11 月　男子ソフトテニス 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	火	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
2	水	1日		8:00	16:00	300		180		大会	くまがやドーム	県大会個人
3	木	1日		8:00	16:00	300	180			練習試合	里コート	未定
4	金	OFF							休養日			
5	土	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里コート	
6	日	1日		8:00	16:00	300		180		大会	くまがやドーム	県大会団体
7	月	OFF							休養日			
8	火	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
9	水	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
10	木	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
11	金	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
12	土	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里コート	Bのみ
13	日	1日		8:00	16:00	300	180			大会	南中	Aのみ
14	月	1日		8:00	16:00	300	180			練習試合	くまがやドーム	Aのみ
15	火	AM		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
16	水	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
17	木	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
18	金	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
19	土	AM		8:00	11:00	20	160			練習	里コート	
20	日	OFF							休養日			
21	月	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
22	火	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
23	水	OFF							休養日			
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			
31	木	OFF							休養日			
				活動平均時間(分)			176.6667	106		実績確認	月　日	

部活動月間計画

2022 年　11 月　女子ソフトテニス 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	火	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
2	水	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
3	木	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里コート	
4	金	OFF							休養日			
5	土	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里コート	
6	日	OFF							休養日			
7	月	OFF							休養日			
8	火	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
9	水	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
10	木	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
11	金	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
12	土	1日		8:00	16:00	300	180			大会	南中	Aのみ
13	日	AM		8:00	12:00	60	180			練習	里コート	Bのみ
14	月	1日		8:00	16:00	300	180			練習試合	くまがやドーム	Aのみ
15	火	AM		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
16	水	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
17	木	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
18	金	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
19	土	AM		8:00	11:00	20	160			練習	里コート	Bのみ
20	日	1日		8:00	16:00	300	180			大会	青木公園	Aのみ
21	月	○		15:00	17:30	30		120		練習	里コート	
22	火	○		16:00	17:30	20		70		練習	里コート	
23	水	OFF							休養日			
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			
31	木	OFF							休養日			
				活動平均時間(分)			177.1429	91		実績確認	月　日	

部活動月間計画

2022 年　11 月　男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	火	○		16:10	18:00	2		120		練習	外	
2	水	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
3	木	AM		8:00	11:00	3	180			練習	体育館	
4	金	OFF										
5	土	PM		12:30	15:30	3	180			練習	体育館	
6	日	OFF										
7	月	OFF										
8	火	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
9	水	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
10	木	○		16:10	18:00	2		120		練習	外	
11	金	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
12	土	PM		12:30	15:30	3	180			練習	体育館	
13	日	OFF										
14	月	OFF										
15	火	OFF										
16	水	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
17	木	○		16:10	18:00	2		120		練習	外	
18	金	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
19	土	PM		12:30	15:30	3	180			練習	体育館	
20	日	OFF										
21	月	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
22	火	○		16:10	18:00	2		120		練習	体育館	
23	水	OFF										
24	木	OFF										
25	金	OFF										
26	土	OFF										
27	日	OFF										
28	月	OFF										
29	火	OFF										
30	水	OFF										
31	木	OFF										
				活動平均時間(分)			180	120		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)及びテスト一週間前は無し

部活動月間計画

2022 年　11 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
1	火			16:10	17:30	0		80		練習	本校
2	水			16:10	17:30	0		80		練習	本校
3	木			9:00	12:00	0	180			練習	本校
4	金					0			休養日		
5	土			12:30	15:30	0	180			練習	本校
6	日					0			休養日		
7	月					0			休養日		
8	火			16:10	17:30	0		80		練習	本校
9	水			16:10	17:30	0		80		練習	本校
10	木			16:10	17:30	0		80		練習	本校
11	金			16:10	17:30	0		80		練習	本校
12	土			12:30	14:30	0	120			練習	本校
13	日					0			休養日		
14	月			9:00	12:00	0	180			練習	本校
15	火					0			休養日		
16	水			16:10	17:00	0		50		練習	本校
17	木			16:10	17:00	0		50		練習	本校
18	金			16:10	17:00	0		50		練習	本校
19	土			9:00	12:00	0	180			練習	本校
20	日					0			休養日		
21	月			16:10	17:00	0		50		練習	本校
22	火			16:10	17:00	0		50		練習	本校
23	水					0			休養日		
24	木					0			休養日		
25	金					0			休養日		
26	土					0			休養日		
27	日					0			休養日		
28	月					0			休養日		
29	火					0			休養日		
30	水					0			休養日		
				活動平均時間(分)			168	66.36364		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)及びテスト一週間前は無し
(2)放課後　〔時間授業火～金〕　〔5時間授業月〕　〔4
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

8

部活動月間計画

2022 年　11 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	火	○		16:00	17:30			90		練習	体育館	
2	水	○		16:00	17:30			90		練習	外	
3	木	○		7:00	9:00		120			練習	体育館	
4	金	OFF							休養日			
5	土	AM		9:00	12:00		180			練習試合	戸塚西中	戸塚西、岸川、元郷
6	日	OFF							休養日			
7	月	OFF							休養日			
8	火	○		16:00	17:30			90		練習	体育館	
9	水	○		16:00	17:30			90		練習	体育館	
10	木	○		16:00	17:30			90		練習	体育館	
11	金	○		16:00	17:30			90		練習	外	
12	土	AM		9:00	12:00		180			練習試合	里中体育館	八幡木中
13	日	OFF							休養日			
14	月	OFF							休養日			
15	火	OFF							休養日			
16	水	○		15:30	17:00			90		練習	体育館	
17	木	○		15:30	17:00			90		練習	体育館	
18	金	○		15:30	17:00			90		練習	外	
19	土	AM		7:00	9:00		120			練習	体育館	
20	日	OFF							休養日			
21	月	○		15:30	17:00			90		練習	体育館	
22	火	○		16:00	17:00			60		練習	体育館	
23	水	OFF							休養日			テスト前部活動×
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			期末テスト①
				活動平均時間(分)			150	87.27273		実績確認	月　日	

部活動月間計画

2022 年　11 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	火	○						60		練習	ランチルーム	
2	水	○						60		練習	体育館	
3	木	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
4	金	OFF							休養日			
5	土	OFF							休養日			
6	日	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
7	月	OFF							休養日			
8	火	○						60		練習	体育館	
9	水	○						60		練習	体育館	
10	木	○						60		練習	ランチルーム	
11	金	○						60		練習	ランチルーム	
12	土	OFF							休養日			
13	日	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
14	月	OFF							休養日			
15	火	OFF							休養日			
16	水	○						120		練習	体育館	
17	木	○						120		練習	ランチルーム	
18	金	○						120		練習	ランチルーム	
19	土	OFF							休養日			
20	日	OFF							休養日			
21	月	OFF							休養日			
22	火	OFF							休養日			
23	水	OFF							休養日			
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			
1	木	OFF							休養日			
				活動平均時間(分)			180	80		実績確認	月　日	

9

部活動月間計画

2021 年　12 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	木	OFF							休養日			
2	金	○						60			ランチルーム	
3	土	OFF							休養日			
4	日	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
5	月	○						120			体育館	
6	火	OFF							休養日			
7	水	○						60			体育館	
8	木	○						60			ランチルーム	
9	金	○						60			ランチルーム	
10	土	OFF							休養日			
11	日	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
12	月	○						120			体育館	
13	火	○						120			体育館	
14	水	OFF							休養日			
15	木	○						120			体育館	
16	金	○						120			体育館	
17	土	OFF							休養日			
18	日	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
19	月	○						120			体育館	
20	火	○						120			体育館	
21	水	○						120			ランチルーム	
22	木	OFF							休養日			
23	金	OFF							休養日			
24	土	OFF							休養日			
25	日	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
26	月	PM		12:30	17:00	30	180			練習	ランチルーム	
27	火	PM		12:30	17:00	30	180			練習	ランチルーム	
28	水	AM		8:00	11:30	30	180			練習	ランチルーム	
29	木	OFF							休養日			
30	金	OFF							休養日			
31	土	OFF							休養日			
				活動平均時間(分)			180	100		実績確認	月　日	

部活動月間計画

10

2022 年　11 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	火	○		16:30	17:30	30		30		練習	体育館・ランチルーム	
2	水	○		16:30	17:30	30		30		練習	体育館・ランチルーム	
3	木	OFF							休養日			
4	金	OFF							休養日			
5	土	○		8:00	11:00	30		150		練習	体育館・ランチルーム	
6	日	OFF							休養日			
7	月	OFF							休養日			
8	火	○		16:30	17:30	30		30		練習	体育館・ランチルーム	
9	水	○		16:30	17:30	30		30		練習	体育館・ランチルーム	
10	木	○		16:30	17:30	30		30		練習	体育館・ランチルーム	
11	金	○		16:30	17:30	30		30		練習	体育館・ランチルーム	
12	土	○		8:00	11:00	30		150		練習	体育館・ランチルーム	
13	日	OFF							休養日			
14	月	OFF							休養日			
15	火	OFF							休養日			
16	水	○		16:30	17:00	30				練習	体育館・ランチルーム	
17	木	○		16:30	17:00	30				練習	体育館・ランチルーム	
18	金	○		16:30	17:00	30				練習	体育館・ランチルーム	
19	土	○		8:00	11:00	30		150		練習	体育館・ランチルーム	
20	日	OFF							休養日			
21	月	○		16:30	17:00	30				練習	体育館・ランチルーム	
22	火	○		16:30	17:00	30				練習	体育館・ランチルーム	
23	水	OFF							休養日			
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			
				活動平均時間(分)			#DIV/0!	45		実績確認	月 14日	

部活動月間計画

11

2022 年　11 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	対戦相手等
1	火	○		16:10	17:40	20		70		練習	鳩ヶ谷高校	
2	水	○		16:10	17:40	20		70		練習	鳩ヶ谷高校	
3	木	AM		8:00	11:00	30	150			練習	鳩ヶ谷高校	
4	金	OFF							休養日			専門委員会
5	土	AM		8:00	11:00	30	150			練習	本校	
6	日	OFF							休養日			
7	月	OFF							休養日			
8	火	○		16:10	17:40	20		70		練習	鳩ヶ谷高校	1年合唱コンクール
9	水	○		16:10	17:40	20		70		練習	鳩ヶ谷高校	2年合唱コンクール
10	木	○		16:10	17:40	20		70		練習	鳩ヶ谷高校	中央委員会
11	金	○		16:10	17:40	20		70		練習	鳩ヶ谷高校	
12	土	AM		8:00	11:00	30	150			練習	青木町公園	
13	日	OFF							休養日			
14	月	OFF		8:00	11:00	30	150			練習	本校	
15	火	OFF							休養日			
16	水	○		16:10	17:15	20		45		練習	本校	
17	木	○		16:10	17:15	20		45		練習	本校	
18	金	○		16:10	17:15	20		45		練習	本校	
19	土	AM		8:00	11:00	30	150			練習	青木町公園	
20	日	OFF							休養日			
21	月	○		15:10	17:15	20		45		練習	本校	
22	火	○		16:10	17:15	20		45		練習	本校	
23	水	OFF							休養日		部活動停止	部活動停止
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			期末テスト
1	木	OFF							休養日			期末テスト
				活動平均時間(分)			150	59		実績確認	月　日	

部活動月間計画

12

2022 年　11 月　吹奏楽 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	行事等
1	火	PM		16:00	17:50			110			第1音楽室	
2	水	PM		16:00	17:50			110			第1音楽室	
3	木	PM		13:00	16:00	1:00	180				第1音楽室	合同練習
4	金	OFF										専門委員会
5	土	AM		9:00	12:00	1:00	180				第1音楽室	
6	日	OFF										
7	月	OFF										
8	火	PM		16:00	17:50			110			第1音楽室	合唱コン
9	水	PM		16:00	17:50			110			第1音楽室	合唱コン
10	木	PM		16:00	17:50			110			第1音楽室	合唱コン
11	金	PM		16:00	17:50			110			第1音楽室	
12	土	OFF										
13	日	AM		9:00	12:00	1:00	180				第1音楽室	
14	月	AM		9:00	17:00						第1音楽室	合同演奏会
15	火	OFF										
16	水	PM		15:00	17:00			120			第1音楽室	
17	木	PM		15:00	17:00			120			第1音楽室	
18	金	PM		15:00	17:00			120			第1音楽室	
19	土	AM		9:00	12:00	1:00	180				第1音楽室	
20	日	OFF										
21	月	PM		15:00	17:00			120			第1音楽室	
22	火	PM		16:00	17:20			80			第1音楽室	
23	水	OFF										部活動停止期間
24	木	OFF										
25	金	OFF										
26	土	OFF										
27	日	OFF										
28	月	OFF										
29	火	OFF										
30	水	OFF										1.2年期末テスト
1	木	OFF										1.2年期末テスト
				活動平均時間(分)			180	110.9091		実績確認	月　日	

部活動月間計画

13

2021 年　11 月　美術 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	火	○		16:10	17:40	20		70			本校教室	
2	水	○		16:10	17:40	20		70			本校教室	
3	木	OFF							休養日			
4	金	OFF							休養日			
5	土	OFF							休養日			
6	日	OFF							休養日			
7	月	○		15:10	17:40	30		120			本校教室	
8	火	○		16:10	17:40	20		70			本校教室	
9	水	○		16:10	17:40	20		70			本校教室	
10	木	OFF							休養日			
11	金	○		16:10	17:40	20		70			本校教室	
12	土	OFF							休養日		本校教室	
13	日	OFF							休養日			
14	月	OFF							休養日			
15	火	○		15:10	17:10	30		90			本校教室	
16	水	○		15:10	17:10	30		90			本校教室	
17	木	○		15:10	17:10	30		90			本校教室	
18	金	○		15:10	17:10	30		90			本校教室	
19	土	OFF							休養日			
20	日	OFF							休養日			
21	月	○		15:10	17:10	30		90			本校教室	
22	火	○		16:10	17:10	20		40			本校教室	
23	水	OFF							休養日			
24	木	OFF							休養日			
25	金	OFF							休養日			
26	土	OFF							休養日			
27	日	OFF							休養日			
28	月	OFF							休養日			
29	火	OFF							休養日			
30	水	OFF							休養日			
1												
				活動平均時間(分)			0	80		実績確認	月　日	

部活動月間計画

2022 年　11 月　生活科学 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	火	○		16:00	17:30			90		練習	理科室1,畑、PC	B
2	水	○		16:00	17:30			90		練習	理科室1,畑、PC	A
3	木	OFF										
4	金	OFF										
5	土	OFF										
6	日	OFF										
7	月	OFF										
8	火	○		16:00	17:30			90		練習	理科室1,畑、PC	B
9	水	○		16:00	17:30			90		練習	理科室1,畑、PC	A
10	木	○		16:00	17:30			90		練習	理科室1,畑、PC	B
11	金	○		16:00	17:30			90		練習	理科室1,畑、PC	A
12	土	OFF										
13	日	OFF										
14	月	OFF										
15	火	OFF										
16	水	○		16:00	17:00			60		練習	理科室1,畑、PC	B
17	木	○		16:00	17:00			60		練習	理科室1,畑、PC	A
18	金	○		16:00	17:00			60		練習	理科室1,畑、PC	B
19	土	OFF										
20	日	OFF										
21	月	OFF										
22	火	○		16:00	17:00			60		練習	理科室1,畑、PC	A
23	水	OFF										
24	木	OFF										
25	金	OFF										
26	土	OFF										
27	日	OFF										
28	月	OFF										
29	火	OFF										
30	水	OFF										
1	木	OFF										
				活動平均時間(分)				1:18:00		実績確認	月　日	