

記入の仕方:「時間」には活動時間(h)の数字を記入すること 「休養日」には設定した期日に「1」を入力すること 「特記事項」には学校行事や校内以外の部活動場所、大会等を記載すること

4月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

5月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

6月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

7月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

8月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

9月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

Summary table for April: 平日休養日 4, 休日休養日 4, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 4.2

Summary table for May: 平日休養日 6, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.2, 休日活動時間平均 4.0

Summary table for June: 平日休養日 10, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 4.0

Summary table for July: 平日休養日 5, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.2, 休日活動時間平均 3.5

Summary table for August: 平日休養日 8, 休日休養日 4, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 4.0

Summary table for September: 平日休養日 10, 休日休養日 2, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 4.0

10月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

11月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

12月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

1月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

2月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

3月 計画 実績 特記事項 table with columns for date, day, planned time, rest, actual time, rest, and notes.

Summary table for October: 平日休養日 6, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 3.0

Summary table for November: 平日休養日 8, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 2.0

Summary table for December: 平日休養日 8, 休日休養日 8, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 2.0

Summary table for January: 平日休養日 9, 休日休養日 4, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 2.0

Summary table for February: 平日休養日 13, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 2.0

Summary table for March: 平日休養日 11, 休日休養日 5, 平日活動時間平均 2.0, 休日活動時間平均 2.3

平日休養日 計画 98 実績 108

休日休養日 計画 57 実績 49

休養日合計 計画 155 実績 157