

2026年度 陸上競技 部 月・年間計画確認表 ※年間を52週と考え、高等学校では週休日・祝日の休養日と平日の休養日の合計を52日以上設けましょう。

実施状況 1:週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2:週休日・祝日・振替休業日の休養日 3:平日活動日 4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計 77 日 「1」の計 28 日 「2」の計 49 日 平日の計 261 日 「3」の計 182 日 「4」の計 79 日 「2・4」の計 128 日

4月	週休日・祝日合計 8 日								「1」の計 5 日					「2」の計 3 日			平日合計 18 日											「3」の計 12 日			「4」の計 6 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木						
実施状況		1	1	1	2	3	4	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3					4	4	1	3					
休養	○				○			○	○						○				○									○	○							
備考						始業式	入学式	実力試験	職員会議	職員会議	県記録会		職員会議	短縮時程	短縮時程	身体計測	短縮時程			短縮時程			校外学習			県北地区総	県北地区総	県北地区総		昭和の日						

5月	週休日・祝日合計 8 日								「1」の計 3 日					「2」の計 5 日				平日合計 19 日											「3」の計 15 日			「4」の計 4 日			
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日				
実施状況	3	2	1	1	1	2	3	3	3	2	3	3	4	3					4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2					
休養		○				○				○				○					○	○					○			○			○				
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日				P T A 総会			職員会議		県総体	県総体	県総体	県総体		職員会議										3年実力					

6月	週休日・祝日合計 2 日							「1」の計 0 日				「2」の計 2 日				平日合計 21 日											「3」の計 14 日			「4」の計 7 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火				
実施状況	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3					3	4	3	3	3	2	3	3	4	3				4	3				
休養	○	○	○				○				○						○				○				○				○					
備考	前期中間	前期中間	前期中間	前期中間							関東高校総	関東高校総	関東高校総	関東高校総			職員会議			全体研修会 P T A				職員会議	キリスト教	教育研修会	茨城県選手権	茨城県選手権	茨城県選手権	茨城県選手権				

7月	週休日・祝日合計 4 日							「1」の計 0 日				「2」の計 4 日				平日合計 25 日											「3」の計 20 日			「4」の計 5 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金			
実施状況	4	3	3	3	2	3	3	4	3			2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3				
休養	○				○							○							○				○				○			○				
備考	職員会議			実力試験							個人選手権	個人選手権			職員会議			閉講式		海の日	夏期講習	夏期講習	夏期講習	夏期講習			夏期講習	夏期講習	夏期講習	夏期講習	インターハイ	インターハイ		

8月	週休日・祝日合計 4 日							「1」の計 1 日				「2」の計 3 日				平日合計 24 日											「3」の計 19 日			「4」の計 5 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月			
実施状況	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3				3	3	4	3	3	4	1	3			
休養		○							○						○				○								○			○				
備考	インターハイ	インターハイ	インターハイ						土曜休業日		部活体験会						夏期講習	夏期講習	夏期講習	夏期講習		関東選手権	関東選手権	関東選手権	夏期講習	夏期講習	校外模試		開講式					

9月	週休日・祝日合計 9 日									「1」の計 4 日				「2」の計 5 日			平日合計 15 日											「3」の計 9 日			「4」の計 6 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水						
実施状況	4	3				2	4	4	4	3	3	1	2	3	3	4	3			2	2	1	4	3	3	2	3	1	1							
休養	○					○	○	○	○				○			○					○	○						○								
備考			高校新地区	高校新地区	高校新地区	高校新地区	前期末試験	前期末試験	前期末試験	前期末試験		土曜休業日				職員会議			県高校新人	県高校新人	県高校新人	敬老の日	国民の休日	秋分の日	探点業務ブレテテスト			前期末試験	前期末休業	前期末休業						

