【年間活動計画】〔　　水泳　　〕 (部・同好会)

◇　年間目標

チーム全体として競技力を高め、 東北大会への出場を目指す。水泳の初心者も水泳の楽しさに触れながら大会での記録更新を目指すことができるようにする。部の活動を通して、心身の健全な育成、さらに仲間との協調ある人間関係を構築させる。

◇　活動日と活動場所

【活 動 日】　週　4　日

【休 養 日】　毎週　月、金、日曜日 （長期休業中などの計画は別途。その他、活動方針に準ずる。）

【活動時間】　（平日）　2時間　程度　　（休日）　3時間　程度

※特例措置　県総体及び県新人前はハイシーズン扱いとする。また、休日に校外で練習試合などを行う場合は時間延長もあり得る（ただし、その際は平日の休業日を増やすなどの対応を行うものとする）。

【活動場所】　セントラルスポーツ宮城G21プール、市民プール

◇　大会などの主な記録

令和５年度	令和６年度	令和７年度
高校総体東北大会出場高校新人東北大会出場	高校総体東北大会出場高校新人東北大会出場	高校総体東北大会出場高校新人東北大会出場

◇　今年度の参加予定大会

高等学校仙南水泳競技記録会
高等学校総合体育大会水泳競技大会
宮城県民体育大会水泳競技大会高等学校
新人大会水泳競技大会

◇　年間（月別）活動計画

４月	５月	６月	７月	８月	９月
休養予定数　10日	休養予定数　13　日	休養予定数　10　日	休養予定数　8　日	休養予定数　8　日	休養予定数　9　日
陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習
１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
休養予定数　10　日	休養予定数　10　日	休養予定数　11　日	休養予定数　16　日	休養予定数　10　日	休養予定数　9　日
陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習	陸上トレーニング 温水プールでの練習