

別紙3 毎月の活動計画例（2）

大田区立貝塚中学校 野球部 4月～3月活動計画

曜日	活動時間・活動場所・休養日
日	休養日(公式戦があるときは試合)
月	16:00～18:00 校舎内外でのランニングとトレーニング
火	16:00～18:00 校庭
水	休養日
木	16:00～18:00 校庭
金	16:00～18:00 校庭
土	3時間程度・校庭もしくは他校との練習試合・公式戦

※ 定期試験前後の一定期間は、学校全体の部活動休養日設ける。