鳥取県立境高等学校陸上競技部年間計画表			
部員数	男15人	女19人	計34人
顧問名	①湯浅	②加茂	
部活日	月・火・水・金・土		
休養日	木・日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	休日	開始9時	終了13時
活動場所	学校・竜ヶ山陸上競技場		
活動目標	①文武両道の推進		
	②全国総体出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	全山陰	記録会	専門練習
5月	県選手権、県総体		専門練習
6月	中国高校	境港市選手権	専門練習
7月	国体選手選考会		専門練習
8月	中国選手権、IH	大阪遠征	専門練習
9月	県新人戦		専門練習
10月	中国新人、国体	会長杯	専門練習
11月		大山合宿	体力づくり
12月		高知合宿	体力づくり
1月			体力づくり
2月			体力づくり
3月		大山合宿	専門練習

鳥取県立境高等学校（硬式野球）部年間計画表			
部員数	男44人	女4人	計48人
顧問名	①足立泰	②坂口	
	③金谷	④門脇	⑤野村
部活日	平日、土曜日		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了18時
	土曜日	開始10時	終了14時
活動場所	境高校野球グラウンド		
活動目標	①生徒の人格形成		
	②甲子園出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	春季鳥取大会		フリーバッティング・ケースバッティング
5月			フリーバッティング・ケースバッティング
6月			フリーバッティング・ケースバッティング
7月	選手権鳥取大会		フリーバッティング・ケースバッティング
8月		西部地区秋季交流戦	フリーバッティング・ケースバッティング
9月	秋季鳥取大会		フリーバッティング・ケースバッティング
10月		1年生大会	フリーバッティング・ケースバッティング
11月			フリーバッティング・体力トレーニング
12月			フリーバッティング・体力トレーニング
1月		夜間行軍	フリーバッティング・体力トレーニング
2月			フリーバッティング・体力トレーニング
3月		西部地区春季交流戦	フリーバッティング・ケースバッティング

鳥取県立境高等学校（軟式野球）部年間計画表			
部員数	男 9人	女 3人	計 12人
顧問名	①本道	②矢倉	
	③	④	⑤
部活日	火、水、木、金、土		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	休日	開始9時	終了12時
活動場所	境高グラウンド		
活動目標	① 生徒の主体性を引き出す		
	② 上位大会進出を目指す		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	春季大会		春季大会に向けての練習
5月	中国大会		中国大会に向けての練習
6月			選手権大会に向けての練習
7月	選手権大会		選手権大会に向けての練習
8月	東中国大会		東中国大会に向けての練習
9月			秋季大会に向けての練習
10月	秋季大会		秋季大会に向けての練習
11月			通常練習
12月			通常練習
1月			通常練習
2月			通常練習
3月	交流戦（県外）		春季大会に向けての練習

鳥取県立境高等学校 (男子バスケットボール) 部年間計画表			
部員数	男11人	女2人	計13人
顧問名	①今村	②手島	
部活日	休養日以外		
休養日	日曜 (または木曜)		
活動時間	平日	開始16時	終了18時半
	休日	開始 9 時 13時	終了13時 17時
活動場所	境高校第2体育館、境港市民第2体育館		
活動目標	① 愛される部活動		
	② 全国高校総体出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国高校選手権県予選		通常練習・練習試合
5月	中国選手権 鳥取県高校総体	GW大山合宿 (日帰り)	通常練習・練習試合
6月	U18リーグ戦(10月まで)		通常練習
7月	全国高校総体		通常練習・練習試合
8月		夏季大山合宿 (日帰り)	通常練習・練習試合
9月			通常練習・練習試合
10月			通常練習・練習試合
11月	ウインターカップ県予選 西部地区新人戦		通常練習
12月	西部地区新人戦 ウインターカップ		通常練習・練習試合
1月	鳥取県新人戦		通常練習・練習試合
2月	中国新人戦		通常練習
3月			通常練習・練習試合

鳥取県立境高等学校 (女子バスケットボール) 部年間計画表			
部員数	男0人	女10人	計10人
顧問名	①手島	②今村	
部活日	休養日以外		
休養日	土曜 (または木曜)		
活動時間	平日	開始16時	終了18時半
	休日	開始9時 13時	終了13時 17時
活動場所	境高校第2体育館、境港市民第2体育館		
活動目標	① 困難に打ち勝つ素地を作る		
	② 全国高校総体出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国高校選手権県予選		通常練習・練習試合
5月	中国選手権 鳥取県高校総体	GW大山合宿(日帰り)	通常練習・練習試合
6月	U18リーグ戦(10月まで)		通常練習
7月	全国高校総体		通常練習・練習試合
8月		夏季大山合宿(日帰り) サマーカップ(出雲)	通常練習・練習試合
9月			通常練習・練習試合
10月			通常練習・練習試合
11月	ウインターカップ県予選 西部地区新人戦		通常練習
12月	西部地区新人戦 ウインターカップ	関西遠征・ 中国商業大会(米子)	通常練習・練習試合
1月	鳥取県新人戦		通常練習・練習試合
2月	中国新人戦		通常練習
3月			通常練習・練習試合

鳥取県立境高等学校 (ハンドボール男子) 部年間計画表			
部員数	男 21人	女 3人	計 24人
顧問名	①竹安		
部活日	月～土		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	土曜日	開始 9時	終了13時
活動場所	第一体育館		
活動目標	①全国大会ベスト8以上		
	②人間力向上		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国高校選手権県予選	ゴールデンウィーク合宿	中国大会に向けての練習
5月	中国高校選手権・高校総体	ゴールデンウィーク合宿	県総体に向けての練習
6月		本校合宿・県外合宿	インターハイに向けての練習
7月		本校合宿・県外合宿	インターハイに向けての練習
8月	インターハイ・ミニ国体	県外合宿(夏期休業中)	ミニ国体に向けての練習
9月		シルバーウィーク合宿	国体・新人戦に向けての練習
10月	国体	本校合宿・県外合宿	新人戦に向けての練習
11月	新人戦	本校合宿・県外合宿	全国選抜に向けての練習
12月		本校合宿・県外合宿	全国選抜に向けての練習
1月	全国選抜県予選	本校合宿・県外合宿	全国選抜に向けての練習
2月	全国選抜中国地区予選	本校合宿・県外合宿	全国選抜に向けての練習
3月	全国選抜大会	本校合宿・県外合宿	全国選抜に向けての練習

鳥取県立境高等学校（ハンドボール女子）部年間計画表

部員数	男 人	女 20人	計 20人
顧問名	①森本	②原川	
	③	④	⑤
部活日	月・火・水・木・金・土		
休養日	日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	休日	開始9・13時	終了13・17時
活動場所	第1体育館・グラウンド		
活動目標	①全国大会ベスト16		
	②集団力を上げる個人となる		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国高校県予選		県総体に向けて練習
5月	中国高校選手権	徳島遠征	県総体に向けて練習
	県高校総体		県総体に向けて練習
6月			全国総体に向けて練習
7月			全国総体に向けて練習
8月	全国高校総体	県外練習試合	全国総体に向けて練習
	国体中国ブロック		基礎的個人練習
9月		和歌山遠征	基礎的個人練習
10月			基本的チーム練習
11月	県新人戦		基本的チーム練習
12月		和歌山遠征	選抜中国予選に向けて練習
1月	全国選抜県予選		選抜中国予選に向けて練習
2月	全国選抜中国予選		選抜中国予選に向けて練習
3月	全国選抜大会	和歌山遠征	全国選抜に向けて練習

鳥取県立境高等学校（バレー）部年間計画表

部員数	男 0 人	女 1 6 人	計 1 6 人
顧問名	①長谷川	②重親	
	③	④	⑤
部活日	月、火、水、木、金、土		
休養日	日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	土曜日	開始9時	終了13時
		開始13時	終了17時
活動場所	火,水,土：第1体育館 木,金：第2体育館、市民体育館		
活動目標	①選手が主体的に取り組む部活動		
	②バレーボールを通じて人間力育成を目指す。		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国大会県予選		中国予選に向けての練習
5月	中国大会、総体予選	GW合宿	県総体に向けての練習
6月	天皇・皇后杯県大会		天皇・皇后杯に向けての練習
7月			国体に向けての練習
8月	国体ブロック予選	夏休み合宿	ビーチバレー練習
9月			基礎・体幹トレーニング
10月			選手権に向けての練習
11月	選手権地区予選、県予選		選手権に向けての練習
12月	新人戦地区予選	冬休み合宿	新人戦に向けての練習
1月	新人戦県予選		新人戦に向けての練習
2月	中国新人大会		基礎・体幹トレーニング
3月		春休み合宿	中国予選に向けての練習

鳥取県立境高等学校（サッカー）部年間計画表			
部員数	男 6 4 人	女 4 人	計 6 8 人
顧問名	①山崎邦	②小椋研	
	③原	④	⑤
部活日	月～土		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了18時
	土曜日	開始9時	終了13時
活動場所	境高グラウンド		
活動目標	①社会で活躍する人材の育成		
	②全国大会出場・上位大会出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月		県リーグ・練習試合	基礎・戦術練習
5月	県総体	県リーグ・練習試合	基礎・戦術練習
6月	県総体・中国大会	県リーグ・練習試合	基礎・戦術練習
7月	全国総体	県リーグ・練習試合	戦術練習・体力強化
8月		県リーグ・練習試合	戦術練習・体力強化
9月		県リーグ・練習試合	基礎・戦術練習
10月	選手権	県リーグ・練習試合	基礎・戦術練習
11月	新人戦	練習試合	基礎・戦術練習
12月	選手権大会	練習試合	基礎・戦術練習
1月	全国選手権	練習試合	基礎・戦術・体力強化
2月		練習試合	基礎・戦術・体力強化
3月	中国新人大会	練習試合	基礎・戦術・体力強化

鳥取県立境高等学校（ソフトボール）部年間計画表

部員数	男 0人	女 24人	計 24人
顧問名	①青木	②小谷	
部活日	平日・土曜日		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了18時30分
	休日	開始9時	終了12時
活動場所	校内グラウンド		
活動目標	①体力、精神力、人間性の向上		
	②県大会3位以上		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国高校地区予選・県予選		通常練習
5月	県高校総体		通常練習
6月			通常練習
7月			通常練習
8月			通常練習
9月	新人戦地区予選		通常練習
10月	新人戦県予選		通常練習
11月	ソフトボール研修大会		通常練習
12月			通常練習
1月			通常練習
2月			通常練習
3月			通常練習

鳥取県立境高等学校（テニス）部年間計画表			
部員数	男 19人	女 9人	計 28人
顧問名	①檜垣 直斗	②池田 宗一	
	③	④	⑤
部活日	日曜日以外の毎日（雨天の日を除く）		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始 16時	終了 19時
	土曜日	開始 9時 または 13時	終了 12時 または 16時
活動場所	境中央テニスコート		
活動目標	①インターハイ出場		
	②中国大会毎年出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	県テニス選手権・地区予選		ラリー・サーブレシーブ
5月	県総体	練習試合	ラリー・サーブレシーブ
6月	中国大会・国体予選		ラリー・サーブレシーブ
7月		練習試合	ラリー・サーブレシーブ
8月	インターハイ	練習試合	ラリー・サーブレシーブ
9月	県新人戦地区予選		ラリー・サーブレシーブ
10月	県新人戦個人の部	練習試合	ラリー・サーブレシーブ
11月	県新人戦団体の部		ラリー・サーブレシーブ
12月			ラリー・サーブレシーブ
1月			ラリー・サーブレシーブ
2月			ラリー・サーブレシーブ
3月		練習試合	ラリー・サーブレシーブ

鳥取県立境高等学校 ソフトテニス部年間計画表

部員数	男0人	女23人	計23人
顧問名	①小椋崇	②加納	
部活日	月～土		
休養日	日		
活動時間	平日	開始16時	終了18時
	休日	開始9時	終了12時
活動場所	境高校 テニスコート		
活動目標	①中国大会団体出場		
	②個人インターハイ出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	総体西部地区予選	国体予選・ルーセント	基礎練習・試合形式
5月	総体		基礎練習・試合形式
6月		山陰選手権	試合形式
7月	中国大会		試合形式
8月		西島杯	試合形式
9月	新人戦西部予選		試合形式
10月		県選手権	試合形式
11月	新人戦	県選抜	インドア練習
12月			試合形式
1月	中国高校新人		試合形式
2月			試合形式
3月			試合形式

鳥取県立境高等学校			
(男子バドミントン) 部年間計画表			
部員数	男 10人	女 0人	計 10人
顧問名	①畔上		
部活日	毎週月曜から土曜		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	休日	開始 9時	終了13時
活動場所	本校体育館・外部体育館		
活動目標	①技術・体力の向上		
	②生涯スポーツ意識の涵養		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	県総体地区予選		技術指導・体作り
5月	県総体		〃
6月	中国大会		〃
7月	全国大会		〃
8月	〃	夏期合宿	〃
9月	国体		〃
10月	新人戦地区予選		〃
11月	新人戦県大会		〃
12月	中国大会		〃
1月			〃
2月		冬季合宿	〃
3月			〃

鳥取県立境高等学校（バドミントン女子）部年間計画表

部員数	男 人	女 2 3 人	計 2 3 人
顧問名	①山下	②	
	③	④	⑤
部活日	月～土		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	土曜日	開始8時	終了12時
活動場所	学校体育館		
活動目標	①文武両道		
	②インターハイ出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	総体西部地区予選		基本・ノック・ゲーム
5月	県高校総体	練習試合	基本・ノック・ゲーム
6月	中国選手権大会		基本・ノック・ゲーム
7月		練習試合	基本・ノック・ゲーム
8月	インターハイ		基本・ノック・ゲーム
9月	1・2年生大会		基本・ノック・ゲーム
10月	新人戦西部地区予選	練習試合	基本・ノック・ゲーム
11月	県新人戦		基本・ノック・ゲーム
12月	中国選抜大会	練習試合	基本・ノック・ゲーム
1月			基本・ノック・ゲーム
2月			基本・ノック・ゲーム
3月		練習試合	基本・ノック・ゲーム

鳥取県立境高等学校（柔道）部年間計画表			
部員数	男 2人	女 0人	計 2人
顧問名	①山本	②足立俊	
部活日	月曜日～金曜日		
休養日	土曜日・日曜日		
活動時間	平日	開始16時	終了18時
	休日	開始 時	終了 時
活動場所	武道場		
活動目標	①課題を見つけ主体的に取り組む部活動		
	②基礎練習を積み技術を向上させる		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国選手権県予選		中国選手権県予選に向けての練習
5月	県総体		県総体に向けての練習
6月			基礎トレーニング
7月			基礎トレーニング
8月			基礎トレーニング
9月			新人大会へ向けての練習
10月	新人大会		新人大会へ向けての練習
11月			選抜県予選へ向けての練習
12月	選抜県予選		選抜県予選へ向けての練習
1月			基礎トレーニング
2月			基礎トレーニング
3月			中国選手権県予選に向けての練習

鳥取県立境高等学校（剣道）部年間計画表			
部員数	男 2 人	女 0 人	計 2 人
顧問名	①伊田	②小田原	
部活日	平日4日（月、火、木、金）		
休養日	水曜日、土曜日、日曜日		
活動時間	平日	開始15時40分	終了17時半
	休日	開始 時	終了 時
活動場所	境高校武道場		
活動目標	①技術を磨く。		
	②礼儀を学び、他者を大切にできる精神を身につける。		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4 月	中国高等学校剣道選手権大会県予選		稽古
5 月	高校総体		稽古
6 月	中国高等学校剣道選手権大会		稽古
7 月		夏季審査会	稽古
8 月			稽古
9 月			稽古
1 0 月			稽古
1 1 月	新人戦		稽古
1 2 月			稽古
1 月			稽古
2 月		冬季審査会	稽古
3 月			稽古

鳥取県立境高等学校 弓道部年間計画表

部員数	男12人	女21人	計33人
顧問名	①河田 ②山垣		
部活日	月・火・水・木・金・土		
休養日	日		
活動時間	平日	開始16:00	終了18:30
	休日	開始 9:30	終了12:00
活動場所	校内弓道場		
活動目標	・弓道という武道を通じて技術と精神を鍛え、人間的成長を促す。		
	・生徒それぞれの個性を生かし、主体的に取り組める部活動運営。		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月	中国大会県予選	西部地区強化大会	新入部員基礎練習 一般練習
5月	県高校総体	昇段審査	一般練習
6月	中国大会		一般練習
7月		境港弓道大会	一般練習
8月	全国高校総体	県外校との練習試合	夏季強化練習
9月			一般練習
10月	県新人戦	西部地区強化大会	一般練習
11月	中国新人大会	昇段審査	一般練習
12月	全国選抜大会	県高校生弓道大会	一般練習
1月		境総合高との対抗戦	冬季強化練習
2月		昇段審査	冬季強化練習
3月		西部地区弓道大会	一般練習

鳥取県立境高等学校（ヨット）部年間計画表

部員数	男 4人	女 2人	計 6人
顧問名	①城内	②寺田	
部活日	火・木・金・土（午前）		
休養日	月・水・日		
活動時間	平日	開始16時	終了19時
	休日	開始 9時	終了13時
活動場所	境港公共マリーナ		
活動目標	①インターハイ上位入賞		
	②生涯スポーツとする		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月			陸上および海上練習
5月	高校総体（県大会）		陸上および海上練習
6月	高校総体（中国大会）		陸上および海上練習
7月	世界大会		陸上および海上練習
8月	高校総体（全国大会）		陸上および海上練習
9月	国体		陸上および海上練習
10月	国体		陸上および海上練習
11月	新人戦（鳥取県）		陸上および海上練習
12月			陸上および海上練習
1月			陸上および海上練習
2月			陸上および海上練習
3月	光ウィーク		陸上および海上練習

鳥取県立境高等学校（ボート）部年間計画表			
部員数	男 0人	女 2人	計 2人
顧問名	①小谷 幹夫	②	
	③	④	⑤
部活日	水・金・土曜日		
休養日	日曜日		
活動時間	平日	開始 18時	終了 19時
	土曜日	開始 7時	終了 10時
活動場所	米子市錦海ボートコース（湊山公園そば）		
活動目標	①心身の鍛練		
	②県大会出場		

	公式戦等	練習試合・合宿等	練習内容
4月			水上または陸上トレーニング
5月			水上または陸上トレーニング
6月	高校総体		水上または陸上トレーニング
7月			水上または陸上トレーニング
8月			水上または陸上トレーニング
9月			水上または陸上トレーニング
10月	レガッタ（鳥取県大会）		水上または陸上トレーニング
11月			水上または陸上トレーニング
12月			水上または陸上トレーニング
1月			水上または陸上トレーニング
2月			水上または陸上トレーニング
3月			水上または陸上トレーニング