

鳥取県立八頭高等学校陸上競技部年間活動計画

部員数	男子20名 ・ 女子21名 合計41名
顧問氏名	第1：内田 八彰 第2：富田 学 第3：垣田 貴子 (部活動指導員) 平木 敬太
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日
活動時間	(平日) 月・火・水・木・金・・・2時間30分 (休日) 土・・・・・・・・・・3時間 (9:00～12:00)
活動場所	八頭高第1グラウンド、布勢運動公園陸上競技場

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動。 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。 ○社会に通じる人間力の育成。
------	--

月別計画表

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月		記録会	県総体に向けての練習
5月	鳥取県選手権 県高校総体	記録会	県総体に向けての練習
6月	中国大会	記録会	ブロック大会に向けての練習
7月	国スポ選手最終選考会	記録会	全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体 中国選手権	夏季合宿(夏季休業中)	全国高校総体に向けての練習
9月	県新人戦	記録会	県新人戦に向けての練習
10月	国民スポーツ大会 中国新人	駅伝大会 記録会	国スポ、駅伝に向けての練習
11月	県高校駅伝 中国高校駅伝	記録会	県・中国駅伝に向けての練習
12月	全国高校駅伝	記録会 冬季合宿(冬季休業中)	全国高校駅伝に向けての練習
1月	都道府県対抗男女駅伝		都道府県駅伝に向けての練習
2月		ロード大会	基礎練習
3月		ロード大会 春季合宿(春季休業中)	基礎練習

備考	※短距離ブロック、投擲ブロック、長距離ブロックにより活動内容に違いが一部あります。
----	---

鳥取県立八頭高等学校軟式野球部年間活動計画

部員数	男子 20 名 ・ 女子 3 名 合計 23 名
顧問氏名	第 1 : 村田 達哉 第 2 : 高田 智弘 (外部指導者) 梅實 航
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日
活動時間	(平日) 月・火・水・木・金・・・3 時間 (休日) 土・・・・・・・・・・・・4 時間 (8 : 30 ~ 12 : 30)
活動場所	第 1 グラウンド

活動目標	○野球技術の向上によって、各自が活動にやりがいを持つ。 ○生徒が主体的に思考し、取り組める部活動。 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4 月	春季鳥取県高等学校軟式野球大会	練習試合	公式戦に向けての練習
5 月	春季中国地区高等学校軟式野球大会	練習試合	公式戦に向けての練習
6 月		練習試合	公式戦に向けての練習
7 月	全国高等学校軟式野球選手権鳥取大会	練習試合	公式戦に向けての練習
8 月	全国高等学校軟式野球選手権東中国大会 全国高等学校軟式野球選手権大会	練習試合	公式戦に向けての練習
9 月		練習試合	公式戦に向けての練習
10 月	秋季鳥取県高等学校軟式野球大会 国民体育大会	練習試合	公式戦に向けての練習
11 月	秋季中国地区高等学校軟式野球大会	練習試合	公式戦に向けての練習
12 月			基礎トレーニング
1 月			基礎トレーニング
2 月			基礎トレーニング
3 月		練習試合、県外交流戦	公式戦に向けての練習

--

鳥取県立八頭高等学校 弓道部（男女） 年間活動計画

部員数	男子１６名 ・ 女子１４名 合計３０名
顧問氏名	第１：濱崎 翔平 第２：森田 涼平 外部指導者：岡川 仁司
活動日	月曜日、火曜日（自主練）、水曜日、木曜日、金曜日、土曜日
休養日	日曜日・祝日等
活動時間	（平日）月・火・水・木・金・・・２時間 （休日）土・・・・・・・・・・３時間（８：３０～１１：３０）
活動場所	弓道場

活動目標	○学業との両立 ○生徒主体のメリハリがついた活動
------	-----------------------------

月別計画表

月	公式戦等	練習試合、合宿等	練習内容
４月	中国大会県予選（鳥取）		中国大会県予選に向けた練習
５月	県総体（米子）	地方審査	県総体に向けた練習
６月	中国大会（山口県周南市）		射技・礼法の向上
７月			射技・礼法の向上
８月	全国総体（長崎県島原市）	地方審査	射技・礼法の向上
９月			県新人戦に向けた練習
１０月	県新人戦（米子）		県新人戦に向けた練習
１１月	中国新人大会（米子）	地方審査	射技・礼法の向上
１２月	全国選抜大会 （三重県四日市市）	２年生大会（米子）	射技・礼法の向上
１月			射技・礼法の向上
２月		１年生大会（鳥取）	射技・礼法の向上
３月			射技・礼法の向上

備考

・部員が中心となって決めた部活動内のルールに従って練習を行います。
・この他にも他校との強化試合を予定しています。

鳥取県立八頭高等学校サッカー部年間活動計画

部員数	男子42名 ・ 女子1名 合計43名
顧問氏名	第1：岩崎将斗 第2：中林直樹 第3：叶井美保 第4：岡島稜（部活動指導員）
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日（公式戦が入る場合：月）
活動時間	（平日）月・火・水・木・金・・・3時間 （休日）土・・・・・・・・・・4時間（8：30～12：30）
活動場所	第3G（サッカー場）

活動目標	＜目 的＞『社会で必要とされる人間力』を身につける ＜合言葉＞『日本一応援されるチーム』 ＜目 標＞『常時県内大会上位入賞』
------	--

月別計画表

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	県リーグ（2部・3部）	県内練習試合	IH 予選に向けての練習
5月	県リーグ（2部・3部） IH 予選	県内練習試合	IH 予選に向けての練習
6月	県リーグ（2部・3部）	県内練習試合	選手権予選に向けての練習
7月	県リーグ（2部・3部）	県内練習試合	選手権予選に向けての練習
8月		県外遠征 県内練習試合	選手権予選に向けての練習
9月	県リーグ（2部・3部）	県内練習試合	選手権県予選に向けての練習
10月	県リーグ（2部・3部） 選手権県予選	県内練習試合	選手権県予選に向けての練習
11月	県新人戦	県内練習試合	県新人戦に向けての練習
12月		県外遠征 県内練習試合	基礎技術練習 体力強化トレーニング
1月		県外遠征 県内練習試合	基礎技術練習 体力強化トレーニング
2月		県内練習試合	中国新人大会に向けての練習
3月	中国新人大会	県外遠征	中国新人大会に向けての練習

備考
*県リーグにはAB2 チーム参加しているため、動きが異なる場合あり

鳥取県立八頭高等学校男子ホッケー部年間活動計画

部員数	男子25名 女子3名 (内、マネージャー3人)
顧問氏名	第1： 尾崎孝明 第2： 菊本勇人
活動日	月、水、木、金曜日、土曜日または日曜日
休養日	火曜日、土曜日か日曜日
活動時間	(平日) 3時間 (休日) 4時間
活動場所	八頭高校ホッケーグラウンド

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○日本一にふさわしい人間性と、技術を持ち、応援される部活動
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4月			総体、中国大会に向けての練習
5月	県高校総体		県総体に向けての練習
6月	中国選手権大会 (6/14～6/16) 岡山県)		
7月			全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体 (7/25～8/1 長崎)	県外練習試合 (年間通じて不定期で実施)	全国高校総体に向けての練習
9月			国民体育大会に向けての練習
10月	国民体育大会 (10 中旬～ 佐賀県)		中国新人大会に向けての練習
11月	中国新人 (選抜) 大会 (11/15～11/17 島根県)		全国新人大会に向けての練習
12月	全国新人 (選抜) 大会 (12/20～25 東京都)		基礎トレーニング 体幹トレーニング
1月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
2月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
3月			基礎トレーニング 体幹トレーニング

備考

年間を通してリーグ戦が入ります。

鳥取県立八頭高等学校女子ホッケー部年間活動計画

部員数	女子 22名 (内、マネージャー2人)
顧問氏名	第1： 濱本妃奈 第2： 岡本尚也 亀澤達也、伊藤勇悟 (スポーツ協会)
活動日	火曜日から土曜日 (部活動) 日曜日 (ホッケークラブ)
休養日	月曜日
活動時間	(平日) 3時間 (休日) 4時間 (土、日曜日は 8:30～12:30)
活動場所	八頭高校ホッケーグラウンド

活動目標	○地域に愛される部活動 ○生徒が主体的に取り組める部活動 ○中国地区を代表する学校として全国一を狙う部活動
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4月		スプリングリーグ	総体、中国大会に向けての練習
5月	県高校総体	県外練習試合 (年間通じて不定期で実施)	県総体に向けての練習
6月	中国選手権大会 (6/14～6/16 岡山県)		
7月			全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体 (7/26～7/31 長崎県) 国体中国ブロック予選 (8/23～8/25 島根県)		全国高校総体に向けての練習
9月			国民体育大会に向けての練習
10月	国民体育大会 (10/2～10/6 佐賀県)		中国新人大会に向けての練習
11月	中国新人 (選抜予選) 大会 (11/8～11/10 島根県)		全国新人大会に向けての練習
12月	全国新人 (選抜) 大会 (12/20～25 岐阜県)		基礎トレーニング 体幹トレーニング
1月		ウィンターリーグ	基礎トレーニング 体幹トレーニング
2月		ウィンターリーグ	基礎トレーニング 体幹トレーニング
3月			基礎トレーニング 体幹トレーニング

備考

鳥取県立八頭高等学校男子バスケットボール部年間活動計画

部員数	男子7名・女子1名 合計8名
顧問氏名	第1：稲葉 圭亮 第2：中村 堅一
活動日	月、火、水、木、金、土または日
休養日	土または日（試合のない日）、平日の休養日はチーム状況を鑑み設けることがある
活動時間	（平日）2. 5時間 （休日）土、日 4時間（8：30～12：30）
活動場所	北体育館

活動目標	生徒が主体的に取り組める部活動 バスケットボールを通じて競技力と同時に人間性を育み、自身の力で自らを磨き成長していける人材を作る
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	U18県リーグ		戦術練習・トレーニング
5月	県高校総体	遠征（近畿）	県総体に向けての練習
6月	U18県リーグ		個人技術・トレーニング
7月	U18県リーグ		個人技術・トレーニング
8月	全国高校総体 U18県リーグ	招待試合（鳥取）	個人技術・戦術・トレーニング
9月	東部地区新人リーグ戦 U18県リーグ 東部地区新人リーグ （～12月）		戦術練習・トレーニング
10月	国民体育大会		戦術練習・対策練習
11月	全国高校選抜優勝大会 鳥取県予選		戦術練習・対策練習
12月		遠征（近畿）	新人戦に向けての練習
1月	県新人戦		個人技術・トレーニング
2月	中国新人大会		個人技術・トレーニング
3月		遠征（近畿）	戦術練習・トレーニング

備考 U18県リーグに関しては、令和5年度は未実施。

鳥取県立八頭高等学校女子バスケットボール部年間活動計画

部員数	男子0名・女子 7名 合計 7名
顧問氏名	第1：西垣朋紀 第2：西村 昭二 (外部指導者：)
活動日	月、火、水、木、金、土または日
休養日	土または日
活動時間	(平日)・・・2時間(18:20終了) (休日)土または日・・・3時間 (8:30～11:30)または(13:00～16:00)
活動場所	北体育館

活動目標	生徒が主体的に取り組める部活動 バスケットボールを通じて競技力と同時に人間性を育み、自身の力で自らを磨き成長していける人材を作る
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月		練習試合	戦術練習・トレーニング
5月	県高校総体		県総体に向けての練習
6月			個人技術・トレーニング
7月	U18 県リーグ		個人技術・トレーニング
8月	全国高校総体 U18 県リーグ	招待試合(県外との交流可否の状況による)	個人技術・戦術・トレーニング
9月	東部地区新人リーグ戦 U18 県リーグ		戦術練習・トレーニング
10月	国民体育大会		戦術練習・対策練習
11月	全国高校選抜優勝大会 鳥取県予選		戦術練習・対策練習
12月	東部地区新人リーグ		新人戦に向けての練習
1月	新人戦		個人技術・トレーニング
2月	中国新人大会		個人技術・トレーニング
3月			戦術練習・トレーニング

備考
U18 リーグ戦が行われるかどうかは未定。練習試合・県外遠征は状況により検討する。

鳥取県立八頭高等学校 卓球部 年間活動計画

部員数	男子 14 名 女子 12 名 合計 26 名
顧問氏名	第 1：笠本智之 第 2：中元崇博 第 3：福本道夫（部活動指導員）
活動日	月、火、水、金、土
休養日	木、日
活動時間	（平日）月・火・水・金・・・2 時間 （休日）土・・・・・・・・・・4 時間（8：30～12：30）
活動場所	北体育館

活動目標	○生徒が自ら工夫し、自主的に活動することができる部活動。
------	------------------------------

月別計画表

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4 月	中国大会県予選会		中国大会県予選会に向けての練習
5 月	県高校総体	練習試合	県総体に向けての練習
6 月	中国大会		中国大会に向けての練習
7 月	国民スポーツ大会県予選会		基礎練習と実践練習
8 月	全国高校総体	練習試合（夏季休業中）	感覚練習と基礎練習と実践練習
9 月			基礎練習と実践練習
10 月		練習試合	新人戦に向けての練習
11 月	新人戦		中国選抜大会に向けての練習
12 月	中国選抜大会	練習試合	中国選抜大会に向けての練習
1 月		練習試合	感覚練習と実践練習
2 月		強化練習会等への参加	実践練習
3 月		練習試合	実践練習

備考

夏休み・冬休み・春休み等に練習試合や強化練習会、一般の公式戦等に参加し、個人の力量を上げ、チームの士気を高めます。

鳥取県立八頭高等学校 バドミントン部 年間活動計画

部員数	男子26名 ・ 女子25名 合計51名
顧問氏名	第1：西垣卓宏 第2：宮脇 進
活動日	月・火・水・木・金・土
休養日	日
活動時間	(平日) 2時間15分 (休日) 3時間
活動場所	南体育館

活動目標	・ 中国大会出場 (県ベスト4) ・ 励まし合える仲間づくり ・ 目標に向かって自己研鑽する
------	--

月別計画表

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4月	高校総体東部地区予選会		技術練習・トレーニング ゲーム練習
5月	高校総体		技術練習・トレーニング ゲーム練習
6月			技術練習・トレーニング
7月			技術練習・トレーニング
8月		練習試合 (県内)	技術練習・トレーニング ゲーム練習
9月		練習試合 (県内・県外)	技術練習・トレーニング ゲーム練習
10月	新人戦東部地区予選会	練習試合 (県内)	技術練習・トレーニング ゲーム練習
11月	新人戦県大会		技術練習・トレーニング ゲーム練習
12月		練習試合 (県内)	技術練習・トレーニング
1月		練習試合 (県内・県外)	技術練習・トレーニング
2月	1・2年生大会		技術練習・トレーニング
3月			技術練習・トレーニング

備考

鳥取県立八頭高等学校男子バレーボール部年間活動計画

部員数	男子10名 ・ 女子6名 合計16名
顧問氏名	第1：山内 健靖 第2：山田 晃功
活動日	月、水、木、金、土
休養日	火、日
活動時間	(平日) 月・水・木・金・・・3時間 (休日) 土・・・・・・・・・・4時間 (8:00～12:00)
活動場所	南体育館

活動目標	○全国大会出場 ○礼儀を重んじる人格形成
------	-------------------------

月別計画表

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月	中国大会県予選会		中国大会県予選会に向けての練習
5月	中国大会 県高校総体	ゴールデンウィーク合宿	県総体に向けての練習
6月	国民体育大会中国大会県予選会		全国高校総体に向けての練習
7月			全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体	県外練習試合(夏季休業中)	全国高校総体に向けての練習
9月			国民体育大会に向けての練習
10月	春高バレー東部地区大会		春高県大会に向けての練習
11月	春高バレー県予選会		春高県大会に向けての練習
12月	新人戦東部地区大会	冬季合宿(冬季休業中)	新人戦県大会に向けての練習
1月	新人戦県予選会		新人戦県大会に向けての練習
2月	中国新人大会		中国新人大会に向けての練習
3月		春季合宿(春季休業中)	中国大会県予選に向けての練習

備考

鳥取県立八頭高等学校 女子バレーボール部 年間活動計画

部員数	女子１０名 合計１０名
顧問氏名	第１：安田 潔 部活動指導員：石田 則男
活動日	火、水、木、金、土
休養日	月、日
活動時間	(平日) ２．５時間 (休日) ３．５時間
活動場所	南体育館

活動目標	○バレーボールを通して、社会で活躍するための人間力を培う。 ○誰からも応援されるチーム・選手になるための努力を重ねる。
------	--

月別計画表

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
４月	東部地区大会 中国大会県予選会	練習試合	中国大会県予選会に向けての練習
５月	中国大会 県高校総体	練習試合、合宿	中国大会・総体に向けての練習
６月			春高バレー県予選会に向けての練習
７月		練習試合	春高バレー県予選会に向けての練習
８月		練習試合、合宿	春高バレー県予選会に向けての練習
９月		練習試合	春高バレー県予選会に向けての練習
１０月	東部地区大会	練習試合、合宿	春高バレー県予選会に向けての練習
１１月	春高バレー県予選会		春高バレー県予選会に向けての練習
１２月	東部地区大会	練習試合、合宿	中国新人大会県予選会に向けての練習
１月	春高バレー全国大会 中国新人大会県予選会		中国新人大会県予選会に向けての練習
２月	中国新人大会		中国新人大会に向けての練習
３月		練習試合、合宿	中国大会県予選会に向けての練習

備考

鳥取県立八頭高等学校 柔道部 年間活動計画

部員数	男子9名 ・ 女子7名 合計15名
顧問氏名	第1：竹本 弘 第2：川畑 枝美
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日・祝日等
活動時間	(平日) 月～金・・・2時間 (休日) 土・・・・・・3時間 (8：30～11：30)
活動場所	柔道場

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動を目指す。 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	--

月別計画表

月	公式戦等	練習試合、合宿等	練習内容
4月	中国大会県予選 ジュニア体重別県予選		中国大会県予選に向けての練習
5月	県高校総体		県総体に向けての練習
6月	中国大会 国民体育大会県予選		中国大会に向けての練習
7月	ジュニア体重別中国予選	県外合宿等	全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体		全国高校総体に向けての練習
9月			国民体育大会に向けての練習
10月	国民体育大会 県新人戦		新人戦に向けての練習
11月	中国新人大会		中国新人大会に向けての練習
12月	全国高校選手権大会県予選	県外合宿等	基礎トレーニング等
1月			基礎技術練習
2月		県外大会への参加	全国高校選手権大会に向けての練習
3月	全国高校選手権大会	県外合宿等	全国高校選手権大会に向けての練習

備考	県大会はもちろん、全国大会で活躍できる選手の育成を目標としています。日々の辛い稽古やトレーニングを乗り越えることにより、身体的成長と精神的成長を目指しています。
----	--

鳥取県立八頭高等学校 剣道部 年間活動計画

部員数	男子8名 ・ 女子4名 合計12名
顧問氏名	第1：徳村 健策 第2：小川 丹
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日・祝日等
活動時間	(平日) 月～金・・・2時間 (休日) 土・・・・・・3時間 (8：30～11：30)
活動場所	剣道場

活動目標	○剣道を通じた人間形成 (感謝・忍耐・礼節) ○全国大会出場
------	-----------------------------------

月別計画表

月	公式戦等	練習試合、合宿等	練習内容
4月	中国大会県予選		中国大会県予選に向けての練習
5月	県高校総体	県外遠征	県総体に向けての練習
6月	中国大会		中国大会に向けての練習
7月		県外遠征	全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体 国体中国ブロック大会		全国高校総体に向けての練習
9月		県外遠征	国民体育大会に向けての練習
10月		県内合宿	県新人大会に向けての練習
11月	県新人大会	県外遠征	県新人大会に向けての練習
12月	全国選抜大会県予選	県外遠征	全国選抜大会県予選に向けての練習
1月		県外遠征	基礎練習
2月		県外大会への参加	基礎練習
3月	中国新人大会 全国選抜大会	県外遠征	中国新人大会、全国大会に向けての練習

備考

鳥取県をリードし、全国で勝負するチームを目指しています。
日々の稽古を通して心と体を鍛え、心身共に大きく成長する高校生活になります！

鳥取県立八頭高等学校テニス部年間活動計画

部員数	男子 9名 ・ 女子 12名 合計 21名
顧問氏名	第1：下谷 慎一 第2：上杉恵一
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日
活動時間	(平日) 月・火・水・木・金・・・3時間 (休日) 土・・・4時間 (午前8：30～12：30)
活動場所	テニスコート、八頭ドーム、体育館など

活動目標	○生徒が主体的に取り組む ○お互いを尊重しあう良好な人間関係を築く ○向上心を持って練習に取り組む
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4月	テニス選手権地区予選 テニス選手権県大会	校内戦	選手権予選に向けての練習
5月	県高校総体		県総体に向けての練習
6月	中国高校テニス選手権 国体予選		中国大会、国体予選に向けての練習
7月			総体に向けて、新チーム強化のための練習
8月	全国高校総体	対外練習試合	総体に向けて、新人戦に向けての練習
9月	新人戦個人の部地区予選	校内戦	国民体育大会に向けての練習
10月	新人戦個人の部県大会		新人戦に向けての練習
11月	新人戦団体の部県大会 中国高校新人テニス大会		ブロック新人大会に向けての練習
12月		対外練習試合	基礎トレーニング 体幹トレーニング インドアでの練習
1月	インドアテニス大会		
2月	インドアテニス大会		
3月		対外練習試合	コートで実戦練習の本格化

備考	冬季はトレーニング、インドアでの練習中心。ヤマタスポーツパーク (布勢) での練習もある。
----	---

鳥取県立八頭高等学校 男子ソフトテニス部 年間活動計画

部員数	男子 8名 ・ 女子 1名 (マネージャー) 合計 9名
顧問氏名	第1：柿本 琢也 第2：徳永 健 第3：池原 貴雅
活動日	月、水、木、金、土日のどちらか1日
休養日	火、土日のどちらか1日
活動時間	(平日) 3時間 (休日) 4時間
活動場所	八頭高校テニスコート

活動目標	○ソフトテニスを通じて人として成長し、社会に必要とされる存在になる。 ○ソフトテニス部が学校を盛り上げる存在となる。
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4月	県高校シングルス 県高校春季大会 総体地区予選	練習試合	総体地区予選に向けての練習
5月	県高校総体	強化合宿 (GW期間中) 練習試合	県総体に向けての練習
6月	国体最終予選	練習試合	ブロック大会に向けての練習
7月	中国高校選手権大会 全国高校総体	東部地区中高合同練習会 練習試合	中国高校、全国高校総体に向けての練習
8月	東部地区選手権 (1、2年) 東部地区学校対抗戦 (Ⅱ)	県強化練習会 練習試合	新人戦地区予選に向けての練習
9月	新人戦地区予選	練習試合	新人戦地区予選に向けての練習
10月	県高校新人戦	練習試合	県高校新人戦に向けての練習
11月	県高校選抜インドア	東部地区中高合同練習会 練習試合	インドア大会に向けての練習
12月	東部地区高校インドア	県強化練習会 強化合宿 (冬休み) 練習試合	中国高校選抜に向けてのインドア練習 トレーニング
1月	中国高校選抜、新人大大会	県強化練習会 練習試合	中国高校選抜に向けてのインドア練習
2月	県高校インドア選手権	東部地区中高合同練習会	インドア大会に向けての練習
3月	全国選抜大会	研修大会への参加 (春休み)	全国選抜大会に向けての練習

備考

鳥取県立八頭高等学校 女子ソフトテニス部 年間活動計画

部員数	男子 0名 ・ 女子 19名 合計 19名
顧問氏名	第1：徳永 健 第2：柿本 琢也 第3：池原 貴雅
活動日	月、火、水、木、金、土日のどちらか1日
休養日	土日のどちらか1日
活動時間	(平日) 3時間 (休日) 4時間
活動場所	八頭高校テニスコート

活動目標	○ソフトテニスを通じて人として成長し、社会に必要とされる存在になる。 ○ソフトテニス部が学校を盛り上げる存在となる。
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	県高校春季大会 総体地区予選	練習試合	総体地区予選に向けての練習
5月	県高校総体	練習試合	県総体に向けての練習
6月	山陰高校選手権大会	練習試合	ブロック大会に向けての練習
7月	中国高校選手権大会	東部地区中高合同練習会 練習試合	中国高校に向けての練習
8月	東部地区選手権（1、2年） 東部地区学校対抗戦（Ⅱ）	練習試合	新人戦地区予選に向けての練習
9月	新人戦地区予選	練習試合	新人戦地区予選に向けての練習
10月	県高校新人戦	練習試合	県高校新人戦に向けての練習
11月	県高校選抜インドア	東部地区中高合同練習会 練習試合	インドア大会に向けての練習
12月	東部地区高校インドア	県強化練習会 練習試合	中国高校選抜に向けてのインドア練習
1月	中国高校選抜、新人大会	県強化練習会 練習試合	中国高校選抜に向けてのインドア練習
2月	県高校インドア選手権	東部地区中高合同練習会	インドア大会に向けての練習
3月		研修大会への参加（春休み）	全国選抜大会に向けての練習

備考

鳥取県立八頭高等学校硬式野球部年間活動計画

部員数	男子34名 ・ 女子8名 合計42名
顧問氏名	第1：藤原文夫 第2：多久和奨人 第3：西村昭二 第4：中田靖直
活動日	火、水、木、金、土または日
休養日	月、日または土
活動時間	(平日) 火・水・木・金・・・3時間 (休日) 土または日・・・4時間 (8：30～12：30)
活動場所	八頭高校野球場

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	---

月別計画表

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	春季大会	練習試合	大会に向けての練習
5月		練習試合、遠征	大会に向けての練習
6月	春季中国大会・山陰大会	練習試合、遠征	大会に向けての練習
7月	選手権大会鳥取県予選	練習試合	大会に向けての練習
8月	選手権大会、地区リーグ戦	練習試合	大会に向けての練習
9月	秋季大会	練習試合	大会に向けての練習
10月	中国大会	練習試合	大会に向けての練習
11月		練習試合	大会に向けての練習
12月			基礎トレーニング 体幹トレーニング
1月			基礎技術練習 大会に向けての練習
2月			大会に向けての練習
3月	地区リーグ戦	練習試合	大会に向けての練習

備考

鳥取県立八頭高等学校 水泳部 年間活動計画

部員数	男子2名・女子6名 合計8名
顧問氏名	第1：古泉真悟 第2：中村香月
活動日	夏季：月、火、水、金、土 冬季：月、水、金、土、日
休養日	夏季：木、日 冬季：火、木
活動時間	平日1～2時間（夏季15：50～18：00、冬季15：50～17：00） 休日2～3時間（夏季 8：30～11：30、冬季 8：00～10：00）
活動場所	夏季：プール 冬季：南体2F、化学講義室、校外の室内プール

活動目標	○経験の多少を問わず、水泳に打ち込み、水泳を楽しむ。 ○日々の練習に主体的に取り組み、何事にも前向きに努力できる集団となる。 ○関わる全ての人に感謝の気持ちを表現し、様々な人から応援される集団となる。
------	--

月別計画表

月	公式戦等	その他（合宿等）	練習内容
4月		部結成 プール掃除	県総体に向けての練習
5月		GW 強化練習	県総体に向けての練習
6月	中国五県予選会(2日河原) 県高校総体(22-23日東山)		県総体に向けての練習
7月	国体予選会(7日東山) 中国高校総体(19-22日島根県) 県選手権(27-28日東山)		中国高校総体に向けての練習
8月		夏季合宿 (夏季休業中)	県新人戦に向けての練習
9月	県新人戦(29日産体)		県新人戦に向けての練習
10月	中国新人大会 (25-28日山口県きらら博)		中国新人大会に向けての練習
11月	両県対抗予選会(17日東山)		両県対抗予選会に向けての練習
12月	室内選手権(15日東山)	冬季強化練習 (冬季休業中)	室内選手権に向けての練習
1月	春季 JOC 予選会(26日東山)		春季 JOC 予選会に向けての練習
2月			基礎体力トレーニング 体幹トレーニング
3月		年度末強化練習 (春季休業中)	基礎体力トレーニング 体幹トレーニング

備考

オフシーズン（9月中旬～5月上旬）は陸上でのトレーニングに加えて、週に2回程度、校外の室内プール（主として産業体育館。その他、智頭温水プール・若桜温水プール、サンフィッシュ）にて練習を行う。