

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校			指導部活動		スキ一部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
2	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
3	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
4	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
5	月	☆							○		
6	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
7	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
8	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
9	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
10	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
11	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
12	月	☆							○		
13	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
14	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
15	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
17	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
18	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
19	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金	☆							○		
					40:00				40:00	13	

休養日累計

36

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校			指導部活動		バドミントン部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		16:00	18:00	2:00	15:00	17:00	2:00			
2	金		16:00	18:00	2:00	11:00	14:00	3:00			
3	土		8:00	16:00	8:00	7:00	16:00	9:00		高校総体	
4	日		8:00	16:00	8:00				○		
5	月	☆							○		
6	火	☆							○		
7	水	☆				16:00	18:00	2:00			
8	木	☆							○		
9	金	☆							○		
10	土		8:30	11:30	3:00				○		
11	日	☆							○		
12	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
13	火		16:00	18:00	2:00				○		
14	水	☆							○		
15	木	☆							○		
16	金	☆				16:00	18:00	2:00			
17	土		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
18	日	☆							○		
19	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金	☆				14:00	17:00	3:00			
					32:00				28:00	21	

休養日累計

44

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		男子ハンドボール部					
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		15:30	19:00	3:30	15:00	19:00	4:00			
2	金		12:00	16:00	4:00	12:00	16:00	4:00		会場準備	
3	土		8:00	17:00	9:00	8:00	17:00	9:00		高校総体	
4	日		8:00	17:00	9:00	8:00	17:00	9:00		高校総体	
5	月		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00		高校総体	
6	火	☆							○		
7	水		16:00	19:00	3:00				○		
8	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
9	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
10	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
11	日		9:00	12:00	3:00				○		
12	月	☆							○		
13	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
14	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
15	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
16	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
17	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
19	月	☆							○		
20	火	☆				16:00	17:00	1:00			
21	水	☆				16:00	17:00	1:00			
22	木	☆				8:00	18:00	10:00		東北大会	
23	金	☆				8:00	18:00	10:00		東北大会	
24	土	☆				8:00	18:00	10:00		東北大会	
25	日	☆							○	東北大会	
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金		14:00	17:00	3:00	14:00	17:00	3:00			
					69:30				96:00	10	

休養日累計

29

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		陸上競技部					
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木	☆							○		
2	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
3	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
4	日	☆							○		
5	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
6	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
7	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
8	木	☆							○		
9	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
10	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
11	日	☆							○		
12	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
13	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
14	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
15	木	☆							○		
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
17	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	日	☆							○		
19	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
					31:00				31:00	16	

休養日累計

37

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		硬式野球部					
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		16:00	18:00	2:00	15:00	18:00	3:00			
2	金		12:00	15:00	3:00	11:00	13:00	2:00			
3	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
4	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
5	月		16:00	18:00	2:00				○		
6	火	☆							○		
7	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
8	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
9	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
10	土		9:00	12:00	3:00	8:00	22:00	14:00			
11	日		9:00	12:00	3:00	6:30	16:00	9:30			
12	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
13	火	☆							○		
14	水	☆							○		
15	木	☆							○		
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
17	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	日		9:00	12:00	3:00				○		
19	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金		14:00	17:00	3:00	14:00	17:00	3:00			
					40:00				52:30	16	

休養日累計

35

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		演劇部					
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
2	金	☆							○		
3	土	☆							○		
4	日	☆							○		
5	月		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
6	火		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
7	水	☆							○		
8	木		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
9	金	☆							○		
10	土	☆							○		
11	日	☆							○		
12	月		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
13	火		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
14	水	☆							○		
15	木		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
16	金	☆							○		
17	土	☆							○		
18	日	☆				8:00	18:00	10:00		演劇講習会	
19	月		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金	☆				13:15	15:00	1:45			
					14:00				25:45	20	

休養日累計

60

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		書道部					
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
2	金		15:40	17:40	2:00				○		
3	土		9:00	12:00	3:00				○		
4	日	☆				9:00	12:00	3:00			
5	月		15:40	17:40	2:00				○		
6	火	☆				9:00	12:00	3:00			
7	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
8	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
9	金		15:40	17:40	2:00				○		
10	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
11	日	☆				9:30	12:30	3:00			
12	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
13	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
14	水	☆				15:40	17:40	2:00			
15	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
16	金		15:40	17:40	2:00				○		
17	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	日	☆							○		
19	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金		15:40	17:40	2:00	13:30	15:30	2:00			
					33:00				33:00	16	

休養日累計

44

【様式2】

2023年度 6月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校			指導部活動			吹奏楽部			
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考	
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日		
1	木		15:40	17:40	2:00	14:50	17:30	2:40			
2	金		15:40	17:40	2:00				○		
3	土		9:00	12:00	3:00				○		
4	日	☆							○		
5	月		15:40	17:40	2:00				○		
6	火	☆							○		
7	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
8	木		15:40	17:40	2:00	15:30	17:30	2:00			
9	金		15:40	17:40	2:00				○		
10	土		9:00	12:00	3:00				○		
11	日	☆							○		
12	月		15:40	17:40	2:00	15:50	17:30	1:40			
13	火		15:40	17:40	2:00	15:50	17:30	1:40			
14	水		15:40	17:40	2:00	15:50	17:30	1:40			
15	木		15:40	17:40	2:00	15:50	17:30	1:40			
16	金		15:40	17:40	2:00	15:50	17:30	1:40			
17	土		9:00	12:00	3:00				○		
18	日	☆							○		
19	月		15:40	17:40	2:00	15:50	17:30	1:40			
20	火	☆							○		
21	水	☆							○		
22	木	☆							○		
23	金	☆							○		
24	土	☆							○		
25	日	☆							○		
26	月	☆							○		
27	火	☆							○		
28	水	☆							○		
29	木	☆							○		
30	金		15:40	17:40	2:00	13:30	15:30	2:00			
					35:00				18:40	20	

休養日累計

49