

【様式2】

2023年度 7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		スキー部				
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	土		8:00	11:00	3:00					
2	日		8:00	11:00	3:00					
3	月	☆								
4	火		16:00	18:00	2:00					
5	水		16:00	18:00	2:00					
6	木		16:00	18:00	2:00					
7	金		16:00	18:00	2:00					
8	土		8:00	11:00	3:00					
9	日		8:00	11:00	3:00					
10	月	☆								
11	火		16:00	18:00	2:00					
12	水		16:00	18:00	2:00					
13	木		16:00	18:00	2:00					
14	金		16:00	18:00	2:00					
15	土	☆								
16	日	☆								
17	月		16:00	18:00	2:00					
18	火		16:00	18:00	2:00					
19	水		16:00	18:00	2:00					
20	木		16:00	18:00	2:00					
21	金		16:00	18:00	2:00					
22	土		8:00	11:00	3:00					
23	日		8:00	11:00	3:00					
24	月	☆								
25	火		16:00	18:00	2:00					
26	水		16:00	18:00	2:00					
27	木		16:00	18:00	2:00					
28	金		16:00	18:00	2:00					
29	土		8:00	11:00	3:00					
30	日		8:00	11:00	3:00					
31	月	☆								
					58:00			0:00	0	

休養日累計

36

【様式2】

2023年度 7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	土		8:30	11:30	3:00					
2	日	☆								
3	月		16:00	18:00	2:00					
4	火		16:00	18:00	2:00					
5	水	☆								
6	木		16:00	18:00	2:00					
7	金		16:00	18:00	2:00					
8	土		8:30	11:30	3:00					
9	日	☆								
10	月									
11	火		16:00	18:00	2:00					
12	水		16:00	18:00	2:00					
13	木	☆								
14	金	☆								
15	土	☆								
16	日	☆								
17	月	☆								
18	火	☆								
19	水	☆								
20	木		8:30	11:30	3:00					
21	金		13:00	15:00	2:00					
22	土	☆								
23	日	☆								
24	月		8:30	11:30	3:00					
25	火		8:30	11:30	3:00					
26	水	☆								
27	木		8:30	11:30	3:00					
28	金		8:30	11:30	3:00					
29	土	☆								
30	日	☆								
31	月		8:30	11:30	3:00					
					38:00				0:00	0

【様式2】

2023年度 7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	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
2	日		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
3	月	☆				16:00	19:00	3:00			
4	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
5	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
6	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
7	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
8	土		9:00	12:00	3:00	8:00	17:00	9:00		国体予選	
9	日		9:00	12:00	3:00	8:00	17:00	9:00		↓	
10	月	☆							○		
11	火		17:00	19:00	2:00	17:00	19:00	2:00			
12	水		17:00	19:00	2:00	17:00	19:00	2:00			
13	木		17:00	19:00	2:00	17:00	19:00	2:00			
14	金		17:00	19:00	2:00	17:00	19:00	2:00			
15	土	☆				16:00	19:00	3:00		文化祭	
16	日	☆							○	↓	
17	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	火	☆				14:00	17:00	3:00			
19	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
20	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
21	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
22	土		9:00	12:00	3:00	12:00	17:00	5:00			
23	日		9:00	12:00	3:00	9:00	15:00	6:00			
24	月	☆				8:00	11:00	3:00		全国総体遠征	
25	火		9:00	12:00	3:00	9:00	11:00	2:00		↓	
26	水		9:00	12:00	3:00						
27	木		9:00	12:00	3:00						
28	金		9:00	12:00	3:00						
29	土		9:00	12:00	3:00						
30	日		9:00	12:00	3:00						
31	月	☆									
					68:00				81:00	2	

休養日累計

31

【様式2】

2023年度 7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	ハンドボール部女子
-----	-------------	-------	-----------

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	土	☆							○		
2	日	☆							○		
3	月	☆							○		
4	火		16:00	18:00	2:00	17:00	18:00	1:00			
5	水		16:00	18:00	2:00	17:00	18:00	1:00			
6	木	☆							○		
7	金	☆							○		
8	土	☆							○		
9	日	☆							○		
10	月	☆							○		
11	火		16:00	18:00	2:00						
12	水		16:00	18:00	2:00						
13	木	☆							○		
14	金		16:00	18:00	2:00						
15	土	☆							○		
16	日	☆							○		
17	月	☆							○		
18	火		16:00	18:00	2:00						
19	水	☆							○		
20	木	☆							○		
21	金		9:00	11:00	2:00						
22	土	☆							○		
23	日	☆							○		
24	月	☆							○		
25	火		12:00	14:00	2:00						
26	水		12:00	14:00	2:00						
27	木	☆							○		
28	金		9:00	11:00	2:00						
29	土	☆							○		
30	日	☆							○		
31	月	☆							○		
					20:00				2:00	21	

【様式2】

2023年度 7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	土		9:00	12:00	3:00						
2	日	☆									
3	月		16:00	18:00	2:00						
4	火		16:00	18:00	2:00						
5	水		16:00	18:00	2:00						
6	木	☆									
7	金		16:00	18:00	2:00					国体予選	
8	土		7:00	16:00	9:00					国体予選	
9	日		7:00	16:00	9:00					国体予選	
10	月	☆									
11	火		16:00	18:00	2:00						
12	水		16:00	18:00	2:00						
13	木	☆									
14	金		16:00	18:00	2:00						
15	土	☆									
16	日	☆									
17	月		9:00	12:00	3:00						
18	火		16:00	18:00	2:00						
19	水		9:00	12:00	3:00						
20	木	☆									
21	金		9:00	12:00	3:00						
22	土		9:00	12:00	3:00						
23	日	☆									
24	月		9:00	12:00	3:00						
25	火		9:00	12:00	3:00						
26	水		9:00	12:00	3:00						
27	木	☆									
28	金		9:00	12:00	3:00						
29	土		9:00	12:00	3:00						
30	日	☆									
31	月		9:00	12:00	3:00						
					67:00				0:00	0	

休養日累計

37

【様式2】

2023年度 7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	土		9:00	12:00	3:00					
2	日		9:00	12:00	3:00					
3	月		16:00	18:00	2:00					
4	火	☆								
5	水		16:00	18:00	2:00					
6	木		16:00	18:00	2:00					
7	金		16:00	18:00	2:00					
8	土		9:00	12:00	3:00					
9	日		9:00	12:00	3:00					
10	月		16:00	18:00	2:00					
11	火	☆								
12	水		16:00	18:00	2:00					
13	木		16:00	18:00	2:00					
14	金		16:00	18:00	2:00					
15	土	☆								
16	日	☆								
17	月		9:00	12:00	3:00					
18	火	☆								
19	水		9:00	12:00	3:00					
20	木		9:00	12:00	3:00					
21	金		9:00	12:00	3:00					
22	土		9:00	12:00	3:00					
23	日		9:00	12:00	3:00					
24	月		9:00	12:00	3:00					
25	火	☆								
26	水		9:00	12:00	3:00					
27	木		9:00	12:00	3:00					
28	金		9:00	12:00	3:00					
29	土		9:00	12:00	3:00					
30	日		9:00	12:00	3:00					
31	月		9:00	12:00	3:00					
					67:00					0:00

休養日累計

37

【様式2】

2023年度 7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	土	☆								
2	日	☆								
3	月		15:45	17:30	1:45					
4	火		15:45	17:30	1:45					
5	水	☆								
6	木		15:45	17:30	1:45					
7	金	☆								
8	土	☆								
9	日	☆								
10	月		15:45	17:30	1:45					
11	火		15:45	17:30	1:45					
12	水	☆								
13	木		15:45	17:30	1:45					
14	金		15:45	17:30	1:45					
15	土	☆								
16	日	☆								
17	月	☆								
18	火	☆								
19	水	☆								
20	木	☆								
21	金	☆								
22	土	☆								
23	日	☆								
24	月		9:00	12:00	3:00					
25	火		9:00	12:00	3:00					
26	水	☆								
27	木		9:00	12:00	3:00					
28	金	☆								
29	土	☆								
30	日	☆								
31	月									
					21:15					
						0:00	0			

休養日累計

60

【様式2】

2023年度 7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	土		9:00	12:00	3:00					
2	日	☆								
3	月		15:40	17:40	2:00					
4	火		15:40	17:40	2:00					
5	水		15:40	17:40	2:00					
6	木		15:40	17:40	2:00					
7	金		15:40	17:40	2:00					
8	土		9:00	12:00	3:00					
9	日	☆								
10	月		15:40	17:40	2:00					
11	火		15:40	17:40	2:00					
12	水		15:40	17:40	2:00					
13	木		15:40	17:40	2:00					
14	金		15:40	17:40	2:00					
15	土	☆								
16	日	☆								
17	月	☆								
18	火	☆								
19	水	☆								
20	木	☆								
21	金	☆								
22	土	☆								
23	日	☆								
24	月		9:00	12:00	3:00					
25	火		9:00	12:00	3:00					
26	水		9:00	12:00	3:00					
27	木		9:00	12:00	3:00					
28	金		9:00	12:00	3:00					
29	土	☆								
30	日	☆								
31	月		9:00	12:00	3:00					
			44:00			0:00		0		

【様式2】

2023年度 7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	土		9:00	12:00	3:00					
2	日	☆								
3	月		15:40	17:40	2:00					
4	火		15:40	17:40	2:00					
5	水		15:40	17:40	2:00					
6	木		15:40	17:40	2:00					
7	金		15:40	17:40	2:00					
8	土		9:00	12:00	3:00					
9	日	☆								
10	月		15:40	17:40	2:00					
11	火		15:40	17:40	2:00					
12	水		15:40	17:40	2:00					
13	木		15:40	17:40	2:00					
14	金		15:40	17:40	2:00					
15	土	☆								
16	日	☆								
17	月	☆								
18	火	☆								
19	水	☆								
20	木	☆								
21	金	☆								
22	土	☆								
23	日	☆								
24	月		9:00	12:00	3:00					
25	火		9:00	12:00	3:00					
26	水		9:00	12:00	3:00					
27	木		9:00	12:00	3:00					
28	金		9:00	12:00	3:00					
29	土	☆								
30	日	☆								
31	月		9:00	12:00	3:00					
					44:00			0:00	0	

休養日累計

49