

【様式2】

2023年度 8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	火	☆							○		
2	水		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00		会館合宿	
3	木		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
4	金		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
5	土		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
6	日		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
7	月	☆				8:00	16:00	8:00			
8	火		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00		↓	
9	水		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00		全国ローラースキー大会	
10	木		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
11	金		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
12	土	☆				8:00	16:00	8:00		↓	
13	日	☆							○		
14	月	☆							○		
15	火	☆							○		
16	水		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
17	木		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
18	金		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
19	土		8:00	11:00	3:00				○		
20	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
21	月	☆							○		
22	火		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
23	水		8:00	11:00	3:00				○		
24	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
25	金	☆				16:00	18:00	2:00			
26	土		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		県連合宿	
27	日		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		↓	
28	月		16:00	18:00	2:00				○		
29	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
30	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
31	木	☆							○		
					107:00				127:00	9	

休養日累計

53

【様式2】

2023年度 8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	火		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
2	水	☆							○	
3	木		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
4	金		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
5	土	☆							○	
6	日	☆							○	
7	月		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
8	火		8:30	11:30	3:00				○	
9	水		8:30	11:30	3:00				○	
10	木	☆							○	
11	金	☆							○	
12	土	☆							○	
13	日	☆							○	
14	月	☆							○	
15	火	☆							○	
16	水	☆				8:30	11:30	3:00		振替休日
17	木		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
18	金		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
19	土	☆							○	
20	日	☆							○	
21	月		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
22	火		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
23	水	☆							○	
24	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
25	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
26	土		8:30	11:30	3:00				○	
27	日	☆							○	
28	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	水	☆							○	
31	木	☆							○	
					41:00				35:00	18

休養日累計 80

【様式2】

2023年度 8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	火		9:00	12:00	3:00	10:00	12:00	2:00			
2	水		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
3	木		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
4	金		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
5	土		9:00	12:00	3:00				○		
6	日		9:00	12:00	3:00				○		
7	月	☆				8:00	11:00	3:00			
8	火		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
9	水		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
10	木		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
11	金	☆							○		
12	土	☆							○		
13	日	☆							○		
14	月	☆							○		
15	火	☆							○		
16	水		9:00	12:00	3:00				○		
17	木		9:00	12:00	3:00				○		
18	金		9:00	12:00	3:00				○		
19	土		9:00	12:00	3:00				○		
20	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
21	月	☆							○		
22	火		9:00	12:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
23	水		9:00	12:00	3:00				○		
24	木	☆				16:00	19:00	3:00			
25	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
26	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
27	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
28	月	☆							○		
29	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
30	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
31	木	☆							○		
					63:00				47:00	15	

休養日累計 49

【様式2】

2023年度 8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	火		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
2	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
3	木	☆							○		
4	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
5	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
6	日	☆							○		
7	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
8	火		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
9	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
10	木	☆							○		
11	金	☆							○		
12	土	☆							○		
13	日	☆							○		
14	月	☆							○		
15	火	☆							○		
16	水	☆							○		
17	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
19	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
20	日	☆							○		
21	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
22	火		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
23	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
24	木	☆							○		
25	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
26	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
27	日	☆							○		
28	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
29	火		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
30	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
31	木	☆							○		
					53:00				53:00	13	

休養日累計

61

【様式2】

2023年度 8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	火	☆				10:00	13:00	3:00			
2	水		9:00	12:00	3:00	14:00	17:00	3:00			
3	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
4	金		9:00	12:00	3:00	14:00	17:00	3:00			
5	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
6	日		9:00	12:00	3:00				○		
7	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
8	火	☆							○		
9	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
10	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
11	金		9:00	12:00	3:00	8:00	16:00	8:00			
12	土	☆				8:00	16:00	8:00			
13	日	☆							○		
14	月	☆							○		
15	火	☆							○		
16	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
17	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
18	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
19	土		9:00	12:00	3:00	8:00	16:00	8:00			
20	日		9:00	12:00	3:00				○		
21	月		9:00	12:00	3:00				○		
22	火	☆							○		
23	水		9:00	12:00	3:00				○		
24	木		9:00	12:00	3:00				○		
25	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
26	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
27	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
28	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
29	火	☆							○		
30	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
31	木	☆							○		
					64:00				70:00	12	

休養日累計

53

【様式2】

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

休養日累計

95

【様式2】

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

休養日累計

81

【様式2】

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

休養日累計 100

【様式2】

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

休養日累計

50