

【様式2】

2023年度 9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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
2	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
3	日		8:00	11:00	3:00				○		
4	月	☆							○		
5	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
6	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
8	金		16:00	18:00	2:00				○		
9	土		8:00	11:00	3:00				○		
10	日		8:00	11:00	3:00				○		
11	月	☆				16:00	18:00	2:00			
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
13	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
15	金		16:00	18:00	2:00				○		
16	土		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		県連合宿	
17	日		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00			
18	月	☆							○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
29	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
30	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00			
					45:00				44:00	15	

【様式2】

2023年度 9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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
2	土		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
3	日	☆							○		
4	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
5	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
6	水	☆							○		
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
8	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
9	土		8:30	11:30	3:00				○		
10	日	☆							○		
11	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
13	水	☆							○		
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
16	土		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
17	日	☆							○		
18	月	☆							○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
29	金	☆	16:00	18:00	2:00				○		
30	土		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
					36:00				31:00	16	

休養日累計 96

【様式2】

2023年度 9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	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
2	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
3	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
4	月	☆							○		
5	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
6	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
7	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
8	金		16:00	19:00	3:00	18:00	21:00	3:00			
9	土		9:00	12:00	3:00	18:00	21:00	3:00			
10	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
11	月	☆							○		
12	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
13	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
14	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
15	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
16	土		8:00	17:00	9:00	8:00	17:00	9:00		地区大会	
17	日		8:00	17:00	9:00	8:00	17:00	9:00		地区大会	
18	月								○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水		16:00	19:00	3:00	14:00	17:00	3:00			
28	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
29	金	☆							○	耐久登山	
30	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
					66:00				66:00	12	

休養日累計 61

【様式2】

2023年度 9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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
2	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
3	日	☆							○		
4	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
5	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
6	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
7	木	☆							○		
8	金		7:00	15:00	8:00	7:00	15:00	8:00			
9	土		7:00	15:00	8:00	7:00	15:00	8:00			
10	日		7:00	15:00	8:00	7:00	15:00	8:00			
11	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
13	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
14	木	☆							○		
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
16	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
17	日	☆							○		
18	月	☆							○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
29	金	☆							○		
30	土		9:00	12:00	3:00				○		
					53:00				50:00	15	

休養日累計 76

【様式2】

2023年度 9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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
2	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
3	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
4	月		16:00	18:00	2:00				○		
5	火	☆							○		
6	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
8	金		16:00	18:00	2:00				○		
9	土		9:00	12:00	3:00	8:00	17:00	9:00			
10	日		9:00	12:00	3:00				○		
11	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
12	火	☆				16:00	18:00	2:00			
13	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
15	金		16:00	18:00	2:00				○		
16	土		9:00	12:00	3:00	8:00	16:00	8:00			
17	日		9:00	12:00	3:00	8:00	16:00	8:00			
18	月	☆							○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水		13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00			
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
29	金	☆							○		
30	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
			43:00			52:00			15		

休養日累計

68

【様式2】

2023年度 9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	金	☆								○	
2	土	☆				9:00	12:00	3:00			
3	日	☆								○	
4	月		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
5	火		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
6	水	☆								○	
7	木		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
8	金	☆								○	
9	土	☆				9:00	12:00	3:00			
10	日	☆								○	
11	月		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
12	火		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
13	水	☆								○	
14	木		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
15	金	☆				15:45	17:30	1:45			
16	土	☆				9:00	12:00	3:00			
17	日	☆				8:10	17:00	8:50			地区大会
18	月	☆				8:10	17:00	8:50			地区大会
19	火	☆								○	
20	水	☆								○	
21	木	☆								○	
22	金	☆								○	
23	土	☆								○	
24	日	☆								○	
25	月	☆								○	
26	火	☆								○	
27	水	☆				13:00	15:00	2:00			
28	木		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45			
29	金	☆								○	
30	土	☆				9:00	12:00	3:00			
					12:15				45:40	15	

休養日累計

110

【様式2】

2023年度 9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	金		15:40	17:40	2:00				○	地区展	
2	土		9:00	12:00	3:00				○	地区展	
3	日	☆							○	地区展	
4	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
5	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
6	水	☆				15:40	17:40	2:00			
7	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
8	金		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
9	土		9:00	12:00	3:00	11:00	14:00	3:00			
10	日	☆							○		
11	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
12	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
13	水	☆				15:40	17:40	2:00			
14	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
15	金		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
16	土		9:00	12:00	3:00	11:00	14:00	3:00			
17	日	☆				11:00	14:00	3:00			
18	月	☆							○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水		15:40	17:40	2:00	13:30	15:30	2:00			
28	木	☆				15:40	17:40	2:00			
29	金	☆							○		
30	土	☆				11:00	14:00	3:00			
					29:00				36:00	14	

休養日累計

95

【様式2】

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

休養日累計 130



【様式2】

2023年度 9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	金		16:00	18:00	2:00	15:40	17:00	1:20			
2	土	☆							○		
3	日	☆							○		
4	月	☆							○		
5	火		16:00	18:00	2:00	16:40	18:00	1:20			
6	水		16:00	18:00	2:00				○		
7	木	☆							○		
8	金		16:00	18:00	2:00				○		
9	土	☆							○		
10	日	☆							○		
11	月	☆							○		
12	火		16:00	18:00	2:00				○		
13	水		16:00	18:00	2:00				○		
14	木	☆							○		
15	金		16:00	18:00	2:00				○		
16	土	☆				8:30	16:00	7:30			
17	日	☆				8:30	16:00	7:30			
18	月	☆							○		
19	火	☆							○		
20	水	☆							○		
21	木	☆							○		
22	金	☆							○		
23	土	☆							○		
24	日	☆							○		
25	月	☆							○		
26	火	☆							○		
27	水	☆							○		
28	木	☆							○		
29	金	☆							○		
30	土	☆							○		
					14:00				17:40	26	