

【様式2】

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

休養日累計 78

【様式2】

2023年度 11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	水		16:00	18:00	2:00						
2	木		16:00	18:00	2:00						
3	金		16:00	18:00	2:00						
4	土	☆	8:30	11:30	3:00						
5	日	☆									
6	月		16:00	18:00	2:00						
7	火		16:00	18:00	2:00						
8	水	☆									
9	木		16:00	18:00	2:00						
10	金		16:00	18:00	2:00						
11	土	☆	8:30	11:30	3:00						
12	日	☆									
13	月		16:00	18:00	2:00						
14	火		16:00	18:00	2:00						
15	水	☆									
16	木		16:00	18:00	2:00						
17	金		16:00	18:00	2:00						
18	土		8:00	16:00	8:00						
19	日		8:00	16:00	8:00						
20	月	☆									
21	火	☆									
22	水	☆									
23	木	☆									
24	金	☆									
25	土		8:30	11:30	3:00						
26	日	☆									
27	月	☆									
28	火	☆									
29	水	☆									
30	木	☆									
					47:00				0:00	0	

【様式2】

2023年度 11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	水		16:00	19:00	3:00					
2	木		16:00	19:00	3:00					
3	金		16:00	19:00	3:00					茨城遠征
4	土		9:00	12:00	3:00					茨城遠征
5	日		9:00	12:00	3:00					茨城遠征
6	月	☆								
7	火		16:00	19:00	3:00					
8	水		16:00	19:00	3:00					
9	木		16:00	19:00	3:00					
10	金		16:00	19:00	3:00					
11	土		9:00	12:00	3:00					
12	日		9:00	12:00	3:00					
13	月	☆	16:00	17:30	1:30					
14	火	☆	16:00	17:30	1:30					
15	水	☆	16:00	17:30	1:30					
16	木	☆	16:00	17:30	1:30					
17	金	☆	16:00	17:30	1:30					秋季大会
18	土	☆	8:00	17:00	9:00					秋季大会
19	日	☆	8:00	17:00	9:00					秋季大会
20	月	☆								
21	火	☆								
22	水	☆								
23	木	☆								
24	金		16:00	19:00	3:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日		9:00	12:00	3:00					
27	月	☆								
28	火		16:00	19:00	3:00					
29	水		16:00	19:00	3:00					
30	木		16:00	19:00	3:00					
			76:30			0:00		0		

休養日累計

68

【様式2】

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

【様式2】

2023年度 11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	水		16:00	18:00	2:00					
2	木		16:00	18:00	2:00					
3	金		9:00	12:00	3:00					
4	土		9:00	12:00	3:00					
5	日	☆								
6	月		16:00	18:00	2:00					
7	火		16:00	18:00	2:00					
8	水		16:00	18:00	2:00					
9	木		16:00	18:00	2:00					
10	金		16:00	18:00	2:00					
11	土		9:00	12:00	3:00					
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月	☆								
21	火	☆								
22	水	☆								
23	木	☆								
24	金		13:00	16:00	3:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日	☆								
27	月		16:00	18:00	2:00					
28	火		16:00	18:00	2:00					
29	水		16:00	18:00	2:00					
30	木		16:00	18:00	2:00					
					37:00			0:00	0	

休養日累計 75

【様式2】

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

【様式2】

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

休養日累計 127

【様式2】

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