

【様式2】

2023年度 2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	木		16:00	18:00	2:00					
2	金		8:00	16:00	8:00					全国大会（富山県）
3	土		8:00	16:00	8:00					
4	日		8:00	16:00	8:00					
5	月		8:00	16:00	8:00					
6	火	☆	8:00	16:00	8:00					
7	水	☆	8:00	16:00	8:00					
8	木	☆	8:00	16:00	8:00					
9	金	☆	8:00	16:00	8:00					
10	土	☆	8:00	16:00	8:00					
11	日	☆	8:00	16:00	8:00					↓
12	月	☆	8:00	16:00	8:00					合宿（長野県）
13	火	☆	8:00	16:00	8:00					
14	水	☆	8:00	16:00	8:00					
15	木	☆	8:00	16:00	8:00					↓
16	金	☆	8:00	16:00	8:00					国スボ事前合宿（山形県）
17	土	☆	8:00	16:00	8:00					
18	日	☆	8:00	16:00	8:00					
19	月		16:00	18:00	2:00					
20	火		16:00	18:00	2:00					↓
21	水		16:00	18:00	2:00					国スボ（山形県）
22	木		16:00	18:00	2:00					
23	金		16:00	18:00	2:00					
24	土		8:00	11:00	3:00					↓
25	日	☆								
26	月		16:00	18:00	2:00					
27	火		16:00	18:00	2:00					
28	水		16:00	18:00	2:00					
29	木	☆								
			155:00					0:00	0	

休養日累計

108

【様式2】

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

休養日累計

153

【様式2】

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

【様式2】

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

【様式2】

2023年度 2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					
3	土		9:00	12:00	3:00					
4	日	☆								
5	月		16:00	18:00	2:00					
6	火	☆								
7	水	☆								
8	木	☆								
9	金	☆								
10	土	☆								
11	日	☆								
12	月	☆								
13	火	☆								
14	水	☆								
15	木	☆								
16	金		13:00	16:00	3:00					
17	土		9:00	12:00	3:00					
18	日	☆								
19	月		16:00	18:00	2:00					
20	火		16:00	18:00	2:00					
21	水		16:00	18:00	2:00					
22	木	☆								
23	金		16:00	18:00	2:00					
24	土		9:00	12:00	3:00					
25	日	☆								
26	月		16:00	18:00	2:00					
27	火		16:00	18:00	2:00					
28	水		16:00	18:00	2:00					
29	木		16:00	18:00	2:00					
					32:00			0:00	0	

【様式2】

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

休養日累計

122

【様式2】

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

休養日累計

189

【様式2】

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

休養日累計

174