

【様式2】

2023年度 3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	☆									
2	土		16:00	18:00	2:00						
3	日		16:00	18:00	2:00						
4	月	☆									
5	火	☆									
6	水	☆									
7	木		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	☆									
12	火		16:00	18:00	2:00						
13	水		16:00	18:00	2:00						
14	木		16:00	18:00	2:00						
15	金		16:00	18:00	2:00						
16	土		8:00	11:00	3:00						
17	日	☆									
18	月	☆									
19	火	☆									
20	水		16:00	18:00	2:00						
21	木		16:00	18:00	2:00						
22	金		16:00	18:00	2:00						
23	土		8:00	11:00	3:00						
24	日	☆									
25	月	☆									
26	火	☆									
27	水		16:00	18:00	2:00						
28	木		16:00	18:00	2:00						
29	金		16:00	18:00	2:00						
30	土		8:00	11:00	3:00						
31	日	☆									
					43:00				0:00	0	

休養日累計

114

【様式2】

2023年度 3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	☆									
2	土		8:30	11:30	3:00						
3	日	☆									
4	月	☆									
5	火	☆									
6	水	☆									
7	木		16:00	18:00	2:00						
8	金		16:00	18:00	2:00						
9	土		8:30	11:30	3:00						
10	日	☆									
11	月		16:00	18:00	2:00						
12	火		16:00	18:00	2:00						
13	水	☆									
14	木		16:00	18:00	2:00						
15	金		16:00	18:00	2:00						
16	土		8:30	11:30	3:00						
17	日	☆									
18	月		16:00	18:00	2:00						
19	火		16:00	18:00	2:00						
20	水	☆									
21	木		16:00	18:00	2:00						
22	金		16:00	18:00	2:00						
23	土		8:30	11:30	3:00						
24	日	☆									
25	月	☆									
26	火	☆									
27	水		8:30	11:30	3:00						
28	木		8:30	11:30	3:00						
29	金		8:30	11:30	3:00						
30	土	☆									
31	日	☆									
					41:00				0:00	0	

【様式2】

2023年度 3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	☆									
2	土		9:00	12:00	3:00						
3	日		9:00	12:00	3:00						
4	月	☆									
5	火	☆									
6	水	☆									
7	木		16:00	19:00	3:00						
8	金		16:00	19:00	3:00						
9	土		9:00	12:00	3:00						
10	日		9:00	12:00	3:00						
11	月	☆									
12	火		16:00	19:00	3:00						
13	水		16:00	19:00	3:00						
14	木		16:00	19:00	3:00						
15	金		16:00	19:00	3:00						
16	土		9:00	12:00	3:00						
17	日		9:00	12:00	3:00						
18	月	☆									
19	火	☆									
20	水		16:00	19:00	3:00						
21	木		16:00	19:00	3:00						
22	金		16:00	19:00	3:00						
23	土		9:00	12:00	3:00						
24	日		9:00	12:00	3:00						
25	月	☆									
26	火	☆									
27	水		9:00	12:00	3:00						
28	木		9:00	12:00	3:00						
29	金		9:00	12:00	3:00						
30	土		9:00	12:00	3:00						
31	日		9:00	12:00	3:00						
					66:00				0:00	0	

休養日累計

107

【様式2】

2023年度 3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	☆									
2	土	☆									
3	日	☆									
4	月	☆									
5	火	☆									
6	水	☆									
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	☆									
17	日	☆									
18	月	☆									
19	火		16:00	18:00	2:00						
20	水	☆									
21	木	☆									
22	金		16:00	18:00	2:00						
23	土	☆									
24	日	☆									
25	月	☆									
26	火	☆									
27	水	☆									
28	木	☆									
29	金	☆									
30	土	☆									
31	日	☆									
					12:00				0:00	0	

【様式2】

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

休養日累計

154

【様式2】

2023年度 3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	☆									
2	土		16:00	18:00	2:00						
3	日	☆									
4	月	☆									
5	火	☆									
6	水	☆									
7	木		16:00	18:00	2:00						
8	金		16:00	18:00	2:00						
9	土		9:00	12:00	3:00						
10	日	☆									
11	月		16:00	18:00	2:00						
12	火		16:00	18:00	2:00						
13	水		16:00	18:00	2:00						
14	木		16:00	18:00	2:00						
15	金		16:00	18:00	2:00						
16	土		9:00	12:00	3:00						
17	日	☆									
18	月		16:00	18:00	2:00						
19	火		16:00	18:00	2:00						
20	水		9:00	12:00	3:00						
21	木		16:00	18:00	2:00						
22	金		16:00	18:00	2:00						
23	土		9:00	12:00	3:00						
24	日	☆									
25	月		16:00	18:00	2:00						
26	火		16:00	18:00	2:00						
27	水		16:00	18:00	2:00						
28	木		16:00	18:00	2:00						
29	金		16:00	18:00	2:00						
30	土		9:00	12:00	3:00						
31	日	☆									
					49:00				0:00	0	

休養日累計

136

【様式2】

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

【様式2】

2023年度 3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	☆									
2	土		9:00	12:00	3:00						
3	日	☆									
4	月	☆									
5	火	☆									
6	水	☆									
7	木		15:40	17:40	2:00						
8	金		15:40	17:40	2:00						
9	土		9:00	12:00	3:00						
10	日	☆									
11	月		15:40	17:40	2:00						
12	火		15:40	17:40	2:00						
13	水	☆									
14	木		15:40	17:40	2:00						
15	金		15:40	17:40	2:00						
16	土		9:00	12:00	3:00						
17	日	☆									
18	月	☆									
19	火		15:40	17:40	2:00						
20	水	☆									
21	木		15:40	17:40	2:00						
22	金		15:40	17:40	2:00						
23	土		9:00	12:00	3:00						
24	日	☆									
25	月		15:40	17:40	2:00						
26	火	☆									
27	水		15:40	17:40	2:00						
28	木		15:40	17:40	2:00						
29	金		15:40	17:40	2:00						
30	土		9:00	12:00	3:00						
31	日	☆									
					41:00				0:00	0	