

7月	週休日・祝日合計 11日 「1」の計 9日 「2」の計 0日							平日合計 20日 「3」の計 16日 「4」の計 6日																						
日	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
実施			3	3	3	3	1	1		3	3	3	3			3	3	3	3		1	1		3	3	3	3	1	1	
休養			4						4						4	4							4							4
備考															文化祭	文化祭	後片付け・終業式		振休	振休	夏期休業(5/8/24)									

8月	週休日・祝日合計 12日 「1」の計 7日 「2」の計 4日							平日合計 19日 「3」の計 15日 「4」の計 5日																							
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施		3	3	3	1	1		3	3	3	1					3	3	3	1	1		3	3	3		1	1	3	3	3	
休養	4						4					2	2	2	2						4				4					4	
備考	中学生体験入学										山の信	学校開校日	学校開校日	学校開校日	学校開校日										始業式・課題テスト					体育祭準備	体育祭

9月	週休日・祝日合計 10日 「1」の計 7日 「2」の計 3日							平日合計 20日 「3」の計 12日 「4」の計 8日																						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
実施	3				3	3	3	3	1	1		3	3	3	3	1	1										3	3	3	1
休養				4							4							2	4	4	4	4	2	2	4	4				
備考	体育祭予備日																	考查機関	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間			中間考查	中間考查	中間考查			耐久登山

【様式1】 2023 年度 年間指導計画表（バスケットボール部）

※原則週1日以上の休養日を確保しながら、年間で104日（平均して週2日）以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1；週休日・祝日の活動日（振替休業等での活動日） 2；休養日（振替休業日での休養日） 3；平日活動日 4；平日休養日

年間 週休日・祝日合計 125 日	「1」の計 49 日	「2」の計 76 日	平日の計 240 日	「3」の計 149 日	「4」の計 92 日	「2・4」の計 168 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 4 日						「2」の計 6 日						平日合計 21 日					「3」の計 14 日				「4」の計 6 日		
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
実施						3	3	1	1	3	3		3	3			3	3		3	3	1	1		3	3		3	3		
休養	2	2	4	4	4			2	2			4				2			4				2			4					
備考						入学式				始業式	課題テスト	常置委員会		部編成					PTA総会								昭和の日				

5月	週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 2 日					「2」の計 9 日				平日合計 18 日					「3」の計 9 日				「4」の計 11 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
実施		3						3	3										3	1	1		3		3	3	3	1	1	3	3
休養	4		2	2	2	2	2			4	4	4	2	2	4	4	4	4		2	2	4		4				2	2		4
備考			憲法記念日	こどもの日	こどもの日						考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	中間考查	中間考查	中間考查												

6月	週休日・祝日合計 8 日							「1」の計 3 日					「2」の計 5 日				平日合計 22 日					「3」の計 12 日				「4」の計 10 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
実施	3	3			3	3		3	3	1	1		3	3	3	3			3												3
休養			2				4			2	2		4				2		4	4	4	4	2	2			4	4	4	4	
備考	高総体壮行式	高総体開会式			開校記念日								インターンシップ	インターンシップ	インターンシップ								考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	期末考查	期末考查	期末考查

7月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 5日					「2」の計 6日					平日合計 20日					「3」の計 15日					「4」の計 5日						
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
日	曜	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
実施				3	3		3	3		3	3		3	3					3			3			3	3		3	3			3	
休養			2			4				2			4			4	4	2		2			2			4				2			
備考																文化祭	文化祭	海の日	後片付け・終業式	振替	振替	夏期休業(18/24)											

8月		週休日・祝日合計 12日						「1」の計 4日					「2」の計 7日						平日合計 19日					「3」の計 13日					「4」の計 7日				
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
日	曜	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
実施				3	3	1		3	3		3	1						3	3	1	1	3	3		3	3	1		3	3			
休養		4	4			2				4			2	2	2	2	4			2	2			4			2			4	4		
備考	中学生体験入学											山の日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日										始業式・課題テスト						体育祭準備	体育祭

9月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 4日					「2」の計 6日						平日合計 20日					「3」の計 10日					「4」の計 10日				
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
日	曜	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
実施		3	1		3	3		3	3	1		3	3		3	3	1												3			
休養			2			4				2			4				2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4			
備考	体育祭予備日																		考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	中間考查	中間考查	中間考查		耐久登山			

10月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 5日					「2」の計 5日					平日合計 21日					「3」の計 17日				「4」の計 4日				
日	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
実施		3	3		3	3			3		3	3			3	3		3	3			3	3		3	3			3	3
休養	2			4			2			4			2			4			2			4			2			2		
備考							スウェーデンの日																							

11月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 4日					「2」の計 6日					平日合計 20日					「3」の計 9日				「4」の計 11日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施		3	1	1		3	3		3	3													3				3	3		3
休養	4				2			4				2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2			2			4	
備考			文化の日										考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	期末考查	期末考查	期末考查		期末考查						

12月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 4日					「2」の計 7日					平日合計 20日					「3」の計 16日				「4」の計 4日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施	3	1		3	3		3	3	1		3	3		3	3	1		3	3		3	3			3	3		3			
休養			2			4				2			4			2				4				2			4		2	2	2
備考						修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行		2年代休																		修学旅行	修学旅行	修学旅行

1月	週休日・祝日合計 12日					「1」の計 5日			「2」の計 7日		平日合計 19日				「3」の計 15日			「4」の計 4日													
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
実施				3	3	1	1	3		3	3	3	1		3	3		3	3	1		3	3		3	3	1		3	3	
休養	2	2	2			2	2			4			2	2			4				2			4				2		4	
備考	入学式	入学式	入学式			成人の日				始業式・課題テスト			共通テスト	共通テスト														3年卒業考査	3年卒業考査	3年卒業考査	

2月	週休日・祝日合計 10日				「1」の計 4日			「2」の計 6日			平日合計 18日				「3」の計 7日			「4」の計 12日											
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施	3				3										3			3	3		3	1	1			3			
休養		4		2		4	4	4	4	2	2	2	4	4	4			2			4			2			4	4	4
備考		スキー教室				考査期間	考査期間	考査期間	考査期間	考査期間			学年末考査	学年末考査	学年末考査	学年末考査							天皇誕生日				式場設営		表彰式・卒業式予行

3月	週休日・祝日合計 9日				「1」の計 5日			「2」の計 6日			平日合計 22日				「3」の計 12日			「4」の計 8日													
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施		1					3	3			3	3		3	3			3			3	3	1	1		3			3	3	
休養	4		2		4	4	4			2			4				2			4	2			2			4	4		2	
備考	卒業式			入学者選抜準備	入学者選抜	採点日							(追検査)					(再募集)									修了式・合格者説明会				

7月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 2日					「2」の計 5日					平日合計 20日					「3」の計 14日				「4」の計 10日						
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月		
実施			3	3		3	3			3	3	3									3	3			3	3			3	3		3
休養					4									4	4	4	4	2	4	4			2	2			4			4	4	
備考															文化祭	文化祭	海の日の日	後片付け・終業式	振休	振休	夏期作業(5日/24)											

8月		週休日・祝日合計 12日						「1」の計 1日					「2」の計 9日				平日合計 19日					「3」の計 14日				「4」の計 7日							
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
曜	日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
実施		3		3	3			3	3	3								3	3			3	3		3	3			3	3			
休養			4			2	2				2	2	2	2	2	2	4			4	4			4				2			4	4	
備考	中学生体験入学											山の日の日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日										始業式・課題テスト						体育祭準備	体育祭

9月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 4日				「2」の計 6日		平日合計 20日					「3」の計 11日				「4」の計 9日										
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜	日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
実施		3			3	3		3	3			3	3		3	3													3	3		
休養						4								4				2	2	4	4	4	4	2	2		4	4			4	
備考	体育祭予備日																			考查機関	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	中間考查	中間考查	中間考查		耐久登山		

【様式1】 2023 年度 年間指導計画表（ハンドボール部男子）

※原則週1日以上の休養日を確保しながら、年間で104日（平均して週2日）以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1；休休日・祝日の活動日（振替休業等での活動日） 2；休養日（振替休業日での休養日） 3；平日活動日 4；平日休養日

年間 休休日・祝日合計 125 日	「1」の計 101 日	「2」の計 24 日	平日の計 240 日	「3」の計 150 日	「4」の計 91 日	「2・4」の計 115 日
-------------------	-------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4月		休休日・祝日合計 9 日							「1」の計 10 日							「2」の計 0 日							平日合計 21 日							「3」の計 16 日							「4」の計 4 日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30													
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日														
実施				3	3	3		1	1	3	3	3	3	3			3	3	3	3				3	3	3	3																
休養			4				4										4							4																			
備考							入学式			始業式	課題テスト	常置委員会		部編成						PTA総会								運動の日															

5月		休休日・祝日合計 13 日							「1」の計 8 日							「2」の計 3 日							平日合計 18 日							「3」の計 10 日							「4」の計 10 日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31												
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水												
実施		3	1	1	1			3	3										3	1	1			3	3	3	3	1	1		3	3											
休養	4									4	4	4	4	4	4	4	4					4							4														
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日					考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	中間考查	中間考查	中間考查																									

6月		休休日・祝日合計 8 日							「1」の計 6 日							「2」の計 2 日							平日合計 22 日							「3」の計 11 日							「4」の計 11 日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30													
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金													
実施	3	3			3		3	3	3	1	1		3	3	3	3	1	1												3													
休養						4						4							4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4														
備考	高総体壮行式	高総体開会式			開校記念日							インターンシップ	インターンシップ	インターンシップ					考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	期末考查	期末考查	期末考查	期末考查														

7月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 11日					「2」の計 0日					平日合計 20日					「3」の計 13日			「4」の計 7日							
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
実施		1	1		3	3	3	3	1	1		3	3	3	3					1	1	3	1	1		3	3	3	3	1	1	
休養				4							4					4	4		4						4						4	
備考																文化祭	文化祭	後片付け・終業式														

8月		週休日・祝日合計 12日						「1」の計 6日					「2」の計 5日				平日合計 19日					「3」の計 15日			「4」の計 5日							
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施		3	3	3	3	1	1		3	3	3						3	3	3	1			3	3		3	1	1		3	3	
休養							4					2	2	2	2	2						4			4				4		4	
備考	中学生体験入学											山の日の日	学校の日の日	学校の日の日	学校の日の日	学校の日の日																

9月		週休日・祝日合計 10日								「1」の計 8日				「2」の計 2日		平日合計 20日					「3」の計 11日			「4」の計 9日								
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
日	曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
実施		3	1	1		3	3	3	3	1	1		3	3	3	3	1	1										3	3			
休養					4							4								4	4	4	4	2	2	4	4			4		
備考	体育祭予備日																			考查期間	考查期間	考查期間	考查期間				中間考查	中間考查	中間考查			耐久登山

【様式1】 2023 年度 年間指導計画表（陸上競技部）

※原則週1日以上の休養日を確保しながら、年間で104日（平均して週2日）以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1；週休日・祝日の活動日（振替休業等での活動日） 2；休養日（振替休業日での休養日） 3；平日活動日 4；平日休養日

年間 週休日・祝日合計 125 日	「1」の計 59 日	「2」の計 66 日	平日の計 240 日	「3」の計 157 日	「4」の計 84 日	「2・4」の計 150 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 6 日							「2」の計 4 日				平日合計 21 日					「3」の計 16 日			「4」の計 4 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
実施			3	3	3		3	1		3	3	3		3	1		3	3	3		3	1		3	3	3		3			
休養		2				4			2				4			2				4							4		2		
備考						入学式				始業式	課題テスト	常置委員会		部編成						PTA総会									昭和の日		

5月	週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 7 日							「2」の計 4 日				平日合計 18 日					「3」の計 11 日			「4」の計 9 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
実施	3	3						3	3	3									3	1		3	3	3		3	1		3		
休養							2				4	4	2	2	4	4	4	4		2				4					4	4	
備考			憲法記念日	こどもの日	みどりの日						考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	中間考查	中間考查	中間考查												

6月	週休日・祝日合計 8 日							「1」の計 3 日							「2」の計 5 日				平日合計 22 日					「3」の計 12 日			「4」の計 10 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金		
実施		3			3	3	3		3	1		3	3	3	3				3											3		
休養	4							4			2				3			2		4	4	4	4	2	2		4	4	4	4		
備考	高総体壮行式	高総体開会式			開校記念日							インターンシップ	インターンシップ	インターンシップ								考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	期末考查	期末考查	期末考查	期末考查		

7月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 8日			「2」の計 3日			平日合計 20日					「3」の計 15日			「4」の計 5日															
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
日	曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施			3	3	3		3			3	3	3		3				3	1	1	3				3	3	3		3				3		3	
休養						4							4		4	4								2				4						2		
備考															文化祭	文化祭	海の日	後片付け・終業式	振休	振休	夏期休業(8/24)															

8月		週休日・祝日合計 12日						「1」の計 4日				「2」の計 7日					平日合計 19日					「3」の計 15日			「4」の計 5日										
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
日	曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施		3	3		3			3	3	3			1				3		3			3	3	3		3			3	3	3				
休養				4							4		2	2	2	2		4			2				4									4	
備考	中学生体験入学											山の日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日									始業式・課題テスト								体育祭準備	体育祭	

9月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 4日				「2」の計 6日						平日合計 20日					「3」の計 11日			「4」の計 9日								
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
日	曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
実施		3				3	3	3		3			3	3	3		3												3	3			
休養				2				4							4			2	2	4	4	4	4		2	2	4	4				4	
備考	体育祭予備日																			考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	海の日	検査期間	中間考查	中間考查	中間考查			耐久登山		

【様式1】 2023 年度 年間指導計画表 (硬式野球部)

※原則週1日以上の休養日を確保しながら、年間で104日(平均して週2日)以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1; 休休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2; 休養日(振替休業日での休養日) 3; 平日活動日 4; 平日休養日

年間 休休日・祝日合計 125 日	「1」の計 83 日	「2」の計 42 日	平日の計 240 日	「3」の計 161 日	「4」の計 80 日	「2・4」の計 122 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4月	休休日・祝日合計 9 日							「1」の計 10 日							「2」の計 0 日							平日合計 21 日							「3」の計 15 日					「4」の計 5 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日									
実施	1	1		3	3	3		1	1	3	3		3	3		3		3	3	3	3	1	1	3		3	3	3	1	1								
休養			4				4						4				4								4													
備考							入学式						課題 テレスト																昭和の日									

5月	休休日・祝日合計 13 日							「1」の計 9 日							「2」の計 2 日							平日合計 18 日							「3」の計 10 日					「4」の計 10 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水							
実施	3		1	1	1	1		3		3								3	1	1		3		3	3	3	3	1	1	3	3							
休養	4								4		4	4	2	2	4	4	4	4	4				4						4									
備考			法 政記念日												考 査期 間																							

6月	休休日・祝日合計 8 日							「1」の計 6 日							「2」の計 2 日							平日合計 22 日							「3」の計 10 日					「4」の計 12 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金								
実施	3	3			3		3	3	3	1	1	3				3	1	1	3											3								
休養						4							4	4	4					4	4	4	4	2	2	4	4	4	4									
備考	高 総体 壮行 式	高 総体 開会 式				開 校 記 念 日							イ ン タ ー ン シ ッ プ																期 末 考 査									

7月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 11日					「2」の計 0日					平日合計 20日					「3」の計 14日				「4」の計 6日						
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
実施			3			3	3	3	3			3		3	3	3			1	1	3			3		3	3	3		3		
休養				4								4				4	4		4						4							
備考																文化祭	文化祭		後片付け・終業式													

8月		週休日・祝日合計 12日					「1」の計 7日					「2」の計 4日				平日合計 19日					「3」の計 15日				「4」の計 5日								
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
日	曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
実施			3	3	3			3		3	3					3	3	3	3			3		3	3	3			3		3		
休養		4								4													4							4		4	
備考	中学生体験入学												山の目	学校の目	学校の目	学校の目																体育祭準備	体育祭

9月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 7日					「2」の計 3日			平日合計 20日					「3」の計 11日				「4」の計 9日							
日	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
日	曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
実施		3			3			3	3	3				3	3	3													3	3	
休養					4								4						2		4	4	4	4	2	2	4	4			4
備考	体育祭予備日																			考查期間	考查期間	考查期間	考查期間			中間考查	中間考查	中間考查			耐久登山

10月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 10日					「2」の計 0日					平日合計 21日					「3」の計 16日					「4」の計 5日				
日	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
実施		3		3	3	3				3	3	3			3		3	3	3			3		3	3	3			3		
休養			4						4							4							4							4	
備考									ス キ ム の 日																						

11月		週休日・祝日合計 10日					「1」の計 4日					「2」の計 6日					平日合計 20日					「3」の計 12日					「4」の計 8日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
実施	3	3				3	3	3	3	3														3			3	3	3	3	
休養					2							2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2			2					
備考			文 化 の 日										考 査 期 間	考 査 期 間	考 査 期 間	考 査 期 間	考 査 期 間	考 査 期 間	考 査 期 間	期 末 考 査	期 末 考 査	期 末 考 査		期 末 考 査							

12月		週休日・祝日合計 11日					「1」の計 4日					「2」の計 7日					平日合計 20日					「3」の計 13日					「4」の計 7日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施	3											3	3	3	3			3	3	3	3				3	3	3	3			
休養				4	4	4	4	4	2	2	4						2					4		2					2	2	2
備考					修 学 旅 行	修 学 予 行	修 学 予 行	修 学 旅 行			2 年 代 休												終 業 式						学 校 閉 校 日	学 校 閉 校 日	学 校 閉 校 日

【様式1】 2023 年度 年間指導計画表（剣道部）

※原則週1日以上の休養日を確保しながら、年間で104日（平均して週2日）以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1；週休日・祝日の活動日（振替休業等での活動日） 2；休養日（振替休業日での休養日） 3；平日活動日 4；平日休養日

年間 週休日・祝日合計 125 日	「1」の計 4 日	「2」の計 122 日	平日の計 240 日	「3」の計 144 日	「4」の計 96 日	「2・4」の計 218 日
-------------------	-----------	-------------	------------	-------------	------------	---------------

4月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 0 日							「2」の計 10 日							平日合計 21 日							「3」の計 13 日							「4」の計 7 日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30												
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日												
実施						3				3	3		3	3			3	3		3	3			3	3		3	3														
休養	2	2	4	4	4		4	2	2				4		2	2				4				2	2			4		2	2											
備考							入学式				始業式	課題テスト	常置委員会		部編成															昭和の日												

5月	週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 2 日							「2」の計 9 日							平日合計 18 日							「3」の計 13 日							「4」の計 7 日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31											
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水											
実施	3	3							3	3		3	3	1	1						3			3	3		3	3		3	3											
休養			2	2	2	2	2				4					4	4	4	4	4	4		2	2			4			2	2		4									
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日											考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	中間考査	中間考査	中間考査																			

6月	週休日・祝日合計 8 日							「1」の計 2 日							「2」の計 7 日							平日合計 22 日							「3」の計 9 日							「4」の計 12 日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30												
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金												
実施	3	3	1	1					3	3			3	3		3	3				3																					
休養					4	2	4				2	2			4				2	2					4	4	4	4	2	2	4	4	4	4								
備考	高総体壮行式	高総体開会式					開校記念日								インターンシップ	インターンシップ	インターンシップ														期末考査	期末考査	期末考査	期末考査								

7月		週休日・祝日合計 11日							「1」の計 0日							「2」の計 11日							平日合計 20日					「3」の計 15日					「4」の計 5日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月						
実施			3	3		3	3			3	3		3	3				3			3			3	3		3	3			3						
休養	2	2			4			2	2			4			4	4	2		2	2		2	2			4			2	2							
備考															文化祭	文化祭	海の日	後片付け・終業式	振休	振休	夏期休業(18/24)																

8月		週休日・祝日合計 12日							「1」の計 0日							「2」の計 11日							平日合計 19日					「3」の計 13日					「4」の計 7日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木						
実施			3	3			3	3		3							3	3			3	3		3	3			3	3								
休養	4	4			2	2			4		2	2	2	2	2	4			2	2			4			2	2			4	4						
備考	中学生体験入学										山の日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日									始業式・課題テスト						体育祭準備	体育祭						

9月		週休日・祝日合計 10日							「1」の計 0日							「2」の計 10日							平日合計 20日					「3」の計 10日					「4」の計 10日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土							
実施	3			3	3		3	3			3	3		3	3													3									
休養		2	2			4				2	2			4			2	2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4		4	2						
備考	体育祭予備日																敬老の日・考査期間	考査期間	考査期間	考査期間	考査期間	秋分の日・考査期間	考査期間	中間考査	中間考査	中間考査			耐久登山								

10月		週休日・祝日合計 10日							「1」の計 0日							「2」の計 10日							平日合計 21日							「3」の計 17日							「4」の計 4日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31												
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火												
実施		3	3		3	3				3		3	3			3	3		3	3			3	3		3	3			3	3												
休養	2			4			2	2	2		4			2	2		4			2	2			4			2	2															
備考										スポーツの日																																	

11月		週休日・祝日合計 10日							「1」の計 0日							「2」の計 10日							平日合計 20日							「3」の計 9日							「4」の計 11日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30													
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木													
実施		3				3	3			3	3													3			3	3		3													
休養	4		2	2	2			4			2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2		2	2			4														
備考			文化の日										考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	考查期間	期末考查	期末考查	期末考查	期末考查	期末考查																			

12月		週休日・祝日合計 11日							「1」の計 0日							「2」の計 11日							平日合計 20日							「3」の計 11日							「4」の計 9日						
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31												
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日												
実施	3											3		3	3			3	3		3	3			3	3		3															
休養		2	2	4	4	4	4	4	2	2	4		4			2	2		4				2	2			4		2	2	2												
備考					修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行		2年代休												終業式						学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日												

