

【様式2】

2024年度 5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	☆								
	火	☆								
8	水	☆								
9	木	☆								
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		14:00	17:00	3:00					
18	土		8:00	11:00	3:00					
19	日		8:00	11:00	3:00					
20	月	☆								
21	火		16:00	18:00	2:00					
22	水		16:00	18:00	2:00					
23	木		16:00	18:00	2:00					
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					
31	金	☆								
					41:00			0:00	0	

休養日累計

8

【様式2】

2024年度 5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		9:00	12:00	3:00					県外遠征
4	土		9:00	12:00	3:00					県外遠征
5	日		9:00	12:00	3:00					県外遠征
6	月	☆								県外遠征
	火	☆								
8	水	☆								
9	木	☆								
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		14:00	17:00	3:00					
18	土		9:00	12:00	3:00					
19	日		9:00	12:00	3:00					
20	月	☆								
21	火		15:00	19:00	4:00					
22	水		15:00	19:00	4:00					
23	木		15:00	19:00	4:00					
24	金		15:00	19:00	4:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日		9:00	12:00	3:00					
27	月	☆								
28	火		15:00	19:00	4:00					
29	水		15:00	19:00	4:00					
30	木		15:00	19:00	4:00					
31	金		14:00	18:00	4:00					
					62:00			0:00	0	

休養日累計

6

【様式2】

2024年度 5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		9:00	12:00	3:00					
6	月	☆								
	火		16:00	18:00	2:00					
8	水	☆								
9	木	☆								
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		16:00	18:00	2:00					
18	土		9:00	12:00	3:00					
19	日		9:00	12:00	3:00					
20	月	☆								
21	火		16:00	18:00	2:00					
22	水		16:00	18:00	2:00					
23	木		16:00	18:00	2:00					
24	金		16:00	18:00	2:00					
25	土		16:00	18:00	2:00					
26	日		16:00	18:00	2:00					
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					
31	金		16:00	18:00	2:00					
					43:00			0:00	0	

休養日累計

8

【様式2】

2024年度 5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									
2	木	☆								
3	金		16:40	17:40	1:00					
4	土		12:00	15:00	3:00					
5	日		12:00	15:00	3:00					
6	月		12:00	15:00	3:00					
	火	☆								
8	水	☆								
9	木	☆								
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		16:40	17:40	1:00					
18	土		12:00	15:00	3:00					
19	日		12:00	15:00	3:00					
20	月	☆								
21	火		15:00	16:00	1:00					
22	水		15:00	16:00	1:00					
23	木	☆								
24	金		15:00	16:00	1:00					
25	土		12:00	15:00	3:00					
26	日		12:00	15:00	3:00					
27	月	☆								
28	火		15:00	16:00	1:00					
29	水		15:00	16:00	1:00					
30	木	☆								
31	金		15:00	16:00	1:00					
					29:00			0:00	0	

休養日累計

29

【様式2】

2024年度 5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	☆								
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		9:00	12:00	3:00					
	火	☆								
8	水		16:00	18:00	2:00					
9	木	☆								
10	金		16:00	18:00	2:00					
11	土		8:00	17:00	9:00					
12	日		8:00	17:00	9:00					
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		14:00	17:00	3:00					
18	土		9:00	12:00	3:00					
19	日	☆								
20	月		16:00	18:00	2:00					
21	火		16:00	18:00	2:00					
22	水	☆								
23	木		16:00	18:00	2:00					
24	金		8:00	17:00	9:00					
25	土		8:00	17:00	9:00					
26	日		8:00	17:00	9:00					
27	月		8:00	15:00	7:00					
28	火	☆								
29	水	☆								
30	木		16:00	18:00	2:00					
31	金		16:00	18:00	2:00					
					83:00			0:00	0	

休養日累計 0

【様式2】

2024年度 5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		8:30	11:30	3:00					
4	土	☆								
5	日	☆								
6	月		16:00	18:00	2:00					
	火		16:00	18:00	2:00					
8	水	☆								
9	木		16:00	17:00	1:00					
10	金		16:00	17:00	1:00					
11	土		6:30	16:30	10:00					
12	日		6:30	16:30	10:00					
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		14:00	16:00	2:00					
18	土		8:30	11:30	3:00					
19	日	☆								
20	月		15:00	18:00	3:00					
21	火		15:00	18:00	3:00					
22	水	☆								
23	木		15:00	18:00	3:00					
24	金		15:00	18:00	3:00					
25	土		8:30	11:30	3:00					
26	日	☆								
27	月		15:00	18:00	3:00					
28	火		15:00	18:00	3:00					
29	水	☆								
30	木		15:00	18:00	3:00					
31	金		15:00	18:00	3:00					
					65:00			0:00	0	

休養日累計

10

【様式2】

2024年度 5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		15:45	17:30	1:45					
3	金	☆								
4	土	☆								
5	日	☆								
6	月	☆								
	火		15:45	17:30	1:45					
8	水		15:45	17:30	1:45					
9	木		15:45	17:30	1:45					
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月		15:45	17:30	1:45					
14	火		15:45	17:30	1:45					
15	水		15:45	17:30	1:45					
16	木		15:45	17:30	1:45					
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月		15:45	17:30	1:45					
21	火		15:45	17:30	1:45					
22	水		15:45	17:30	1:45					
23	木		15:45	17:30	1:45					
24	金	☆								
25	土	☆								
26	日	☆								
27	月		15:45	17:30	1:45					
28	火		15:45	17:30	1:45					
29	水		15:45	17:30	1:45					
30	木		15:45	17:30	1:45					
31	金	☆								
					29:45			0:00	0	

休養日累計 0

【様式2】

2024年度 5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		15:40	17:40	2:00					
2	木		15:40	17:40	2:00					
3	金		15:40	17:40	2:00					
4	土		9:00	12:00	3:00					
5	日	☆								
6	月	☆								
	火		15:40	17:40	2:00					
8	水	☆								
9	木	☆								
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金		15:40	17:40	2:00					
18	土		9:00	12:00	3:00					
19	日	☆								
20	月		15:40	17:40	2:00					
21	火		15:40	17:40	2:00					
22	水		15:40	17:40	2:00					
23	木		15:40	17:40	2:00					
24	金	☆								
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		15:40	17:40	2:00					
30	木		15:40	17:40	2:00					
31	金	☆								
					35:00			0:00	0	

休養日累計

11