

【様式2】

2024年度 10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	火		16:00	18:00	2:00				○	
2	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
3	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
4	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
5	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
6	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
7	月	☆				16:00	18:00	2:00		
8	火		16:00	18:00	2:00				○	
9	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
12	土		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		
13	日		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		
14	月		8:00	11:00	3:00	8:00	13:00	5:00		
15	火	☆							○	
16	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
18	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
19	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
20	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
21	月	☆				16:00	18:00	2:00		
22	火		16:00	18:00	2:00				○	
23	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
24	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
25	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
26	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
27	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
28	月	☆							○	
29	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
31	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
					63:00			73:00	5	

休養日累計

74

【様式2】

2024年度 10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	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
2	水		16:00	19:00	3:00				○	
3	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
4	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
5	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
6	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
7	月	☆				16:00	19:00	3:00		
8	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
9	水		16:00	19:00	3:00				○	
10	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
11	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
12	土		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00		
13	日		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00		
14	月		9:00	12:00	3:00				○	
15	火	☆				16:00	19:00	3:00		
16	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
17	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
18	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
19	土		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00		
20	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
21	月	☆				16:00	19:00	3:00		
22	火		16:00	19:00	3:00				○	
23	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
24	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
25	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
26	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
27	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
28	月	☆				16:00	19:00	3:00		
29	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
30	水		16:00	19:00	3:00				○	
31	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
					81:00			78:00	5	

休養日累計

53

【様式2】

2024年度 10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	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	水		16:00	18:00	2:00				○	
3	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
4	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
5	土		9:00	15:00	6:00	9:00	13:00	4:00		
6	日	☆				8:00	14:00	6:00		
7	月		16:00	18:00	2:00				○	
8	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
12	土		9:00	15:00	6:00	8:00	13:00	5:00		
13	日		9:00	15:00	6:00	8:00	13:00	5:00		
14	月	☆							○	
15	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
18	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
19	土		9:00	15:00	6:00	9:00	13:00	4:00		
20	日		9:00	15:00	6:00	9:00	13:00	4:00		
21	月	☆							○	
22	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	水		16:00	18:00	2:00					
24	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
25	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
26	土		9:00	15:00	6:00				○	
27	日	☆							○	
28	月		16:00	18:00	2:00				○	
29	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
31	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
					78:00			62:00	7	

休養日累計

85

【様式2】

2024年度 10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	火		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
2	水		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
3	木		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
4	金	☆				16:45	17:30	0:45		
5	土	☆				9:00	12:00	3:00		
6	日	☆							○	
7	月		15:45	17:30	1:45	16:45	17:30	0:45		
8	火		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
9	水		16:45	17:30	0:45	16:45	18:30	1:45		
10	木		16:45	17:30	0:45	16:45	18:30	1:45		
11	金	☆				15:45	17:30	1:45		
12	土	☆				9:00	12:00	3:00		
13	日	☆							○	
14	月	☆				9:00	12:00	3:00		
15	火		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
16	水		16:45	17:30	0:45	15:45	18:30	2:45		
17	木		13:00	16:20	3:20	13:00	16:20	3:20		
18	金	☆	15:45	18:30	2:45	15:45	17:30	1:45		
19	土	☆				9:00	17:00	8:00		↓
20	日	☆				9:00	17:00	8:00		
21	月								○	
22	火		16:45	17:30	0:45				○	
23	水		16:45	17:30	0:45				○	
24	木		16:45	17:30	0:45				○	
25	金	☆							○	
26	土	☆							○	
27	日	☆							○	
28	月		15:45	17:30	1:45	15:45	17:30	1:45		
29	火		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
30	水		16:45	17:30	0:45				○	
31	木		16:45	17:30	0:45	16:45	17:30	0:45		
					20:05			46:35	10	

休養日累計

113

【様式2】

2024年度 10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	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
2	水		15:40	17:40	2:00				○	
3	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
4	金	☆							○	
5	土		9:00	12:00	3:00				○	
6	日	☆							○	
7	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
8	火		15:40	17:40	2:00				○	
9	水		15:40	17:40	2:00				○	
10	木		15:40	17:40	2:00				○	
11	金	☆							○	
12	土		9:00	12:00	3:00				○	
13	日	☆							○	
14	月	☆							○	
15	火		15:40	17:40	2:00				○	
16	水		15:40	17:40	2:00				○	
17	木		15:40	17:40	2:00				○	
18	金		15:40	17:40	2:00				○	
19	土		9:00	12:00	3:00				○	
20	日	☆							○	
21	月		15:40	17:40	2:00				○	
22	火		15:40	17:40	2:00				○	
23	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
24	木		15:40	17:40	2:00				○	
25	金	☆							○	
26	土		9:00	12:00	3:00				○	
27	日	☆							○	
28	月		15:40	17:40	2:00				○	
29	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
30	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
31	木		15:40	17:40	2:00				○	
					50:00				12:00	25

休養日累計

129

【様式2】

2024年度 10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	火		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
2	水		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
3	木		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
4	金		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
5	土	☆	9:00	12:00	3:00				○	
6	日	☆	9:00	12:00	3:00				○	
7	月					16:00	18:00	2:00		
8	火		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
9	水		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
10	木		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
11	金		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
12	土	☆	9:00	12:00	3:00	8:00	16:00	8:00		
13	日	☆	9:00	12:00	3:00	8:00	15:00	7:00		
14	月	☆	9:00	12:00	3:00				○	
15	火								○	
16	水		16:00	19:00	3:00				○	
17	木		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
18	金		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
19	土	☆	9:00	12:00	3:00				○	
20	日	☆	9:00	12:00	3:00				○	
21	月					16:00	18:00	2:00		
22	火		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
23	水	☆	16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
24	木		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
25	金		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
26	土		9:00	12:00	3:00				○	
27	日		9:00	12:00	3:00				○	
28	月	☆				16:00	18:00	2:00		
29	火		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
30	水		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
31	木		16:00	19:00	3:00	16:00	18:00	2:00		
					81:00			55:00	9	

休養日累計

96