

【様式2】

2024年度 11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		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	土		8:00	11:00	3:00				○	
3	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
4	月		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
5	火	☆							○	
6	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
10	日		8:00	11:00	3:00				○	
11	月	☆							○	
12	火	☆							○	
13	水	☆							○	
14	木	☆							○	
15	金	☆							○	
16	土	☆							○	
17	日	☆							○	
18	月	☆							○	
19	火	☆							○	
20	水	☆							○	
21	木	☆							○	
22	金		14:00	17:00	3:00	14:00	17:00	3:00		
23	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
24	日		8:00	11:00	3:00				○	
25	月	☆				16:00	18:00	2:00		
26	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
27	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	金	☆							○	
30	土		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		
					41:00			39:00	16	

休養日累計

90

【様式2】

2024年度 11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		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
2	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
3	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	月		9:00	12:00	3:00				○	
5	火	☆				16:00	19:00	3:00		
6	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
7	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
8	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
9	土		8:00	18:00	10:00	8:00	18:00	10:00		
10	日		8:00	18:00	10:00	8:00	18:00	10:00		
11	月	☆							○	
12	火	☆							○	
13	水	☆							○	
14	木	☆							○	
15	金	☆				17:00	19:00	2:00		
16	土	☆				9:00	18:00	9:00		
17	日	☆				9:00	12:00	3:00		
18	月	☆							○	
19	火	☆							○	
20	水	☆							○	
21	木	☆							○	
22	金		16:00	19:00	3:00	13:00	16:00	3:00		
23	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
24	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
25	月	☆				16:00	19:00	3:00		
26	火		16:00	19:00	3:00				○	
27	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
28	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
29	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
30	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
					65:00			79:00	10	

休養日累計

63

【様式2】

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

休養日累計

100

【様式2】

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

休養日累計

133

【様式2】

2024年度 11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		15:40	17:40	2:00				○	
6	水		15:40	17:40	2:00				○	
7	木		15:40	17:40	2:00	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	☆							○	
13	水	☆							○	
14	木	☆							○	
15	金	☆							○	
16	土	☆							○	
17	日	☆							○	
18	月	☆							○	
19	火	☆							○	
20	水	☆							○	
21	木	☆							○	
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	15:40	17:40	2:00		
26	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
27	水		15:40	17:40	2:00	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				○	
					32:00			10:00	25	

休養日累計

154

【様式2】

2024年度 11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		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	土	☆							○	
3	日	☆							○	
4	月	☆							○	
5	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
6	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	土	☆							○	
10	日	☆							○	
11	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	水								○	
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	土		6:00	17:00	11:00	6:00	17:00	11:00		
17	日		6:00	15:00	9:00	6:00	13:00	7:00		
18	月	☆							○	
19	火	☆							○	
20	水	☆							○	
21	木	☆							○	
22	金	☆							○	
23	土	☆							○	
24	日	☆							○	
25	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
26	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
27	水								○	
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	土	☆								
					46:00			44:00	14	

休養日累計

110