

【様式2】

2025年度 4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		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
2	水	☆							○	
3	木		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
4	金		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
5	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
6	日	☆							○	
	月	☆							○	
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		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
13	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
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		8:00	11:00	3:00				○	
	日		8:00	11:00	3:00				○	
21	月	☆							○	
22	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	水		16:00	18:00	2:00	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	16:00	8:00		東北ブロック合宿
27	日		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		
28	月		16:00	18:00	2:00	8:00	16:00	8:00		
29	火		16:00	18:00	2:00	8:00	16:00	8:00		↓
30	水	☆							○	
					58:00			74:00	8	

休養日累計

8

【様式2】

2025年度 4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				
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		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
2	水	☆							○	
3	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	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		
	月	☆							○	
8	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
9	水		16:00	19:00	3:00	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	9:00	12:00	3:00		
13	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
14	月		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
15	火	☆							○	
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		12:00	15:00	3:00	12:00	15:00	3:00		強化遠征
	日		12:00	15:00	3:00	12:00	15:00	3:00		強化遠征
21	月	☆							○	
22	火		16:00	19:00	3:00	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		8:00	17:00	9:00	8:00	18:00	10:00		春季大会
27	日		8:00	17:00	9:00	8:00	17:00	9:00		春季大会
28	月	☆				16:00	19:00	3:00		
29	火		8:00	12:00	4:00				○	
30	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
					88:00			88:00	5	

休養日累計 5

【様式2】

2025年度 4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	☆							○	
2	水	☆							○	
3	木		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
4	金		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
5	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
6	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
	月	☆							○	
8	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	水	☆							○	
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	16:00	7:00	7:00	16:00	9:00		
13	日	☆				9:00	13:00	4:00		
14	月		16:00	18:00	2:00				○	
15	火	☆				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				○	
18	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
19	土		9:00	16:00	7:00	9:00	17:00	8:00		
	日		9:00	16:00	7:00	9:00	17:00	8:00		
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	16:00	7:00	8:00	14:00	6:00		
27	日		9:00	16:00	7:00	8:00	14:00	6:00		
28	月	☆							○	
29	火		16:00	18:00	2:00				○	
30	水	☆				16:00	18:00	2:00		
					75:00			77:00	10	

休養日累計

10

【様式2】

2025年度 4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		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
2	水		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
3	木	☆							○	
4	金		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
5	土	☆							○	
6	日	☆							○	
	月	☆							○	
8	火		16:00	18:00	2:00	16:00	19:00	3:00		
9	水		16:00	18:00	2:00	16:00	19:00	3:00		
10	木		16:00	18:00	2:00	16:00	19:00	3:00		
11	金		16:00	18:00	2:00	16:00	19:00	3:00		
12	土	☆							○	
13	日	☆							○	
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		7:00	17:00	10:00	7:00	17:00	10:00		地区春季大会
	日	☆							○	
21	月	☆							○	
22	火		16:00	18:00	2:00	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	☆							○	
27	日	☆							○	
28	月	☆							○	
29	火		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
30	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
					48:00			52:00	12	

休養日累計

12

【様式2】

2025年度 4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	火	☆							○	
2	水	☆							○	
3	木	☆							○	
4	金	☆							○	
5	土	☆							○	
6	日	☆							○	
	月	☆							○	
8	火	☆							○	
9	水	☆							○	
10	木	☆							○	
11	金	☆							○	
12	土	☆							○	
13	日	☆							○	
14	月		15:40	16:10	0:30	15:40	16:10	0:30		部編成
15	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:20	1:20		
16	水	☆							○	
17	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:45	1:45		
18	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
19	土					9:00	12:00	3:00		
	日	☆							○	
21	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:45	1:45		
22	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:50	1:50		
23	水	☆							○	
24	木	☆							○	
25	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:35	1:35		
26	土								○	
27	日	☆							○	
28	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
29	火								○	
30	水	☆							○	
					14:30			14:45	21	

休養日累計

21

【様式2】

2025年度 4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	☆							○	
2	水	☆							○	
3	木	☆							○	
4	金	☆							○	
5	土	☆							○	
6	日	☆							○	
	月	☆							○	
8	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
9	水		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
10	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
11	金	☆							○	
12	土	☆							○	
13	日	☆							○	
14	月		15:40	17:30	1:50	15:40	16:10	0:30		部編成
15	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
16	水		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
17	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
18	金	☆							○	
19	土	☆							○	
	日	☆							○	
21	月		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
22	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
23	水		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
24	木		15:40	17:30	1:50	15:10	17:00	1:50		
25	金	☆							○	
26	土	☆							○	
27	日	☆							○	
28	月		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
29	火	☆							○	
30	水		15:40	17:30	1:50				○	
					23:50			20:40	17	

休養日累計

17

【様式2】

2025年度 4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		9:00	12:00	3:00				○	
2	水		9:00	12:00	3:00				○	
3	木		9:00	12:00	3:00				○	
4	金		9:00	12:00	3:00				○	
5	土		9:00	12:00	3:00				○	
6	日	☆							○	
	月		15:40	17:40	2:00				○	
8	火	☆							○	
9	水		15:40	17:40	2:00				○	
10	木		15:40	17:40	2:00				○	
11	金		15:40	17:40	2:00				○	
12	土		9:00	12:00	3:00				○	
13	日	☆							○	
14	月		15:40	17:40	2:00				○	
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	☆							○	
19	土		9:00	12:00	3:00				○	
	日	☆							○	
21	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
22	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
23	水	☆							○	
24	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
25	金		15:40	17:40	2:00				○	
26	土		9:00	12:00	3:00				○	
27	日	☆							○	
28	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
29	火		15:40	17:40	2:00				○	
30	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
					54:00			10:00	25	

休養日累計

25

【様式2】

2025年度 4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		ボランティアサークル				
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	○							○	
2	水	○							○	
3	木	○							○	
4	金	○							○	
5	土	○							○	
6	日	○							○	
	月	○							○	
8	火	○							○	
9	水	○							○	
10	木	○							○	
11	金	○							○	
12	土	○							○	
13	日	○							○	
14	月	○							○	部編成
15	火	○							○	
16	水	○							○	
17	木	○							○	
18	金	○							○	
19	土		8:45	10:30	1:45	8:45	10:30	1:45		
	日	○							○	
21	月	○							○	
22	火	○							○	
23	水	○							○	
24	木	○							○	
25	金	○							○	
26	土	○							○	
27	日		8:45	10:00	1:45	8:45	10:00	1:45		
28	月	○							○	
29	火	○	9:00	13:15	4:15	9:00	13:15	4:15		
30	水	○							○	
					7:45			7:45	27	

休養日累計

27