

【様式2】

2025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	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	金		16:00	18:00	2:00				○	
3	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
4	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
5	月	☆							○	
6	火	☆							○	
7	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
11	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
12	月	☆							○	
13	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
18	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
19	月	☆							○	
20	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
21	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
24	土		8:00	11:00	3:00					
25	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
26	月	☆							○	
27	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
28	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	金	☆							○	
31	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
					59:00			54:00	7	

休養日累計

15

【様式2】

2025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				
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	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
2	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
3	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
5	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
6	火		9:00	12:00	3:00				○	
7	水	☆				16:00	19:00	3:00		
8	木		16:00	19:00	3:00				○	
9	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
10	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
11	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
12	月	☆							○	
13	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
14	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
15	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
16	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
17	土		12:00	15:00	3:00	14:00	17:00	3:00		強化遠征
18	日		9:00	12:00	3:00	9:00	13:00	4:00		強化遠征
19	月	☆							○	
20	火		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
21	水		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
22	木		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
23	金		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
24	土		12:00	15:00	3:00	12:00	15:00	3:00		
25	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
26	月	☆							○	
27	火		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
28	水		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
29	木		16:00	19:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
30	金		13:00	16:00	3:00	15:00	18:00	3:00		
31	土		8:00	18:00	10:00	8:00	18:00	10:00		高校総体
					88:00			86:00	5	

休養日累計

10

【様式2】

2025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	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	金	☆				16:00	18:00	2:00		
3	土		9:00	13:00	4:00	8:00	13:00	5:00		
4	日		9:00	13:00	4:00	8:00	13:00	5:00		
5	月		9:00	13:00	4:00	8:00	13:00	5:00		
6	火	☆							○	
7	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	木	☆				16:00	18:00	2:00		
9	金		16:00	18:00	2:00				○	
10	土		9:00	13:00	4:00				○	
11	日		9:00	13:00	4:00				○	
12	月	☆							○	
13	火		16:00	18:00	2:00				○	
14	水		16:00	18:00	2:00				○	
15	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
18	日	☆				9:00	13:00	4:00		
19	月		16:00	18:00	2:00	9:00	13:00	4:00		
20	火	☆				9:00	13:00	4:00		
21	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
24	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
25	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
26	月	☆							○	
27	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
28	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	木	☆				16:00	18:00	2:00		
30	金		16:00	18:00	2:00				○	
31	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
					64:00			67:00	9	

休養日累計

19

【様式2】

2025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	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
3	土	☆							○	
4	日	☆	9:00	16:00	7:00	9:00	16:00	7:00		
5	月								○	
6	火		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
7	水	☆	16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	土		7:00	17:00	10:00	7:00	19:00	12:00		県春季大会
11	日		7:00	14:00	7:00	7:00	15:00	8:00		県春季大会
12	月	☆							○	
13	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	土	☆							○	
18	日	☆							○	
19	月	☆							○	
20	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
21	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	金								○	
24	土	☆							○	
25	日	☆							○	
26	月	☆							○	
27	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
28	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	金		11:00	15:00	4:00	11:00	15:00	4:00		
31	土		6:30	16:00	9:30	6:00	16:00	10:00		高校総体
					70:30				74:00	10

休養日累計

22

【様式2】

2025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	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:35	1:35		
2	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
3	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	日								○	
5	月	☆							○	
6	火	☆				9:00	12:00	3:00		
7	水		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
8	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:45	1:45		
10	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
11	日	☆							○	
12	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	水		16:00	18:00	2:00	16:00	17:00	1:00		
15	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
16	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
18	日	☆							○	
19	月		15:30	18:00	2:30	15:15	16:30	1:15		
20	火		15:30	18:00	2:30	15:00	17:10	2:10		
21	水		15:30	18:00	2:30	15:00	16:40	1:40		
22	木		15:30	18:00	2:30	15:00	15:35	0:35		
23	金		7:30	14:30	7:00	7:30	14:30	7:00		高総体
24	土								○	
25	日								○	
26	月								○	
27	火	☆				15:00	17:30	2:30		
28	水	☆				15:30	17:35	2:05		
29	木		15:30	17:30	2:00	15:00	17:00	2:00		
30	金								○	
31	土								○	
					48:00				48:05	9

休養日累計

30

【様式2】

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

休養日累計

31

【様式2】

2025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	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
2	金	☆							○	
3	土		9:00	12:00	3:00				○	
4	日	☆							○	
5	月	☆							○	
6	火		15:40	17:40	2:00				○	
7	水		15:40	17:40	2:00				○	
8	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
9	金		15:40	17:40	2:00				○	
10	土		9:00	12:00	3:00				○	
11	日	☆							○	
12	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
13	火		15:40	17:40	2:00				○	
14	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
15	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
16	金	☆							○	
17	土		9:00	12:00	3:00				○	
18	日	☆							○	
19	月		15:40	17:40	2:00	14:40	16:40	2:00		
20	火		15:40	17:40	2:00				○	
21	水		15:40	17:40	2:00	14:40	16:40	2:00		
22	木		15:40	17:40	2:00				○	
23	金	☆							○	
24	土		9:00	12:00	3:00				○	
25	日	☆							○	
26	月		15:40	17:40	2:00				○	
27	火		15:40	17:40	2:00	14:40	16:40	2:00		
28	水		15:40	17:40	2:00	14:40	16:40	2:00		
29	木		15:40	17:40	2:00	14:40	16:40	2:00		
30	金	☆							○	
31	土		9:00	12:00	3:00				○	
					49:00			20:00	21	

休養日累計

46

【様式2】

2025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		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	木	☆							○	
2	金	☆							○	
3	土	☆							○	
4	日		8:45	10:00	1:45	8:45	10:00	1:45		
5	月	☆							○	
6	火	☆							○	
7	水	☆							○	
8	木	☆							○	
9	金	☆							○	
10	土	☆							○	
11	日		8:45	10:30	1:45	8:45	10:30	1:45		
12	月	☆							○	
13	火	☆							○	
14	水	☆							○	
15	木		15:50	16:50	1:00	15:50	16:50	1:00		ミーティング
16	金	☆							○	
17	土	☆							○	
18	日	☆							○	
19	月	☆							○	
20	火	☆							○	
21	水	☆							○	
22	木		15:50	16:50	1:00	15:50	16:50	1:00		ミーティング
23	金	☆							○	
24	土	☆							○	
25	日	☆							○	
26	月					12:20	12:35	0:15		保健室にて活動
27	火					12:20	12:35	0:15		保健室にて活動
28	水					12:20	12:35	0:15		保健室にて活動
29	木		15:50	16:50	1:00	12:20	12:35	0:15		保健室にて活動
30	金					12:20	12:35	0:15		保健室にて活動
31	土	☆							○	
					6:30			6:45	22	

休養日累計

49