

【様式2】

2025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	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	☆								
7	火		16:00	18:00	2:00					
8	水		16:00	18:00	2:00					
9	木		16:00	18:00	2:00					
10	金		16:00	18:00	2:00					
11	土	☆								
12	日		8:00	11:00	3:00					
13	月		8:00	11:00	3:00					
14	火		8:00	11:00	3:00					
15	水	☆								
16	木		16:00	18:00	2:00					
17	金		16:00	18:00	2:00					
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		16:00	18:00	2:00					
					61:00			0:00	0	

休養日累計

60

【様式2】

2025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		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		16:00	19:00	3:00					
4	土		9:00	12:00	3:00					
5	日		9:00	12:00	3:00					
6	月	☆								
7	火		16:00	19:00	3:00					
8	水		16:00	19:00	3:00					
9	木		16:00	19:00	3:00					
10	金		16:00	19:00	3:00					
11	土	☆								
12	日		9:00	12:00	3:00					
13	月		9:00	12:00	3:00					
14	火		9:00	12:00	3:00					
15	水	☆								
16	木		16:00	19:00	3:00					
17	金		16:00	19:00	3:00					
18	土		9:00	12:00	3:00					
19	日		9:00	12:00	3:00					
20	月	☆								
21	火		16:00	19:00	3:00					
22	水		16:00	19:00	3:00					
23	木		16:00	19:00	3:00					
24	金		16:00	19:00	3:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日		9:00	12:00	3:00					
27	月	☆								
28	火		16:00	19:00	3:00					
29	水		16:00	19:00	3:00					
30	木		16:00	19:00	3:00					
31	金		16:00	19:00	3:00					
					78:00			0:00	0	

休養日累計

48

【様式2】

2025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	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		9:00	13:00	4:00					
5	日	☆								
6	月		16:00	18:00	2:00					
7	火	☆								
8	水		16:00	18:00	2:00					
9	木		16:00	18:00	2:00					
10	金		16:00	18:00	2:00					
11	土	☆								
12	日		9:00	13:00	4:00					
13	月		16:00	18:00	2:00					
14	火	☆								
15	水	☆								
16	木		16:00	18:00	2:00					
17	金		16:00	18:00	2:00					
18	土		9:00	13:00	4:00					
19	日		9:00	13:00	4:00					
20	月		16:00	18:00	2:00					
21	火	☆								
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		9:00	13:00	4:00					
26	日		9:00	13:00	4:00					
27	月		16:00	18:00	2:00					
28	火	☆								
29	水		16:00	18:00	2:00					
30	木		16:00	18:00	2:00					
31	金		16:00	18:00	2:00					
					60:00			0:00	0	

休養日累計

89

【様式2】

2025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	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	☆	7:30	17:00	9:30					
5	日	☆								
6	月	☆								
7	火		16:00	18:00	2:00					
8	水		16:00	18:00	2:00					
9	木		16:00	18:00	2:00					
10	金									
11	土	☆								
12	日									
13	月	☆								
14	火	☆	8:30	11:30	3:00					
15	水	☆	16:00	18:00	2:00					
16	木		16:00	18:00	2:00					
17	金		16:00	18:00	2:00					
18	土	☆								
19	日	☆								
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	☆								
26	日	☆								
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					
					46:30			0:00	0	

休養日累計

98

【様式2】

2025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		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		16:00	18:00	2:00					
4	土		9:00	12:00	3:00					
5	日	☆								
6	月		16:00	18:00	2:00					
7	火		16:00	18:00	2:00					
8	水	☆								
9	木		16:00	18:00	2:00					
10	金		16:00	18:00	2:00					
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水		16:00	18:00	2:00					
16	木		16:00	18:00	2:00					
17	金		16:00	18:00	2:00					
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		16:00	18:00	2:00					
23	木		16:00	18:00	2:00					
24	金		16:00	18:00	2:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日		9:00	12:00	3:00					県秋季
27	月	☆								
28	火		16:00	18:00	2:00					
29	水	☆								
30	木		16:00	18:00	2:00					
31	金		16:00	18:00	2:00					
					46:00			0:00	0	

休養日累計

107

【様式2】

2025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	予定			実績				備考
		休養予定日	開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	水	☆								
2	木		15:40	17:30	1:50					
3	金	☆								
4	土	☆								
5	日	☆								
6	月		15:40	17:30	1:50					
7	火		15:40	17:30	1:50					
8	水	☆								
9	木		15:40	17:30	1:50					
10	金	☆								
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水		15:40	17:30	1:50					
16	木		15:40	17:30	1:50					
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月		15:40	17:30	1:50					
21	火	☆								
22	水		15:40	17:30	1:50					
23	木		15:40	17:30	1:50					
24	金	☆								
25	土	☆								
26	日	☆								
27	月		15:40	17:30	1:50					
28	火	☆								
29	水		15:40	17:30	1:50					
30	木		15:40	17:30	1:50					
31	金	☆								
					22:00				0:00	0

休養日累計

105

【様式2】

2025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	水		15:40	17:40	2:00					
2	木		15:40	17:40	2:00					
3	金	☆								
4	土		9:00	12:00	3:00					
5	日	☆								
6	月		15:40	17:40	2:00					
7	火		15:40	17:40	2:00					
8	水		15:40	17:40	2:00					
9	木		15:40	17:40	2:00					
10	金		15:40	17:40	2:00					
11	土	☆								
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火		9:00	12:00	3:00					
15	水		15:40	17:40	2:00					
16	木		15:40	17:40	2:00					
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	☆								
					48:00			0:00	0	

休養日累計

138

【様式2】

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

休養日累計

49