

【様式2】

2025年度 12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	月	☆							○	県スキー連盟合宿	
2	火		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
3	水		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
4	木		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
5	金		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
6	土		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
	日		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
8	月	☆							○		
9	火		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
10	水		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
11	木		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
12	金		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
13	土		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00		高体連合宿	
14	日		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
15	月	☆							○		
16	火		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
17	水		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
18	木		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
19	金		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
20	土		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00		学校合宿	
21	日		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
22	月	☆							○		
23	火		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
24	水		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
25	木		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
26	金		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
27	土		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
28	日		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
29	月		8:00	16:00	8:00	8:00	16:00	8:00			
30	火	☆				8:00	11:00	3:00			
31	水	☆							○		
					200:00				203:00	5	

【様式2】

2025年度 12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	月	☆							○		
2	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
3	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
4	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
5	金		16:00	19:00	3:00				○		
6	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
8	月	☆							○		
9	火		16:00	19:00	3:00				○		
10	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
11	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
12	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
13	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
14	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
15	月	☆							○		
16	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
17	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
18	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
19	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
20	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
21	日		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00			
22	月	☆							○		
23	火		14:00	17:00	3:00	16:00	19:00	3:00			
24	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
25	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
26	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00			
27	土		8:00	17:00	9:00	9:00	17:00	8:00		二次予選補助	
28	日		8:00	17:00	9:00	9:00	17:00	8:00		二次予選補助	
29	月	☆							○		
30	火	☆							○		
31	水	☆							○		
					84:00				76:00	9	

【様式2】

2025年度 12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	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00	○		
2	火	☆							○		
3	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
4	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
5	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
6	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00			
	日	☆							○		
8	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
9	火		16:00	18:00	2:00				○		
10	水		16:00	18:00	2:00				○		
11	木	☆							○		
12	金	☆							○		
13	土	☆							○		
14	日	☆							○		
15	月	☆							○		
16	火	☆							○		
17	水	☆							○		
18	木	☆							○		
19	金	☆							○		
20	土		9:00	13:00	4:00	11:30	16:30	5:00			
21	日	☆				9:00	13:00	4:00			
22	月		16:00	18:00	2:00				○		
23	火	☆							○		
24	水		9:00	13:00	4:00	10:00	12:00	2:00			
25	木		9:00	13:00	4:00	10:00	12:00	2:00			
26	金		9:00	13:00	4:00				○		
27	土	☆							○		
28	日	☆							○		
29	月	☆							○		
30	火	☆							○		
31	水	☆							○		
					36:00				27:00	22	

【様式2】

2025年度 12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	月	☆							○		
2	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
3	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
4	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
5	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
6	土	☆							○		
	日	☆							○		
8	月	☆							○		
9	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
10	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
11	木		16:00	17:30	1:30	16:00	17:30	1:30			
12	金	☆	16:00	17:30	1:30	16:00	17:30	1:30			
13	土	☆							○		
14	日	☆							○		
15	月	☆							○		
16	火	☆	16:00	17:30	1:30	16:00	17:30	1:30			
17	水	☆	16:00	17:30	1:30	16:00	17:30	1:30			
18	木	☆	16:00	17:30	1:30	16:00	17:30	1:30			
19	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00			
20	土	☆							○		
21	日	☆							○		
22	月	☆							○		
23	火		15:00	17:00	2:00	11:00	13:00	2:00			
24	水		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
25	木		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
26	金		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00			
27	土	☆							○		
28	日	☆							○		
29	月	☆							○		
30	火	☆							○		
31	水	☆							○		
					32:30				32:30	15	

【様式2】

2025年度 12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	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:55	1:55		
3	水	☆							○	
4	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
5	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
6	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
	日	☆							○	
8	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:40	1:40		
9	火		16:00	18:00	2:00				○	
10	水	☆							○	
11	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:50	1:50		
12	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:40	1:40		
13	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
14	日	☆							○	
15	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:50	1:50		
16	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:50	1:50		
17	水	☆							○	
18	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:40	1:40		
19	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:40	1:40		
20	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
21	日	☆							○	
22	月								○	
23	火		13:30	15:00	1:30	12:30	14:05	1:35		
24	水		9:00	12:00	3:00	9:00	10:48	1:48		
25	木		9:00	12:00	3:00	9:00	10:35	1:35		
26	金	☆							○	
27	土	☆							○	
28	日	☆							○	
29	月	☆							○	
30	火	☆							○	
31	水	☆							○	
					40:30				33:33	14

休養日累計

155

【様式2】

2025年度 12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	月		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
2	火	☆							○		
3	水		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
4	木	☆							○		
5	金	☆							○		
6	土	☆							○		
7	日	☆							○		
8	月		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
9	火		15:50	17:30	1:40					地震による全校下校のため	
10	水	☆							○		
11	木		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
12	金	☆							○		
13	土	☆							○		
14	日	☆							○		
15	月	☆							○		
16	火		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
17	水		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
18	木		15:50	17:30	1:40	15:50	17:30	1:40			
19	金	☆							○		
20	土	☆							○		
21	日	☆							○		
22	月		15:50	17:30	1:40	14:50	16:30	1:40			
23	火	☆							○		
24	水	☆							○		
25	木	☆							○		
26	金	☆							○		
27	土	☆							○		
28	日	☆							○		
29	月	☆							○		
30	火	☆							○		
31	水	☆							○		
					15:00				13:20	22	

休養日累計 170

【様式2】

2025年度 12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	月		15:40	17:40	2:00				○		
2	火		15:40	17:40	2:00				○		
3	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
4	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
5	金	☆				15:40	17:40	2:00			
6	土		9:00	12:00	3:00				○		
	日	☆							○		
8	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
9	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
10	水		15:40	17:40	2:00				○		
11	木		15:40	17:40	2:00				○		
12	金	☆							○		
13	土		9:00	12:00	3:00				○		
14	日	☆							○		
15	月		15:40	17:40	2:00				○		
16	火		15:40	17:40	2:00				○		
17	水	☆							○		
18	木		15:40	17:40	2:00				○		
19	金		15:40	17:40	2:00				○		
20	土		9:00	12:00	3:00				○		
21	日	☆							○		
22	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00			
23	火		15:40	17:40	2:00				○		
24	水		9:00	12:00	3:00				○		
25	木		9:00	12:00	3:00				○		
26	金	☆							○		
27	土		9:00	12:00	3:00				○		
28	日	☆							○		
29	月	☆							○		
30	火	☆							○		
31	水	☆							○		
					46:00				12:00	25	

【様式2】

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