

【様式2】

2025年度 1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	☆								
2	金	☆								
3	土	☆								
4	日		8:00	16:00	8:00					ガリウムカップ
5	月		8:00	16:00	8:00					↓
6	火		8:00	16:00	8:00					↓
	水		8:00	16:00	8:00					県高校スキー大会
8	木									
9	金		8:00	16:00	8:00					
10	土		8:00	16:00	8:00					
11	日		8:00	16:00	8:00					↓
12	月		8:00	16:00	8:00					県選手権大会
13	火	☆								
14	水		8:00	16:00	8:00					
15	木		8:00	16:00	8:00					
16	金		8:00	16:00	8:00					
17	土		8:00	16:00	8:00					↓
18	日		8:00	16:00	8:00					東北高校スキー大会
19	月	☆								
20	火		8:00	16:00	8:00					↓
21	水		8:00	16:00	8:00					↓
22	木		8:00	16:00	8:00					
23	金		8:00	16:00	8:00					
24	土		8:00	11:00	3:00					
25	日		8:00	11:00	3:00					IH前合宿（国スポ強化事業）
26	月	☆								
27	火	☆								
28	水		8:00	16:00	8:00					↓
29	木		8:00	16:00	8:00					
30	金		8:00	16:00	8:00					全国高校スキー大会
31	土		8:00	16:00	8:00					↓
			174:00			0:00		0		

【様式2】

2025年度 1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	☆								
2	金	☆								
3	土	☆								
4	日		9:00	12:00	3:00					
5	月		9:00	12:00	3:00					
6	火		9:00	12:00	3:00					
7	水		9:00	12:00	3:00					
8	木		9:00	12:00	3:00					
9	金		9:00	12:00	3:00					
10	土		9:00	12:00	3:00					
11	日		9:00	12:00	3:00					
12	月		9:00	12:00	3:00					
13	火	☆								
14	水		16:00	19:00	3:00					
15	木		16:00	19:00	3:00					
16	金		16:00	19:00	3:00					
17	土		9:00	12:00	3:00					
18	日		9:00	12:00	3:00					
19	月	☆								
20	火		16:00	19:00	3:00					
21	水		16:00	19:00	3:00					
22	木		16:00	19:00	3:00					
23	金		16:00	19:00	3:00					
24	土		9:00	12:00	3:00					
25	日		9:00	12:00	3:00					
26	月	☆								
27	火		16:00	19:00	3:00					
28	水		16:00	19:00	3:00					
29	木		16:00	19:00	3:00					
30	金		16:00	19:00	3:00					
31	土		9:00	12:00	3:00					
			75:00			0:00		0		

【様式2】

2025年度 1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	☆									
2	金	☆									
3	土	☆									
4	日	☆									
5	月	☆									
6	火		9:00	13:00	4:00						
	水		9:00	13:00	4:00						
8	木		9:00	13:00	4:00						
9	金		9:00	13:00	4:00						
10	土	☆									
11	日	☆									
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	金		16:00	18:00	2:00						
17	土		9:00	13:00	4:00						
18	日	☆									
19	月		16:00	18:00	2:00						
20	火	☆									
21	水		16:00	18:00	2:00						
22	木		16:00	18:00	2:00						
23	金		16:00	18:00	2:00						
24	土		9:00	13:00	4:00						
25	日	☆									
26	月		16:00	18:00	2:00						
27	火	☆									
28	水		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						
					52:00				0:00	0	

【様式2】

2025年度 1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	☆									
2	金	☆									
3	土	☆									
4	日	☆									
5	月										
6	火		8:30	11:30	3:00						
	水		8:30	11:30	3:00						
8	木		8:30	11:30	3:00						
9	金		8:30	11:30	3:00						
10	土	☆									
11	日	☆									
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	金		16:00	18:00	2:00						
17	土	☆									
18	日	☆									
19	月	☆									
20	火		16:00	18:00	2:00						
21	水		16:00	18:00	2:00						
22	木		16:00	18:00	2:00						
23	金		16:00	18:00	2:00						
24	土	☆									
25	日	☆									
26	月	☆									
27	火		16:00	18:00	2:00						
28	水		16:00	18:00	2:00						
29	木		16:00	18:00	2:00						
30	金		16:00	18:00	2:00						
31	土	☆									
					36:00				0:00	0	

【様式2】

2025年度 1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	☆								
2	金	☆								
3	土	☆								
4	日	☆								
5	月									
6	火		9:00	12:00	3:00					
	水		9:00	12:00	3:00					
8	木		9:00	12:00	3:00					
9	金	☆	9:00	12:00	3:00					
10	土	☆								
11	日	☆								
12	月	☆								
13	火		15:00	17:00	2:00					
14	水		16:00	18:00	2:00					
15	木		16:00	18:00	2:00					
16	金	☆								
17	土	☆								
18	日	☆								
19	月									
20	火		16:00	18:00	2:00					
21	水									
22	木		16:00	18:00	2:00					
23	金	☆	16:00	18:00	2:00					
24	土	☆	9:00	12:00	3:00					
25	日	☆								
26	月		16:00	18:00	2:00					
27	火		16:00	18:00	2:00					
28	水	☆								
29	木	☆								
30	金	☆	16:00	18:00	2:00					
31	土	☆	9:00	12:00	3:00					
					36:00				0:00	0

【様式2】

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

【様式2】

2025年度 1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	☆									
2	金	☆									
3	土	☆									
4	日		9:00	12:00	3:00						
5	月		9:00	12:00	3:00						
6	火		9:00	12:00	3:00						
7	水		9:00	12:00	3:00						
8	木		9:00	12:00	3:00						
9	金	☆									
10	土		9:00	12:00	3:00						
11	日	☆									
12	月	☆									
13	火		15:40	17:40	2:00						
14	水		15:40	17:40	2:00						
15	木		15:40	17:40	2:00						
16	金		15:40	17:40	2:00						
17	土		9:00	12:00	3:00						
18	日	☆									
19	月		15:40	17:40	2:00						
20	火		15:40	17:40	2:00						
21	水		15:40	17:40	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						
28	水		15:40	17:40	2:00						
29	木		15:40	17:40	2:00						
30	金	☆									
31	土		9:00	12:00	3:00						
					51:00				0:00	0	

【様式2】

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