

【様式2】

2026年度 7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
職名		氏名	

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		8:00	11:00	3:00					
12	日		8:00	11:00	3:00					
13	月	☆								
14	火		16:00	18:00	2:00					
15	水		16:00	18:00	2:00					
16	木		16:00	18:00	2:00					
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月		8:00	11:00	3:00					
21	火	☆								
22	水	☆								
23	木		16:00	18:00	2:00					
24	金		8:00	11:00	3:00					スキー連盟合宿
25	土		8:00	11:00	3:00					↓
26	日		8:00	11:00	3:00					
27	月	☆								
28	火		8:00	11:00	3:00					
29	水		8:00	11:00	3:00					
30	木		8:00	11:00	3:00					
31	金		8:00	11:00	3:00					
					58:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度 7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				
職名				氏名						
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	☆								
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		9:00	12:00	3:00					
12	日									
13	月	☆								
14	火		16:00	19:00	3:00					
15	水		16:00	19:00	3:00					
16	木		16:00	19:00	3:00					
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月	☆								
21	火	☆								
22	水	☆								
23	木		16:00	19:00	3:00					
24	金		9:00	12:00	3:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日	☆								
27	月	☆								
28	火		9:00	12:00	3:00					
29	水		9:00	12:00	3:00					
30	木		9:00	12:00	3:00					
31	金		9:00	12:00	3:00					
					57:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度 7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
職名		氏名	

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		9:00	13:00	4:00					
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		9:00	13:00	4:00					
12	日		9:00	13:00	4:00					
13	月	☆								
14	火		16:00	18:00	2:00					
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	☆								
22	水	☆								
23	木	☆								
24	金		9:00	13:00	4:00					
25	土		9:00	13:00	4:00					
26	日	☆								
27	月	☆								
28	火		9:00	13:00	4:00					
29	水	☆								
30	木		9:00	13:00	4:00					
31	金		9:00	13:00	4:00					
					58:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度 7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				
職名				氏名						
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	☆								
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		16:00	18:00	2:00					
11	土	☆	8:30	11:30	3:00					
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火		16:00	18:00	2:00					
15	水		16:00	18:00	2:00					
16	木		16:00	18:00	2:00					
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月	☆								
21	火	☆	16:00	18:00	2:00					
22	水	☆	16:00	18:00	2:00					
23	木		13:00	15:00	2:00					
24	金		8:30	11:30	3:00					
25	土	☆	8:30	11:30	3:00					
26	日	☆								
27	月	☆								
28	火		8:30	11:30	3:00					
29	水		8:30	12:30	4:00					
30	木		8:30	11:30	3:00					
31	金		8:30	11:30	3:00					
					48:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度 7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				
職名				氏名						
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		9:00	12:00	3:00					
12	日									国スポ
13	月									国スポ
14	火									国スポ
15	水	☆								
16	木	☆								
17	金	☆								
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月	☆								
21	火		16:00	18:00	2:00					
22	水	☆								
23	木		13:00	15:00	2:00					
24	金		9:00	12:00	3:00					
25	土	☆								
26	日	☆								
27	月		9:00	12:00	3:00					
28	火		9:00	12:00	3:00					
29	水		9:00	12:00	3:00					中学生体験入学
30	木		9:00	12:00	3:00					
31	金		9:00	12:00	3:00					
					40:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度 7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				
職名				氏名						
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		15:40	17:40	2:00					
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		9:00	12:00	3:00					
12	日	☆								
13	月		15:40	17:40	2:00					
14	火		15:40	17:40	2:00					
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	☆								
19	日	☆								
20	月	☆								
21	火	☆								
22	水	☆								
23	木		15:40	17:40	2:00					
24	金		9:00	12:00	3:00					
25	土		9:00	12:00	3:00					
26	日	☆								
27	月		9:00	12:00	3:00					
28	火		9:00	12:00	3:00					
29	水		9:00	12:00	3:00					
30	木	☆								
31	金		9:00	12:00	3:00					
					52:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度 7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				
職名				氏名						
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	17:30	1:50					
2	木		15:40	17:30	1:50					
3	金		15:40	17:30	1:50					
4	土		9:30	12:30	3:00					
5	日	☆								
6	月		15:40	17:30	1:50					
7	火		15:40	17:30	1:50					
8	水		15:40	17:30	1:50					
9	木		15:40	17:30	1:50					
10	金		15:40	17:30	1:50					
11	土		9:30	12:30	3:00					
12	日	☆								
13	月		15:40	17:30	1:50					
14	火		15:40	17:30	1:50					
15	水		15:40	17:30	1:50					
16	木		15:40	17:30	1:50					
17	金		15:40	17:30	1:50					
18	土	☆								
19	日	☆								
20	月	☆								
21	火	☆								
22	水	☆								
23	木	☆								
24	金	☆								
25	土	☆								
26	日	☆								
27	月	☆								
28	火	☆								
29	水		10:00	13:00	3:00					
30	木	☆								
31	金	☆								
					32:50					

休養日累計

【様式2】

2026年度7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				
職名				氏名						
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		16:30	17:20	0:50					潮騒公清掃ボランティア
3	金	☆								
4	土		9:00	13:00	4:00					地引き網体験ボランティア
5	日	☆								
6	月		15:00	16:00	1:00					ミーティング
7	火	☆								
8	水	☆								
9	木		16:00	17:30	1:30					文化祭準備
10	金		16:00	17:30	1:30					文化祭準備
11	土		9:00	12:30	3:30					チビッコるーむ運動会ボランティア
12	日	☆								
13	月	☆								
14	火	☆								
15	水		16:00	17:30	1:30					文化祭準備
16	木		16:00	17:30	1:30					文化祭準備
17	金		13:00	17:00	4:00					文化祭準備
18	土		8:30	15:30	7:00					文化祭（シフト制）
19	日		8:30	15:30	7:00					文化祭（シフト制）
20	月	☆								
21	火		12:30	13:30	1:00					イルミネーション打ち合わせ
22	水		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
23	木		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
24	金		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
25	土	☆								
26	日	☆								
27	月		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
28	火		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
29	水		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作 子ども食堂
30	木		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
31	金		9:00	12:30	3:30					イルミネーション制作
					62:20					

休養日累計