

2023 年度

年間指導計画表(青森北高等学校女子バレーボール部)

※原則週1以上の休養日の確保しながら、年間を通し平均して週2日以上程度の休養日を設けましょう。
 実施状況 1: 週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2: 休養日(振替休業日での休養日) 3: 平日活動日 4: 平日休養日

年間 週休日・祝日合計	133 日	「1」の計	99 日	「2」の計	34 日	平日の計	232 日	「3」の計	162 日	「4」の計	70 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7 月	週休日・祝日合計 12 日							「1」の計 10 日							「2」の計 2 日		平日合計 19 日							「3」の計 15 日			「4」の計 4 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
実施状況	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	2	1	1	3	3	4	1	1	1	3	3	3	4	3	1	2	3
休養						○							○		○						○						○			○	
備考					野球部壮行式			3年模試②	3年模試②	北高祭準備	北高祭準備	北高祭準備	物品移動	北高祭前日祭	北高祭		海の日	北高祭復元		賞状伝達式 IH社行 式終業式	振替休日				夏123年 期講習	夏3年 期講習	夏123年 期講習	夏123年 期講習	夏123年 期講習		3年夏期講習

8 月	週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 6 日							「2」の計 4 日		平日合計 21 日							「3」の計 14 日			「4」の計 7 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
実施状況	3	3	4	3	1	1	2	3	3	4	4	2	2	4	3	3	4	3	1	1	2	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	
休養			○				○			○	○	○	○	○			○				○			○							○	
備考	3年夏期講習	3年夏期講習	3年夏期講習	3年夏期講習	3年模試	3年模試					閉庁の日	閉庁の日	閉庁の日	閉庁の日	3年夏期講習	3年夏期講習	夏123年 期講習	夏123年 期講習				確認 始業式 テスト		キャン③スポ 実習	キャン③スポ 実習						避難訓練②	

9 月	週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 7 日							「2」の計 3 日		平日合計 20 日							「3」の計 11 日			「4」の計 9 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
実施状況	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	1	
休養							○								○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				
備考						運動会	思春期ピア教室							(運動会予備日)		3年模試	3年模試	敬老の日		考査前部禁			秋分の日			2学期中間考査	2学期中間考査	2学期中間考査		3年模試	

2023年度

年間指導計画表(青森北高等学校女子バレーボール部)

※原則週1日以上の休養日の確保しながら、年間を通し平均して週2日以上程度の休養日を設けましょう。
 実施状況 1: 週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2: 休養日(振替休業日での休養日) 3: 平日活動日 4: 平日休養日

年間 週休日・祝日合計	133 日	「1」の計	99 日	「2」の計	34 日	平日の計	232 日	「3」の計	162 日	「4」の計	70 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1 月	週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 9 日							「2」の計 4 日				平日合計 18 日 3」の計 15 日 4」の計 3 日														
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水		
実施状況	4	2	2	2	3	1	1	1	3	3	2	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3		
休養	○	○	○	○							○							○							○								
備考	元旦			3年冬期講習	3年冬期講習	3年土曜講習⑥		成人の日		123年冬期講習	123年冬期講習	確認テスト② 始業式	大学共通テスト	大学共通テスト	共通テスト自己採点	避難訓練③				3年進路検討会	12年模試	12年模試											

2 月	週休日・祝日合計 18 日							「1」の計 7 日							「2」の計 11 日				平日合計 11 日 3」の計 9 日 4」の計 2 日														
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29				
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木				
実施状況	2	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	3	4	1	1	1	3	3	3	4				
休養	○					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○								○							○			
備考		卒業認定会議	2年進研M	2年進研M		学校評議員会	考査前部禁開始					建国記念の日		学年末考査	学年末考査	学年末考査	学年末考査								天皇誕生日					卒業式準備	卒業式予行		

3 月	週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 10 日							「2」の計 0 日				平日合計 20 日 3」の計 13 日 4」の計 7 日														
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
実施状況	4	1	1	4	4	4	3	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	1	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1		
休養	○			○	○	○								○								○							○				
備考	卒業式			学力検査会場設置	学力検査	学力検査採点日									合格者発表										春分の日			合格者説明会	修了式・離任式	12年春期講習	12年春期講習		