

2019年度

青森北高校部活動年間指導計画表(柔道部)

本校運動部活動に係る活動方針に則り、作成しましょう。

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 の番号を実施状況に入れましょう。

年間 週休日・祝日合計	165 日	「1」の計	101 日	「2」の計	64 日	平日の計	200 日	「3」の計	160 日	「4」の計	40 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

4 月		週休日・祝日合計 15 日							「1」の計 7 日							「2」の計 8 日							平日合計 15 日					「3」の計 14 日				「4」の計 1 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	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					
実施	2	2	2	2	1	1	1	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	1	1	1	2	3					
休養	○	○	○	○				○			○			○							○								○						
備考	学年始休業	学年始休業	学年始休業	学年始休業	学年始休業	学年始休業	新入式入学式	振休	始業式		部活動禁止			P T A 総会				顧問会議					前期生徒総会	開校記念日			春季大会	春季大会	昭和の日	祝日法による休日					

5 月		週休日・祝日合計 12 日							「1」の計 7 日							「2」の計 5 日					平日合計 19 日					「3」の計 13 日				「4」の計 6 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	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	金		
実施	1	1	1	1	1	2	3	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3			
休養						○		○	○	○	○	○	○	○				○								○							
備考	即位の日	遠征・合宿	遠征・合宿	遠征・合宿	遠征・合宿	振替休日		審査前部活動禁止						1 学期中間考査	1 学期中間考査	1 学期中間考査	遠足												応援練習	応援練習	壮行式	高総体	

6 月		週休日・祝日合計 11 日							「1」の計 8 日							「2」の計 3 日			平日合計 19 日					「3」の計 14 日				「4」の計 5 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	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	1	1	3	2	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	3	1	1	
休養				○	○				○							○								○	○	○	○				
備考	高総体	高総体	高総体	振替休日			賞状伝達式	3 年進研 M	3 年進研 M					職員会議		G T E C 2 年				審査前部活動禁止	審査前部活動禁止	文化講演会	東北大会	東北大会	審査前部活動禁止	1 学期末考査	1 学期末考査	1 学期末考査	1 学期末考査	1 2 年土曜講習	3 年進研 K

2019年度

青森北高校部活動年間指導計画表(柔道部)

本校運動部活動に係る活動方針に則り、作成しましょう。

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 の番号を実施状況に入れましょう。

年間 週休日・祝日合計	165 日	「1」の計	101 日	「2」の計	64 日	平日の計	200 日	「3」の計	160 日	「4」の計	40 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7 月		週休日・祝日合計 18 日					「1」の計 13 日					「2」の計 5 日					平日合計 13 日					「3」の計 13 日					「4」の計 0 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	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	3	3	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1
休養							○								○						○						○	○			
備考			野球部壮行式		3年進研K	123年進研K		北高祭準備					国体予選	国体予選	海の日(大会)	振替休日(大会)	北高祭片付け(大会)	大会	IH壮行式(大会)	夏期休業(大会)	123年夏期講習	123年夏期講習	123年夏期講習	123年夏期講習	123年夏期講習	123年夏期講習	123年夏期講習	3年夏期講習	3年夏期講習	3年夏期講習	

8 月		週休日・祝日合計 25 日					「1」の計 19 日					「2」の計 6 日					平日合計 6 日					「3」の計 6 日					「4」の計 0 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	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	金	土
実施	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	1	1	3	3	3	3	3	1
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年夏期講習	3年全統模試	インターハイ	インターハイ	インターハイ	インターハイ	インターハイ			大会	大会	123年夏期講習	123年夏期講習	123年夏期講習			始業式	大会	大会	職員会議			3年全統模試	123年全統模試(大会)	

9 月		週休日・祝日合計 11 日					「1」の計 5 日					「2」の計 6 日					平日合計 19 日					「3」の計 11 日					「4」の計 8 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	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	2	3	3	4	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	2	2	2	4	4	3	3	1	2	3	
休養	○			○				○		○							○	○	○	○	○	○	○	○	○				○		
備考	大会						大会	大会			運動会			遠征	遠征	遠征		運動会予備日 審査前部活禁止	審査前部活禁止	審査前部活禁止	大会	大会	秋分の日	二学期中間考査	二学期中間考査	二学期中間考査					

2019年度

青森北高校部活動年間指導計画表(柔道部)

本校運動部活動に係る活動方針に則り、作成しましょう。

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 の番号を実施状況に入れましょう。

年間 週休日・祝日合計	165 日	「1」の計	101 日	「2」の計	64 日	平日の計	200 日	「3」の計	160 日	「4」の計	40 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

10 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 20 日				「4」の計 1 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	3	3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	1	3	3	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3
休養						○							○							○								○			
備考			生徒会立会演説会	3年ベネネ模試	3年ベネネ模試							3年土曜講習		体育の日				3年全統模試	3年全統模試			即位礼正殿の儀		後期生徒総会	高総文開会式	高総文	高総文				

11 月	週休日・祝日合計 10 日					「1」の計 6 日					「2」の計 4 日				平日合計 20 日					「3」の計 16 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
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	3	1	2	1	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	4	4	4	2
休養			○								○						○							○			○	○	○	○
備考		123年模試	23年模試	振替休日	芸術教室				新人戦	新人戦				職員会議		3年土曜講習			2年修学旅行	2年修学旅行	2年修学旅行	2年修学旅行	3年全統センブレ	3年全統センブレ	2年代休		考查前部活禁止	考查前部活禁止	考查前部活禁止	考查前部活禁止

12 月	週休日・祝日合計 13 日					「1」の計 7 日					「2」の計 6 日				平日合計 18 日					「3」の計 13 日				「4」の計 5 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	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
実施	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	4	1	1	1	1	1	2	2	2
休養	○	○	○	○	○										○							○	○						○	○	○
備考	考查前部活禁止	考查前部活禁止	学期末考查	学期末考查	学期末考查	学期末考查	3年土曜講習				競技大会	競技大会	ラグビー社行式	123年土曜講習							3年土曜講習		二学期終業式	遠征	遠征	遠征	遠征	遠征			

2019年度

青森北高校部活動年間指導計画表(柔道部)

本校運動部活動に係る活動方針に則り、作成しましょう。

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 の番号を実施状況に入れましょう。

年間 週休日・祝日合計	165 日	「1」の計	101 日	「2」の計	64 日	平日の計	200 日	「3」の計	160 日	「4」の計	40 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1 月		週休日・祝日合計 16 日					「1」の計 8 日					「2」の計 8 日					平日合計 15 日					「3」の計 15 日					「4」の計 0 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	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	金
実施	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	
休養	○	○	○	○								○	○						○							○					
備考				3年土曜講習		123年冬期講習	123年冬期講習	123年冬期講習	123年冬期講習	123年冬期講習	3年土曜講習		成人の日	始業式	職員会議			12年進研K	2年進研K						東北大会	東北大会					

2 月		週休日・祝日合計 11 日					「1」の計 7 日					「2」の計 4 日					平日合計 18 日					「3」の計 12 日					「4」の計 6 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	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	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	1	1	3	3	3	3	1		
休養		○							○				○	○	○	○	○	○	○	○											
備考	12年土曜講習		卒業認定会議					2年進研M	2年進研M	学校評議員会	建国記念の日	職員会議	審査前部活禁止	審査前部活禁止			審査前部活禁止	学年末考査	学年末考査	学年末考査	学年末考査			振替休日			卒業式準備	札行式予行			

3 月		週休日・祝日合計 13 日					「1」の計 8 日					「2」の計 5 日					平日合計 17 日					「3」の計 13 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	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
実施	4	3	3	3	3	3	1	1	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	2	2	4	3	4	1	1	1	1	
休養	○								○	○	○				○								○	○	○		○				
備考	卒業式	振替休日					大会	大会	学力検査会場設置	学力検査	学力検査探点日		12年成績会議							全国選手権	全国選手権				合格者説明会	修了式・離任式	遠征	遠征	遠征	遠征	