

2024 年度

年間指導計画表(青森北高等学校バスケットボール部)

※原則週1日以上¹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。

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	131 日	「1」の計	93 日	「2」の計	38 日	平日の計	234 日	「3」の計	156 日	「4」の計	78 日	「2・4」の計	116 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

4 月		週休日・祝日合計 16 日 「1」の計 13 日 「2」の計 3 日															平日合計 14 日 「3」の計 10 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	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
実施状況	2	1	1	1	1	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	2	4	3	1	3	1	1	2	4
休養日	○								○							○						○	○						○	○
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	学年始休業	新任式・入学式	始業式		1・2年学級の基礎診断 3年到達度テスト					部活動組織会		委員会組織会		P T A 総会		振替休日	生徒総会		開校記念日				昭和の日	

5 月		週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 8 日 「2」の計 2 日															平日合計 21 日 「3」の計 16 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	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
実施状況	3	3	1	1	1	2	3	3	3	3	1	2	4	4	4	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3
休養						○	4					○	○	○	○						○							○			
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日	祝日法による休日	避難訓練					考查前部活動禁止	情報モラル教室		一学期中間考查	一学期中間考查	遠足													壮行式	高総体

6 月		週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 9 日 「2」の計 0 日															平日合計 21 日 「3」の計 9 日 「4」の計 12 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		
実施状況	1	1	4	1	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	1		
休養			○								○							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
備考	高総体	高総体	特編授業	振替休日			3 年模試①	賞状伝達式 3 年模試①				1 年性教育講座							考査前部活動禁止						一学期末考査	一学期末考査	一学期末考査	一学期末考査				

2024 年度

年間指導計画表(青森北高等学校バスケットボール部)

※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。

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	131 日	「1」の計	93 日	「2」の計	38 日	平日の計	234 日	「3」の計	156 日	「4」の計	78 日	「2・4」の計	116 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7 月		週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 6 日 「2」の計 5 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	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	3	4	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	2	2	2	1	1	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	
休養		○				○	○		○	○	○	○	○	○	○							○								○		
備考					3 年模試②	1・3 年模試② 2 年模試①		北高祭準備	北高祭準備	北高祭準備	物品移動 大清掃	北高祭前日祭	北高祭	北高祭	海の日	振替休日	振替休日	北高祭復元				賞状伝達式 IH 壮行式 1 学期終業式	夏期講習 123 年	夏期講習 1・3 年	3 年夏期講習 体験入学	夏期講習 123 年			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 11 日					「1」の計 5 日					「2」の計 6 日					平日合計 20 日					「3」の計 17 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	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
実施状況	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	2
休養						○					○	○	○	○	○					○							○				○
備考	3年模試③	3年模試③									山の日	祝日法による休日	閉庁日	閉庁日	閉庁日					3年夏期講習	3年夏期講習	3年夏期講習		確認テスト	始業式						

9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 12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		
実施状況	2	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	1	1	3		
休養	○		○							○						○		○	○	○	○	○	○	○								
備考					避難訓練	3年模試④	3年模試④									敬老の日		考査前部活動禁止	生徒会立会演説会			秋分の日	祝日法による休日	2学期中間考査	2学期中間考査	2学期中間考査						

2024 年度

年間指導計画表(青森北高等学校バスケットボール部)

※原則週1日以上¹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。

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	131 日	「1」の計	93 日	「2」の計	38 日	平日の計	234 日	「3」の計	156 日	「4」の計	78 日	「2・4」の計	116 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

10 月			週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 8 日							「2」の計 1 日							平日合計 22 日							「3」の計 17 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	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	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	2	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3														
休養	○							○						○	○							○							○																
備考	2年進路講演会	競技大会	競技大会	高総文開会式 競技大会予備日	3年模試⑤ 高総文	3年模試⑤	競技大会予備日		運動会	薬物乱用防止教室	3年模試⑥ 高総文	3年模試⑥ 高総文	高総文	スポーツの日		運動会予備日			高総文					後期生徒総会	高総文			実技発表会 校内披露		スポーツ科学 実技発表会															

11 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 10 日 「4」の計 10 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	2	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	
休養				○	○							○							○	○	○	○	○	○	○	○	○				
備考		1・2年模試② 3年模試⑦	3年文化の日 模試⑦	祝日法による休日	3年土曜講習①				高総文	高総文	高総文			2年 考查前部活動禁止		3年模試⑧	3年模試⑧		学期末 考查（2年）	学期末 考查（2年）	学期末 考查（2年）	学期末 考查（2年）	勤労感謝の日			学期末 考查（1・3年）	2年修学旅行 （3年）	学期末 考查（1・3年）	2年修学旅行 （3年）	学期末 考查（1・3年）	2年修学旅行

12 月		週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 7 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	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	
実施状況	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	2	2	2	2	
休養			○							○							○							○				○	○	○	○	
備考	2年代休日																			高総文	高総文	高総文		二学期終業式	123年冬期講習	123年冬期講習			年末年始の休日			

2024 年度

年間指導計画表(青森北高等学校バスケットボール部)

※原則週1日以上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。

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	131 日	「1」の計	93 日	「2」の計	38 日	平日の計	234 日	「3」の計	156 日	「4」の計	78 日	「2・4」の計	116 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1	月	週休日・祝日合計 12 日					「1」の計 8 日					「2」の計 4 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	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					
実施状況	2	2	2	1	1	3	4	3	3	3	1	1	2	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3					
休養	○	○	○				○						○	○							○							○								
備考	元旦					冬期講習 123年	3年冬期講習	3年冬期講習	3年冬期講習	3年冬期講習			成人の日	3年冬期講習	3年冬期講習		確認テスト ②	始業式 ③	12年模試 共通テスト	2年模試 共通テスト ③	共通テスト 自己採点	共通テスト 避難訓練				3年進路検討会						合格者体験報告会				

2 月			週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 6 日							「2」の計 4 日							平日合計 18 日							3」の計 8 日							4」の計 10 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																
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																
実施状況	1	1	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	2	4	3	3	3																
休養			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					○						○	○																			
備考			卒業認定会議	考査前部活動禁止				2年模試④	2年模試④	学年末考査	建国記念の日	学年末考査	学年末考査	学年末考査								天皇誕生日	祝日法による休日			卒業式準備	卒業式予行																	

3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 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	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	2	1	2	3	4	4	4	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	1	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3											
休養	○		○		○	○	○				○							○							○																	
備考	卒業式		振替休日		学力検査会場設営	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																