

2024 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	128 日	「1」の計	88 日	「2」の計	40 日	平日の計	237 日	「3」の計	164 日	「4」の計	73 日	「2・4」の計	113 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

4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 17 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	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	3	3	3	4	3	1	2	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	2	3	3	1	3	1	2	1	3															
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年学びの基礎診断 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	2	1	3	3	3	3	1	2	4	4	4	3	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3			
休養					○							○	○	○	○								○							○				
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 8 日 「2」の計 1 日															平日合計 21 日 「3」の計 10 日 「4」の計 11 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	2	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	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			賞状伝達式 3年模試①	3年模試①				1年性教育講座							考查前部活動禁止							一学期末考査	一学期末考査	一学期末考査	一学期末考査				

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。

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

年間 週休日・祝日合計 128 日	「1」の計 88 日	「2」の計 40 日	平日の計 237 日	「3」の計 164 日	「4」の計 73 日	「2・4」の計 113 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

7月		週休日・祝日合計 11日「1」の計 8日「2」の計 3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	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	3	3	4	3	2	1	3	3	3	4	4	2	2	1	1	1	3	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	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				1学期終業式 賞状伝達式 IH壮行式	夏期講習 1・2・3年	夏期講習 1・3年	3年夏期講習 体験入学	1・2・3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 13 日 「1」の計 8 日 「2」の計 5 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	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	3	3	4	3	1	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1
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 開庁日	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 7日 「2」の計 3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	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	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		調査前部活動禁止	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(青森北高等学校女子バレーボール部)

※原則週1日以上の子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よう。

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	128 日	「1」の計	88 日	「2」の計	40 日	平日の計	237 日	「3」の計	164 日	「4」の計	73 日	「2・4」の計	113 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	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	2	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4
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年高総文模試⑤	3年高総文模試⑤	競技大会予備日		運動会	薬物乱用防止教室	3年高総文模試⑥	3年高総文模試⑥	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 5 日 「2」の計 5 日															平日合計 20 日 「3」の計 7 日 「4」の計 13 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	3	3	4	3	1	1	3	3	4	4	4	2	2	4	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	学期末 考查（1・3年） 2年修学旅行	学期末 考查（1・3年） 2年修学旅行	学期末 考查（1・3年） 2年修学旅行	2年修学旅行	

12 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 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	2	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	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。

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	128 日	「1」の計	88 日	「2」の計	40 日	平日の計	237 日	「3」の計	164 日	「4」の計	73 日	「2・4」の計	113 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	3	3	4	3	1	1	2	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	4	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	共通テスト③	共通テスト自己採点	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 4 日 「2」の計 6 日																平日合計 18 日 3」の計 9 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		
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	2	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	1	2	3	3	3	4	3	1	1	2	3	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 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	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	1	3	4	4	4	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	4	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					