

【D2】

2025年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

バレーボール

部

※原則週1日以上以上の休養日を確保しながら、年間で104日(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	122 日	「1」の計	97 日	「2」の計	25 日	平日の計	243 日	「3」の計	164 日	「4」の計	79 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

4 月		週休日・祝日合計 8 日 「1」の計 8 日 「2」の計 日															平日合計 22 日 「3」の計 18 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	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	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	1	1	4	1	3
休養							○							○							○							○		
備考	4/6(土) 年度始休業			職員会議			P.T.A 入学式	面式測定 身体測定	始業式 運動会	進路説明会	線撮影(1)	業部 X	(木)の授	査(心電図検査(1年))		年(内科)検	リダイサン	員会集会	尿検査 委員会	奨学金講演会	P.T.A 総会	(4/19) 代休	職員会議	検診室(3内科)	教室			進路講演会	昭和の日	交通安全教室

5 月			週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 9 日 「2」の計 1 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	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	3	3	1	1	1	2	3	3	3	1	1	4	4	4	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	
休養						○						○	○	○					○							○					
備考	(男子)午後 内科検診	短縮授業 午後 眼科検診	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日	(2年女子) 内科検診							5月テスト 尿検査③	壮行式(陸上・サツ)					職員会議	避難訓練Ⅰ	(2年)歯科検診	(1年)歯科検診	(2年)歯科検診				結団式 壮行式	英検一次	高校総体 援	高校総体

6 月			週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 9 日 「2」の計 1 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		
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	1	3	2	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	3	1	1	4		
###			○						○							○							○	○	○	○				○		
備考	高校総体	高校総体	代休（5/31） 団式・解	表彰式・解			大学入学生テスト（3年） 共通テスト模	大学入学生テスト（3年） 共通テスト模					遠足				職員会議								1学期期末 考査	1学期期末 考査	1学期期末 考査	I・H・野球 考査	学力記述模 2年（1） スト（1）	述模試（3	総合学力記	

【D2】

2025年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

バレーボール

部

※原則週1日以上以上の休養日を確保しながら、年間で104日(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	122 日	「1」の計	97 日	「2」の計	25 日	平日の計	243 日	「3」の計	164 日	「4」の計	79 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7月	週休日・祝日合計 8 日 「1」の計 7 日 「2」の計 1 日																平日合計 23 日 「3」の計 19 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	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	1	4	3	3	3	4	3	1	2	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	
休養							○					○									○							○				
備考						英検2次					青西高祭準備	青西高祭	青西高祭	(7代休2/1)				終業式 総会議 員会議	(8/2 夏季休業)		海の日 (全学年)	夏期講習 (全学年)	夏期講習 (全学年)	夏期講習 (全学年)	夏期講習 (全学年)	(3年希望 スト模試)	(3年希望 スト模試)	夏期講習 (全学年)	夏期講習 (全学年)	夏期講習 (全学年)	夏期講習 (3年)	

8月		週休日・祝日合計 13 日 「1」の計 10 日 「2」の計 3 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	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	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	2	2	2	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	4	3	3	3	1	1
休養				○							○		○	○	○			○							○	○					
備考	（3年） 夏期講習				中学生体験 入学						山の日		学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日				高教研	高教研	職員会議	始業式 路探究活動進									

9 月			週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 7 日 「2」の計 2 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	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	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	1	4	3		
休養	○							○								○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○			
備考											運動会予備日	運動会予備日	運動会	学共通テスト模試(3/3)	学共通テスト模試(3/3)	敬老の日		避難訓練Ⅱ					職員会議	秋分の日	2学期中間考査	2学期中間考査	文祭高総会	2学期中間考査	開校記念日			

【D2】

2025年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

バレーボール

部

※原則週1以上の休養日を確保しながら、年間で104日(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	122 日	「1」の計	97 日	「2」の計	25 日	平日の計	243 日	「3」の計	164 日	「4」の計	79 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

10月	週休日・祝日合計 9 日					「1」の計 9 日					「2」の計 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	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	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	4	3	3	3
休養						○								○						○							○	○			
備考			式高 英総 次校 英1 検開 1会	英総 文祭 1次 ②							試駿 (大 3記 年述 模)	ベネ ッセ (大 3記 年述 模)	駿大 大記 述模	ベネ ッセ (大 3記 年述 模)	ス ポ ー ツ の		修学 旅行 前 健診 (男 子)		試全 (3新 年記 述模 望皆)			職員 会議	生徒 会役 員選 挙								

187

11 月	週休日・祝日合計 12 日					「1」の計 9 日					「2」の計 3 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	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	1	4	3	3	3	1	1	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	1	2	3	3	3	3	1	1
休養				○						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○						
備考	ト 模 試 (3 年 ス テ ス ト)	学 共 通 テ ス ト	学 共 通 テ ス ト	学 共 通 テ ス ト	学 共 通 テ ス ト	文 化 の 日		健 診 (女 子)	修 学 旅 行 前 健 診 (女 子)									2 学 期 期 末 考 査	2 学 期 期 末 考 査	2 学 期 期 末 考 査	2 学 期 期 末 考 査			勤 労 感 謝 の 日	振 替 休 日	職 員 会 議				

218

12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	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	2	2	2														
休養	○							○							○							○							○	○	○														
備考				後 期 生 徒 総 会			修 学 旅 行	修 学 旅 行	修 学 旅 行	修 学 旅 行	修 学 旅 行	修 学 旅 行 代 休				2 年 生 の 道 路 カ ッ プ チ ャ レ ン ジ 会 議	道 路 カ ッ プ チ ャ レ ン ジ 会 議	チ ャ レ ン ジ 会 議	チ ャ レ ン ジ 会 議	終 業 式 (1 月 9 日)	冬 季 休 業 (1 月 1 日)		(全 学 年) 冬 期 講 習	(全 学 年) 冬 期 講 習	(全 学 年) 冬 期 講 習	(全 学 年) 冬 期 講 習	(全 学 年) 冬 期 講 習	(全 学 年) 冬 期 講 習	学 校 閉 庁 日	学 校 閉 庁 日	学 校 閉 庁 日														

【D2】

2025 年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

バレーボール

部

※原則週1日以上の休養日を確保しながら、年間で104日(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	122 日	「1」の計	97 日	「2」の計	25 日	平日の計	243 日	「3」の計	164 日	「4」の計	79 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1	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	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	2	2	1	1	3	3	3	3	4	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1		
休養	○	○							○				○						○								○						
備考	元日 閉庁 学校	学校 閉庁日	学校 閉庁日		冬期講習 (3年)	冬期講習 (3年)	冬期講習 (3年)	職員会議	始業式			成人の日		避難訓練Ⅲ			総合学 力テ スト (1・2)	総合学 力テ スト (1・2)	通 テ ス ト	研究会 (全学 生)			会 議 者 英 検 討					学 年 末 考 査 (3年)	学 年 末 考 査 (3年)	学 年 末 考 査 (3年)			

2月			週休日・祝日合計 8日															「1」の計 2日					「2」の計 6日					平日合計 20日										3」の計 8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																			
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																			
実施	1	4	3	3	4	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	1																			
休養		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○																								
備考		学年分掌 会議 職									建国記念の日	願書受付開始	年(1・2)末末末																																		

3 月			週休日・祝日合計 12 日															「1」の計 9 日					「2」の計 3 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	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	2	3	4	4	2	2	1	4	3	3	3	3	1	1	4	4	3	3	1	1	1	4	1	3	3	3	1	1	4	3																			
休養	○	○		○	○	○	○		○							○	○						○							○																				
備考	卒業式	(3 / 1) 代休			入学 者選 抜 検 査	採 点	採 点				(追 検 査)	授 業 選 抜 ③ ⑥	職 員 会 議 進 級 認 定 会	合 格 発 表		(再 募 集 受 付)	(再 募 集 検 査)	(再 募 集 合 格 発 表)		春 分 の 日			入 学 予 定 者 説 明 会	任 離 任 式	修 了 式	春 期 特 別 講 習	学 年 末 休 業	学 年 末 休 業	学 年 末 休 業	学 年 末 休 業	学 年 末 休 業	(3 / 7) 振替	学 年 末 休 業																	