

【D2】

2025年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

ハンドボール

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 119 日	「1」の計 96 日	「2」の計 23 日	平日の計 246 日	「3」の計 160 日	「4」の計 86 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4 月	週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 9 日 「2」の計 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
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	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	3	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	1	1	3	1	4
休養	○						○									○							○							○
備考	4/6(土)年度始業式			職員会議			P.T.A.入学式	面式測定	始業式	運動部活動	進路探究	線撮影(1)	業胸剖X	(木)の授	査(1年)心電図検査	年(1)内科検	リガイダン	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)					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 8 日 「2」の計 2 日															平日合計 21 日 「3」の計 17 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	3	3	1	1	1	2	3	3	3	1	2	4	4	4	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3		
休養						○					○	○	○	○													○					
備考	(男子)午 内科検診	短縮45分 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・3 年)歯科検診	(1年)歯 科検診	(2・3 年)歯科検診				結団式 壮行式	英 校一次	高 校総 体	(高 校総 体 援)

6 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 9 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	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	4	2	4	3	3	1	1	3	3	4	3	3	2	1	3	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	3	2	1	3	
###		○	○	○							○			○			○	○	○	○		○	○	○	○	○		○			
備考	高校総体	高校総体	代休(5/31)団式・解	表彰式・解			通テスト模(3年)	通テスト模(3年)					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)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】

ハンドボール

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 119 日	「1」の計 96 日	「2」の計 23 日	平日の計 246 日	「3」の計 160 日	「4」の計 86 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

7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 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	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	4	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	1	1	3	4	3	3	1	1	1	3	3	4	3	1	1	3	3	4	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 職員会議	夏季休業 (8/2)		海の日	(夏季講習 全学年)	(夏季講習 全学年)	(夏季講習 全学年)	(夏季講習 全学年)	(3年希望 スト模試)	(3年希望 スト模試)	(夏季講習 全学年)	(夏季講習 全学年)	(夏季講習 全学年)	(夏季講習 全学年)	

8月	週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 11 日 「2」の計 日															平日合計 20 日 「3」の計 14 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	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	3	3	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	1	1	3	3	3	4	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1
休養												○	○	○	○						○					○					
備考	夏期講習 (3年)				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 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	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	3	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	4	1	1	1	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	1	1	3	3
休養			○							○		○					○	○	○	○	○	○	○	○	○					
備考				職業ガイ ダンス(1 年)						運動会予 備日	運動会予 備日	運動会	学共通テ ス(3)	学共通テ ス(3)	学共通テ ス(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】

ハンドボール

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 119 日	「1」の計 96 日	「2」の計 23 日	平日の計 246 日	「3」の計 160 日	「4」の計 86 日	「2・4」の計 109 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	4	3	3	1	1	3	3	4	3	3	1	1	1	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	3													
休養	○							○							○							○							○															
備考			式高 英総 次校 英文 検開 1会	英総 文祭 ②							試駿 (大 3記 年述 模)	ベネ ネ(3 大記 述模)	駿大 大記 述模)	ベネ ネ(3 大記 述模)	ス ポ ー ツ の		修 学 旅 行 前 子 (男)		試全 (新 3記 年述 模)			職 員 会 議	生 徒 会 役 員 選 挙							修 学 旅 行 前 子 (男)														

187

11 月			週休日・祝日合計 12 日														「1」の計 10 日		「2」の計 2 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	3	4	3	3	1	1	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	1	1	3	4	3	3	1	1				
休養					○						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						○								
備考	ト模 学共 試通 (3ス 入)	駿台 模共 台通 大テ 学ス	駿台 模共 台通 大テ 学ス	文化の日		修学 旅行 前 子 (女)				全統 フレ 共 通テ スト (3年)								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 8 日															「1」の計 6 日						「2」の計 2 日					平日合計 23 日					「3」の計 15 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	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	1	3	4	3	3	3	1	3	3	4	3	3	1	1	3	3	4	4	3	1	1	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4														
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				道 路 カ ッ プ ン ス (1・ 2年)	チ ャ レ ン ジ カ ッ プ	チ ャ レ ン ジ カ ッ プ	績 会 議 員 職 成	終 業 式 (5 1)	冬 季 休 業		(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】

ハンドボール

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 119 日	「1」の計 96 日	「2」の計 23 日	平日の計 246 日	「3」の計 160 日	「4」の計 86 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

1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 15 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	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	4	4	4	2	3	3	3	4	3	1	1	1	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	3	1	
休養	○	○	○	○				○																				○				
備考	元日 閉庁日 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	研究会発表 (全校)			受験者 ③英検	受験者 英検				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 10 日 「1」の計 4 日 「2」の計 6 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	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	3	3	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	3	3	1	1	1	3	3	3	4	2
休養				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○									○	○
備考		学年分掌縦横会議									建国記念の日	受付開始(5/17)	学年末考査(1・2年)			学年末考査(1・2年)	学年末考査(1・2年)					天皇誕生日				同窓会入会式	卒業式予行会	

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 12 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	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	3	3	4	3	3	1	1	3	3	4	3	1	1	1	3	4	4	3	3	1	1	3	1	
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+③選抜	進級認定会議員会	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	修了式退学	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	(3/7)振替