

【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

サッカー

部

※原則週1日以上以上の休養日の確保しながら、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	114 日	「1」の計	52 日	「2」の計	62 日	平日の計	251 日	「3」の計	165 日	「4」の計	86 日	「2・4」の計	148 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7 月		週休日・祝日合計 9 日					「1」の計 6 日					「2」の計 3 日					平日合計 22 日					「3」の計 15 日					「4」の計 7 日					
日	曜	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
実	施	3	3	3	2	1	3	4	3	4	4	4	1	1	4	3	3	3	1	2	1	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	
休	養				○			○		○	○				○					○		○					○					
備	考			記 述 模 試	総 合 学 力	① 英 検 2				青 西 高 祭	青 西 高 祭	青 西 高 祭		代 休						海 の 日			成 績 会 議	全 統 共 通	全 統 共 通		S P I 講	S P I 講	S P I 講	夏 期 講 習	夏 期 講 習	

8 月		週休日・祝日合計 10 日					「1」の計 5 日					「2」の計 5 日					平日合計 21 日					「3」の計 14 日					「4」の計 7 日					
日	曜	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
実	施	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	1	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3
休	養		○		○					○		○	○	○	○				○					○		○						○
備	考			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			就 職 力 向 上	夏 期 講 習	夏 期 講 習	夏 期 講 習	夏 期 講 習			職 員 会 議	課 題 テ ス ト	月 の 授 業					

9 月		週休日・祝日合計 11 日					「1」の計 4 日					「2」の計 7 日					平日合計 19 日					「3」の計 11 日					「4」の計 8 日					
日	曜	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	
実	施	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	4	1	1	2	2	2	4	4	2	2	4	4	3	
休	養	○					○		○					○		○			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
備	考		か ん 教 育 講 演 会 (全 学 年)								職 業 力 イ タ ン ス (1 年)	ベ ネ ネ 模 試 (3 年)	ベ ネ ネ 模 試 (3 年)			避 難 訓 練 Ⅱ	運 動 会 予 備 日	運 動 会 予 備 日	運 動 会			敬 老 の 日	国 民 の 休 日	秋 分 の 日	月 の 授 業			開 校 記 念 日	2 学 期 中 間 考 査	2 学 期 中 間 考 査	2 学 期 中 間 考 査	

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	17 日	「4」の計	4 日
------	----------	------	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----

【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

サッカー

部

※原則週1日以上以上の休養日の確保しながら、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	114 日	「1」の計	52 日	「2」の計	62 日	平日の計	251 日	「3」の計	165 日	「4」の計	86 日	「2・4」の計	148 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	2	3	4	3	3	3	1	2	1	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	
休養				○		○					○		○					○			○					○		○				
備考	①創造学体活動(1)	②英検1次								述べ模試(3年)	述べ模試(3年)	スポーツの日		生徒会役員選挙			全統模試(3年)	全統模試(3年)														ベネ駿台共(2年)

11月	週休日・祝日合計	11 日	「1」の計	4 日	「2」の計	7 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	2	3	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	1	2	3	3	3	3	1	2	3	
休養	○		○					○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○							○	
備考			文化の日	修学旅行前(女子)検査	全統ブレ共(3年)	全統ブレ共(3年)	②英検2次				後期生徒総会						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							

12月	週休日・祝日合計	8 日	「1」の計	4 日	「2」の計	4 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	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	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	4	4	4	4			
休養	○					○		○					○		○						○		○					○	○	○	○	○		
備考						修学旅行(2年)	修学旅行(2年)	修学旅行(2年)	修学旅行(2年)	修学旅行(2年)	修学旅行(2年)	修学旅行(2年)				進路ガイダンス(1・2年)	チャレンジャーズ	チャレンジャーズ	職員会議	総業式												学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日

1月	週休日・祝日合計	10 日	「1」の計	4 日	「2」の計	6 日	平日合計	21 日	「3」の計	17 日	「4」の計	4 日
----	----------	------	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----

【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

サッカー

部

※原則週1日以上以上の休養日の確保しながら、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	114	日	「1」の計	52	日	「2」の計	62	日	平日の計	251	日	「3」の計	165	日	「4」の計	86	日	「2・4」の計	148	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	4	2	2	3	3	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2
休養	○	○	○							○		○					○		○					○		○					○
備考	元日 学校 閉庁日	学校 閉庁日	学校 閉庁日		冬期講習 (3年)	冬期講習 (3年)	職員会議	始業式			成人の日	月の①⑤ 総探	避難訓練Ⅲ			総合学力テ スト(2年)	総合学力テ スト	大学入学共 通テスト		会 ⑤ ⑥ (全 表		スケ ート 教 室	進路 検 討 会				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	9	日	「1」の計	2	日	「2」の計	7	日	平日合計	19	日	3」の計	10	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	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	4	3	3	3	1	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	3	1	2	3	2	3	3	4	2	2	
休養		○					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						○		○		○	○	○	
備考	学年分掌 総括 職員会議										建国記念日	入学 者 選 抜 願 書 受 付			学 年 末 考 査 (1・2年)	学 年 末 考 査 (1・2年)	卒 業 式 予 行 式						天 皇 誕 生 日		各 賞 授 与 式 予 行 式	卒 業 式 予 行 式	同 窓 会 入 会 式		③英 検 2 次

3月	週休日・祝日合計	9	日	「1」の計	5	日	「2」の計	4	日	平日合計	22	日	3」の計	12	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	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	4	4	4	1	2	3	4	4	3	3	1	2	3	4	4	3	3	1	1	2	4	3	3	3	1	2	3	4	3	
休養	○		○	○	○		○		○	○				○		○	○						○	○				○		○		
備考	卒業式		入 試 選 拔 備 ・ 設 営	入 学 者 選 抜 検 査	採 点					(追 査 実 施)	動 機 授 業 ③⑥	合 格 者 表 示 進 級 認 定 会 員 会			(再 募 集 願 書 受 付 ⑤⑥)	(再 募 集 検 査)	格 者 表 示 (再 募 集 合 格 者 表 示)				春 分 の 日	振 替 休 日	入 学 予 定 者 説 明 会	退 任 ・ 離 任 修 習 式	春 期 特 別 講 習	学 年 末 休 業	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