

【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

剣道

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	118 日	「1」の計	63 日	「2」の計	55 日	平日の計	247 日	「3」の計	198 日	「4」の計	49 日	「2・4」の計	104 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7 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 22 日					「4」の計 0 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	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
休	養				○							○										○					○					
備	考			記 述 模 試	年 一 次 英 検 2					青 西 高 祭	青 西 高 祭	青 西 高 祭		(7 休 日)						海 の 日			成 績 会 議	共 通 テ ス ト	共 通 テ ス ト	年 一 次 英 検 2						

8 月		週休日・祝日合計 11 日					「1」の計 4 日					「2」の計 7 日					平日合計 20 日					「3」の計 16 日					「4」の計 4 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	1	3	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	1	2	3	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 付 け の 学 校 開 校 式	(3 年 夏 期 取 組 み)	(3 年 夏 期 取 組 み)	(3 年 夏 期 取 組 み)	(3 年 夏 期 取 組 み)			職 員 会 議	ト ク レ ン ト テ ス ト						

9 月		週休日・祝日合計 9 日					「1」の計 3 日					「2」の計 6 日					平日合計 21 日					「3」の計 15 日					「4」の計 6 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	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3
休	養					○								○							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
備	考		講 演 会 (全 学 生)								大 学 入 学 共 通 テ ス ト	大 学 入 学 共 通 テ ス ト				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 祝 日	秋 分 の 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	9 日	「1」の計	5 日	「2」の計	4 日	平日合計	22 日	「3」の計	22 日	「4」の計	0 日
------	----------	-----	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----

【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

剣道

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	118 日	「1」の計	63 日	「2」の計	55 日	平日の計	247 日	「3」の計	198 日	「4」の計	49 日	「2・4」の計	104 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	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	1					
休養				○							○							○								○									
備考		創造学 体活動	②英検 1次						記述・模 試大	記述・模 試大		スポー ツの日		生徒会 役員選 挙			模試(3 年希望)				座(1 年)									健康づく り講演会	青西(ト ー)	(男子) 大学	セ・駿 台	駿台 大学	ネッ セ・

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	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	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	3	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	2	3		
休養	○								○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○								○	
備考			文化の日	前健診	前健診	共通テス ト(3)	共通テス ト(3)	②英検 2次			後期生 徒総会						2学期 末考査	2学期 末考査	2学期 末考査	2学期 末考査	2学期 末考査			勤労感 謝の日								

12月	週休日・祝日合計	8 日	「1」の計	5 日	「2」の計	3 日	平日合計	23 日	「3」の計	20 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	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	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	1	3	4	4	4		
休養						○							○								○										○	○	○
備考						修学旅 行	修学旅 行	修学旅 行	修学旅 行	修学旅 行	修学旅 行	修学旅 行				(ダンス 1・2)	ジャ カッ プ	ジャ カッ プ	成 績 会 議	総 務 課		7 期講 習	(全 学)	冬 期講 習 (全 学)	冬 期講 習 (全 学)	冬 期講 習 (全 学)	冬 期講 習 (3 年)			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	5 日	「2」の計	5 日	平日合計	21 日	「3」の計	19 日	「4」の計	2 日
----	----------	------	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----

