

【D2】

2024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	121 日	「1」の計	97 日	「2」の計	24 日	平日の計	244 日	「3」の計	164 日	「4」の計	80 日	「2・4」の計	104 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	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	3	4	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	4	
休養	○							○							○							○								○	
備考	4/6 (5) 年度始休業				職員会議		P T A 入会	学式 測定	始業式 身体測定	運動部活動 顧問会議	道路探検 部紹介	心電図検査 (1年)	(4/7) (代休)			P T A 総会	会 保 護 者	子 (3年女)	子 (3年女)	スタ グ ス ガイ ダ ン	委員会一斉 集会			職員会議	授 業 短 縮 5 分	眼科 検 査	耳鼻科 検 診 (1年)	内科検診 (男子)		昭和の日	金の授業

5 月	週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 10 日 「2」の計 日															平日合計 21 日 「3」の計 15 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	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	1	1	1	1	4	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	(1年女) 内科検診		憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日		交通安全教室		子(2年女) 尿検査					5月テスト 尿検査③	壮行式(陸上・サツ)	遠足				職員会議		避難訓練Ⅰ	(2・3年) 歯科検診	避難訓練Ⅰ				子(2年女) 結団		高校総体

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 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	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	3	2	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	1	
休養				○						○								○	○	○	○	○	○	○	○	○		○			
備考	（高校総体 援）	高校総体	高校総体	代休（6/1）	表彰式・解 団式			大 学 入 学 式 （3年）	大 学 入 学 式 （3年）	大 学 入 学 式 （3年）						予備日（内科検診）									1 学 期 期 末 考 査	1 学 期 期 末 考 査	職 員 会 議 （青西高）	I H ・ 野 球 考 査	学 力 記 述 模 試	ス ト ー リ ン グ 模 試	述 模 試 （3 年）

【D2】

2024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	121 日	「1」の計	97 日	「2」の計	24 日	平日の計	244 日	「3」の計	164 日	「4」の計	80 日	「2・4」の計	104 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 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	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	4	4	3	1	1	1	4	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3
休養	○							○			○	○					○					○							○		
備考							英検2次				青西高祭準備	青西高祭	青西高祭		海の日	(7/13)代休	月の授業 員会議	終業式 職員会議	(8/2)夏季休業			(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)夏期講習	(3年希望)スト模試	(3年希望)スト模試	(全学年)夏期講習	(全学年)夏期講習	(全学年)夏期講習

8月			週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 10 日 「2」の計 日														平日合計 21 日 「3」の計 15 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	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	4	3	3	3	3	1	1	1	4	4	4	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1
休養					○								○	○	○				○							○					
備考	(3年)	夏期講習									山の日	振替休日	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	路探式活動進								

9 月	週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 8 日 「2」の計 4 日															平日合計 18 日 「3」の計 11 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	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	1	1	2	4	4	4	2	2	2	4
休養		○							○								○						○	○	○	○	○	○	○	○
備考					職業ガイダンス(1年)	職業ガイダンス(1年)	職業ガイダンス(1年)	職業ガイダンス(1年)					芸術教室			敬老の日	月の授業	避難訓練Ⅱ	金の授業	運動会		秋分の日	振替休日	職員会議	月の授業	金の授業	開校記念日			2学期中間 考査

【D2】

2024 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	121 日	「1」の計	97 日	「2」の計	24 日	平日の計	244 日	「3」の計	164 日	「4」の計	80 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	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	1	4	3	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3
休養	○						○								○						○							○			
備考	2 学期中間 文祭散 助会 考查	2 学期中間 高総 文祭		英検 1 次②	高総文祭	高総文祭						試験(3 年) 大記述模	試験(3 年) 大記述模	ベネッセ・ 大記述模	スポーツの 職員会議	月の授業		健診(男 子)	修学旅行前	試全 統記述模 (3 年希 望者)				生徒会役員 選挙						健診(女 子)	修学旅行前

187

11 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	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	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	4	2	2	4	4	4	4	4	2
休養					○						○							○				○	○	○	○	○	○	○	○	○
備考		ト 模試(3	学共 通テス	駿台大 学入試	学共 通テス	駿台大 学入試	振替休日		月の授業			全統 模試(3 年)	通テス (3年)	通テス (3年)		職員 会議	⑥ 口座(1 年)													2 学期 期末 考查

218

12 月		週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 7 日 「2」の計 4 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	2	4	4	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	2	2	2	
休養	○	○	○													○							○						○	○	○	
備考		2 学期 期末 考查	2 学期 期末 考查	2 学期 期末 考查							後 期 生 徒 総 会	進 路 カ イ タ ス （1・ 2 年）						チャ レン ジ カ ッ プ	チャ レン ジ カ ッ プ	績 会 議 職	終 業 式 （12/31）	冬 休 み		（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 全 学 年）	学 校 閉 庁 日	学 校 閉 庁 日	学 校 閉 庁 日

【D2】

2024 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 121 日	「1」の計 97 日	「2」の計 24 日	平日の計 244 日	「3」の計 164 日	「4」の計 80 日	「2・4」の計 104 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	2	2	2	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3			
休養	○	○	○			○								○				○		○							○						
備考	元日 開庁日 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・3)	総合学 力テ スト (1・2・3)					会 議 (③英	受 験 者 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 10 日 「1」の計 5 日 「2」の計 5 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	1	1	4	3	3	4	4	2	2	4	2	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3							
休養			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○								○										
備考			学年分掌総括会議								建国記念の日	18日(1・2)	選抜選手発表会	学年末考査(1・2)	学年末考査(1・2)		年(1・2)職員	年(1・2)職員	学年末考査(1・2)					天皇誕生日	振替休日										

3 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 13 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	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	3	1	1	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	1	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	4
休養				○	○	○	○	○		○							○							○							○
備考	卒業式	③英検2次	代休3/1		入学 者選 抜 準備	入学 者選 抜	採点	採点				(追 検 査)	授 業 選 抜 ③	進 級 認 定 会 職員 会	合 格 発表 会		(再 募 集 受 付)	(再 募 集 査 査)	(再 募 集 合 格 発表 表)	春 分 の 日	入 学 予 定 者 説 明 会			任 了 式 退 任 式	修 了 式 退 任 式	春 期 特 別 講 習	学 年 末 休 業 特 別 講 習	学 年 末 休 業	学 年 末 休 業	学 年 末 休 業 (3/8)	学 年 末 休 業 振替 休業