

2023年度

年間指導計画表(バレーボール部)

※原則週1日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	120 日	「1」の計	13 日	「2」の計	107 日	平日の計	246 日	「3」の計	144 日	「4」の計	102 日	「2・4」の計	209 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	---------	-------

4 月	週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 4 日							「2」の計 6 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								
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								
実施状況	1	2	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	4	3	1	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4	3	1	2								
休養日		○					○		○				○			○				○		○	○					○		○								
備考							新任式・入学式			始業式等																												

5 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 14 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	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								
実施状況	3	1	1	1	1	2	2	3	3	3	4	3	1	2	3	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	1	2	3	3	4								
休養日						○	○				○			○			○					○		○					○		○								
備考	即位の日	開校記念日	憲法記念日	みどりの日	こどもの日																																		

6 月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 1 日							「2」の計 8 日							平日合計 21 日							「3」の計 9 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	29	30								
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								
実施状況	3	3	1	2	2	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3								
休養日				○	○		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○									
備考	壮行式	県高校総体	県高校総体	県高校総体	県高校総体					遠足			公開授業	公開授業							1学期期末考査	1学期期末考査	1学期期末考査	1学期期末考査														

2023年度

年間指導計画表(バレーボール部)

※原則週1日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	120 日	「1」の計	13 日	「2」の計	107 日	平日の計	246 日	「3」の計	144 日	「4」の計	102 日	「2・4」の計	209 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	---------	-------

7 月	週休日・祝日合計 11 日							「1」の計 0 日							「2」の計 11 日							平日合計 20 日					「3」の計 15 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	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					
実施状況	2	2	3	3	4	4	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3					
休養日	○	○			○	○		○	○			○			○	○	○		○			○	○			○			○	○						
備考					準備	体育祭											海の日				終業式				体験入学準備	体験入学										

8 月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 0 日							「2」の計 9 日							平日合計 22 日					「3」の計 14 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					
実施状況	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3					
休養日		○			○	○			○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						○	○			○						
備考											山の日	お盆休み	お盆休み	お盆休み	お盆休み	お盆休み	お盆休み	お盆休み	お盆休み	お盆休み				始業式												

9 月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 0 日							「2」の計 9 日							平日合計 21 日					「3」の計 9 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	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						
実施状況	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2						
休養日		○																											○	○						
備考					インターンシップ	インターンシップ	インターンシップ											敬老の日						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			

2023年度

年間指導計画表(バレーボール部)

※原則週1日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	120 日	「1」の計	13 日	「2」の計	107 日	平日の計	246 日	「3」の計	144 日	「4」の計	102 日	「2・4」の計	209 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	---------	-------

10 月	週休日・祝日合計 9 日									「1」の計 0 日						「2」の計 9 日			平日合計 22 日						「3」の計 14 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
実施状況	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3
休養日	○			○			○	○			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○			○	○		
備考									スポーツの日					60周年記念式典		代休			芸術鑑賞		むつ工祭準備	むつ工祭	むつ工祭	むつ工祭後片付け		代休	代休				

11 月	週休日・祝日合計 8 日								「1」の計 0 日							「2」の計 8 日			平日合計 22 日						「3」の計 10 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	29	30
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
実施状況	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3
休養日	○			○	○			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○			○	
備考																				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	2学期期末考査						

12 月	週休日・祝日合計 10 日										「1」の計 0 日					「2」の計 10 日					平日合計 21 日						「3」の計 9 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	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		
実施状況	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2		
休養日		○	○			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○		
備考														修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行						終業式							年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み

2023年度

年間指導計画表(バレーボール部)

※原則週1日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	120 日	「1」の計	13 日	「2」の計	107 日	平日の計	246 日	「3」の計	144 日	「4」の計	102 日	「2・4」の計	209 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	---------	-------

1 月		週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 0 日							「2」の計 13 日							平日合計 18 日							3」の計 15 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	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				
実施状況	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4				
休養日	○	○	○	○	○	○	○			○			○	○					○	○			○			○	○			○					
備考	年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み	年末年始休み			始業式																									

2 月		週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 0 日							「2」の計 9 日							平日合計 20 日							3」の計 6 日			4」の計 14 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							
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							
実施状況	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4							
休養日			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○			○	○	○	○	○	○							
備考											建国記念日	振替休日	学年末考査	学年末考査	学年末考査	学年末考査																				

3 月		週休日・祝日合計 11 日							「1」の計 0 日							「2」の計 11 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	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				
実施状況	4	2	2	4	4	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2					
休養日	○	○	○	○	○	○			○	○			○			○	○		○	○			○	○			○		○	○					
備考	卒業式			選抜準備	入学者選抜	採点														春分の日						修了式									