

年度

年間指導計画表(ソフトテニス部)

※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 132 日	「1」の計 50 日	「2」の計 82 日	平日の計 233 日	「3」の計 151 日	「4」の計 82 日	「2・4」の計 164 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4月		週休日・祝日合計 9 日					「1」の計 4 日				「2」の計 5 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
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
実施状況	4	4	3	3	1	2	4	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	2	3
休養日	○	○				○	○		○				○			○				○			○				○		○	
備考							新 任 式 ・ 入 学 式	始 業 式 ・ 対 面 式											授 業 T 参 観 A 総 会										昭 和 の 日	

5月		週休日・祝日合計 12 日						「1」の計 6 日					「2」の計 6 日					平日合計 19 日					「3」の計 16 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	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 状況	3	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	4	3	1	2	3	3	4	3	3	1			
休養 日				○	○	○					○			○				○				○			○			○						
備考		開 校 記 念 日	憲 法 記 念 日 下北地区春季	み ど り の 日	こ ど も の 日	振 替 休 日・ 春 季 県 大 会			県 春 季	県 春 季							二 北 春 季													高 校 総 体 （ 移 動 日 ）	高 校 総 体			

[illegible]

2025年度

年間指導計画表(ソフトテニス部)

※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	132 日	「1」の計	50 日	「2」の計	82 日	平日の計	233 日	「3」の計	151 日	「4」の計	82 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7月		週休日・祝日合計 9 日「1」の計 4 日「2」の計 5 日															平日合計 22 日「3」の計 16 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	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	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	4	3	4	1	2	3	3	4	3	
休養日		○				○			○				○			○				○	○		○		○		○			○		
備考	体育祭準備	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 14 日							「1」の計 5 日							「2」の計 9 日							平日合計 17 日							「3」の計 14 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	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	1	2	3	3	4	3	3	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2														
休養日			○			○				○	○	○	○	○			○			○				○			○				○														
備考		審判講習会									山の日・閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日							ロボット競技大会	ロボット競技大会			始業式						地区新人戦														

9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 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							
実施状況	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	1	2	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	1	2	3	3							
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								県新人戦	県新人戦	県新人戦	敬老の日		考查1週間前						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											

2025年度

年間指導計画表(ソフトテニス部)

※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	132 日	「1」の計	50 日	「2」の計	82 日	平日の計	233 日	「3」の計	151 日	「4」の計	82 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

10 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 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	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
実施状況	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	4	2	2	3	1	2	3	3
休養日	○				○			○				○	○		○				○			○		○	○	○			○		
備考													スポーツの日		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	10／25代休	10／26代休		

11 月	週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 4 日 「2」の計 8 日															平日合計 18 日 「3」の計 7 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	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	2	3	4	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	2	2	3	4	3	3	1	2
休養日		○	○		○				○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○		○				○
備考			文化の日								考查1週間前							2学期期末考查	2学期期末考查	2学期期末考查	2学期期末考查		勤労感謝の日	振替休日						

12月	週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 3 日 「2」の計 8 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	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	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2
休養日			○				○			○				○			○				○	○	○	○			○	○	○	○	○
備考																						球技大会	球技大会・終業式				閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日

2025年度

年間指導計画表(ソフトテニス部)

※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	132 日	「1」の計	50 日	「2」の計	82 日	平日の計	233 日	「3」の計	151 日	「4」の計	82 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1月	週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 4 日 「2」の計 8 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	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
実施状況	2	2	2	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1
休養日	○	○	○	○			○				○	○		○				○			○				○			○			
備考	閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日						下北地区インドア		成人の日	始業式							修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行		21 / 24 代休日 学年		3 学年末考査	3 学年末考査	3 学年末考査	

2月		週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 2 日 「2」の計 8 日															平日合計 18 日 3)の計 7 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
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
実施状況	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	1	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	4	3	3	2
休養日	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○			○				○	○		○			○
備考		考査1週間前			生徒実践発表				1・2学年末考査	1・2学年末考査	建国記念の日	1・2学年末考査	1・2学年末考査						生徒実践発表会				天皇誕生日				卒業式準備	卒業式予行表彰式

3月	週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 6 日 「2」の計 6 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
実施状況	2	1	1	4	4	4	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	4	4	3	2	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3
休養日	○			○	○	○		○			○				○		○	○		○		○			○				○		
備考	卒業式	2 / 28代休日	3 / 1代休日	入学者選抜準備	入学者選抜	採点日				追検査準備	追検査		合格発表			再募集検査準備	再募集検査	再募集合格発表		春分の日				合格者説明会準備	合格者説明会	終了式・離任式					

