



2024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	118 日	「1」の計	52 日	「2」の計	66 日	平日の計	247 日	「3」の計	163 日	「4」の計	84 日	「2・4」の計	150 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 18 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	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	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3
休養日					○		○						○		○	○				○		○				○		○			
備考				体育祭準備	体育祭			体育祭予備日							海の日											終業式	体験入学				

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 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	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	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1
休養日		○		○					○		○	○				○		○					○		○					○	
備考			審判講習会								山の日	振替休日											ロボット競技大会	ロボット競技大会 二北新人戦		始業式					地区新人戦

9 月		週休日・祝日合計 11 日					「1」の計 6 日					「2」の計 5 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	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	
実施状況	2	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	1	2	2	4	4	4	4	1	2	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							特別講演(A.M)		県新人戦	県新人戦	県新人戦	敬老の日						秋分の日	振替休日		2学期中間考査	2学期中間考査	2学期中間考査			

2024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	118 日	「1」の計	52 日	「2」の計	66 日	平日の計	247 日	「3」の計	163 日	「4」の計	84 日	「2・4」の計	150 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

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 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	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	4	4	3	1	1	3											
休養日				○		○						○		○	○				○		○				○	○	○															
備考														スポーツの日		芸術鑑賞							高校生のための講演会			むつ工祭準備	むつ工祭	むつ工祭	むつ工祭後片付け	10/26代休	10/27代休											

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 7 日							「4」の計 13 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	4	1	2	2	3	3	3	4	1	2	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	1	2	3	3	3	3	4	1												
休養日	○		○	○				○		○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○		○					○													
備考			文化の日	振替休日															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 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	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	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	2	2											
休養日	○					○		○					○		○				○	○		○					○		○	○	○											
備考			修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行		2学年代休										球技大会	球技大会・終業式									閉庁日	閉庁日	閉庁日											

2024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	118 日	「1」の計	52 日	「2」の計	66 日	平日の計	247 日	「3」の計	163 日	「4」の計	84 日	「2・4」の計	150 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1 月	週休日・祝日合計 12 日					「1」の計 3 日					「2」の計 9 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	
実施状況	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	4		
休養日	○	○	○	○	○					○		○	○				○		○					○		○					○	
備考	閉庁日	閉庁日	閉庁日								下北地区イントア		成人の日	始業式																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 4 日					「2」の計 6 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	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	1	2	4	4	4	4	4	1	2	4	2	4	4	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	3	4	
休養日		○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○		○					○		○	○					○
備考					生徒研究発表					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	1・2学年末考査									天皇誕生日	振替休日				卒業式準備	表彰式

3 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 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
実施状況	3	2	1	3	4	4	4	1	2	3	3	4	3	4	1	2	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	1	2	3
休養日		○			○	○	○		○			○		○		○		○		○	○		○					○		○	
備考	卒業式		3/1代休日		入学者選抜準備	入学者選抜	採点日					追検査		合格発表				再募集検査	再募集合格発表	春分の日					合格者説明会	終了式・離任式					