

2024 年度

年間指導計画表(卓球部)

※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	117 日	「1」の計	10 日	「2」の計	107 日	平日の計	239 日	「3」の計	182 日	「4」の計	57 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

4 月		週休日・祝日合計 1 日							「1」の計 1 日							「2」の計 0 日							平日合計 21 日							「3」の計 14 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	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	4	4	4	4	4			4	4	3	3	3			3	3	3	3	3	1		3	3	3	3	3				3													
休養日	○	○	○	○	○			○	○																																		
備考								新任式・入学式	始業式・対面式											春季地区予選										昭和の日													

5 月		週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 3 日							「2」の計 7 日							平日合計 20 日							「3」の計 20 日							「4」の計 0 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	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1		3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3													
休養日		○	○	○	○	○																			○	○																	
備考		開校記念日	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日				春季県大会	春季県大会	春季県大会	春季県大会					高校総体地区予選													高校総体												

6 月		週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 3 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													
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	1	1	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2													
休養日				○				○	○						○	○		○	○	○	○			○					○	○													
備考	高校総体	高校総体	高校総体												遠足						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																			

2024 年度

年間指導計画表(卓球部)

※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	117 日	「1」の計	10 日	「2」の計	107 日	平日の計	239 日	「3」の計	182 日	「4」の計	57 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7 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 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	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	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 12 日							「1」の計 0 日							「2」の計 12 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	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2												
休養日			○	○						○	○	○	○	○			○	○				○	○	○	○	○					○												
備考											山の日	振替休日										ロボット競技大会	ロボット競技大会			始業式																	

9 月		週休日・祝日合計 11 日							「1」の計 0 日							「2」の計 11 日							平日合計 19 日							「3」の計 13 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	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	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	2	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)				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(卓球部)

※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	117 日	「1」の計	10 日	「2」の計	107 日	平日の計	239 日	「3」の計	182 日	「4」の計	57 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

10 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 17 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												
実施状況	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	2	4	2	2	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 9 日							「1」の計 3 日							「2」の計 6 日							平日合計 21 日							「3」の計 14 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	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	1	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4													
休養日					○	○			○	○						○	○		○	○	○	○	○	○							○												
備考	新人戦	新人戦	新人戦	新人戦															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 0 日							「2」の計 11 日							平日合計 20 日							「3」の計 18 日							「4」の計 2 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	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	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(卓球部)

※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	117 日	「1」の計	10 日	「2」の計	107 日	平日の計	239 日	「3」の計	182 日	「4」の計	57 日	「2・4」の計	164 日
-------------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1 月		週休日・祝日合計 12 日					「1」の計 0 日					「2」の計 12 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	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	
休養日	○	○	○	○	○						○	○	○	○				○	○						○	○			○	○	○	
備考	閉庁日	閉庁日	閉庁日									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 0 日					「2」の計 10 日					平日合計 18 日					3」の計 12 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			
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	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	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 11 日					「1」の計 0 日					「2」の計 11 日					平日合計 20 日					3」の計 10 日					4」の計 10 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	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	3	3	2	2	3	4	3	2	3	2	2	3	4	4	3	3	2	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					