

2025 年度

年間指導計画表(青森東高等学校ソフトボール部)

人数	1年	2年	3年	計
男				0
女	7	2	8	17

※原則週1日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

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 169 日 「1」の計 74 日 「2」の計 95 日 平日合計 195 日 「3」の計 124 日 「4」の計 71 日

「2・4」の計 166 日

4 月	週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 9 日					「2」の計 4 日				平日合計 17 日					「3」の計 11 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	1	1	1	1	1	2	4	4	4	3	3	1	2	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	3	1	2	4	1	3
休養						○	○	○	○											○	○						○	○		
備考							入学式	入学式	始業式	実力テスト①	実力テスト②	部活動紹介						部活動組織委員会	P.T.A総会											昭和の日

5 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	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	1	2	2	1	3	3	3	1	1	4	3	3	3	4	1	2	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	1	
休養				○	○							○				○		○	○						○	○					
備考				憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日					春季大会	春季大会				遠足														高校総体

6 月	週休日・祝日合計 11 日							「1」の計 3 日					「2」の計 8 日				平日合計 19 日					「3」の計 8 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	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	1	4	2	3	3	3	2	1	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	1	2	4	3	3	3	3	2	2	2
休養		○	○				○			○	○	○	○	○	○	○	○		○	○								○	○	○
備考	高校総体		5/30代休							考查前週間	考查前週間	考查前週間	考查前週間	考查前週間	7/12代休		定期考査①	定期考査①	定期考査①	競技大会	競技大会								模試全年次	7/12代休

7 月	週休日・祝日合計 16 日							「1」の計 10 日					「2」の計 6 日				平日合計 15 日					「3」の計 11 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	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	1	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1
休養					○		○				○	○	○	○						○	○							○	○		
備考										文化祭準備	文化祭準備	文化祭	文化祭	文化祭	7/13代休		全校集会				海の日	夏季休業	↓8/24まで								

8 月	週休日・祝日合計 25 日							「1」の計 12 日					「2」の計 13 日				平日合計 6 日					「3」の計 4 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	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	1	1	2	4	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2
休養			○	○						○	○	○	○	○			○	○				○	○	○	○					○	○
備考										閉庁日	閉庁日	山の日の閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日																模試全年次

9 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 8 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	
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	3	3	3	1	2	4	3	3	3	3	1	2	2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	1	2	2	1	
休養	○	○					○	○						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○		
備考		芸術教室													敬老の日	考查前週間	開校記念日	考查前週間	考查前週間	考查前週間	考查前週間	考查前週間	定期考査②	秋分の日	定期考査②	定期考査②	前期終業式	定期考査②			開校記念日

2025 年度

年間指導計画表(青森東高等学校ソフトボール部)

人数 1年 2年 3年 計

※原則週1日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

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

Table with 5 columns: 人数, 1年, 2年, 3年, 計. Rows for 男 (0) and 女 (7, 2, 8, 17).

年間 週休日・祝日合計 169 日 「1」の計 74 日 「2」の計 95 日 平日の計 195 日 「3」の計 124 日 「4」の計 71 日

「2・4」の計 166 日

10月 calendar grid with columns for days of the week and rows for implementation status, rest days, and notes.

11月 calendar grid with columns for days of the week and rows for implementation status, rest days, and notes.

12月 calendar grid with columns for days of the week and rows for implementation status, rest days, and notes.

1月 calendar grid with columns for days of the week and rows for implementation status, rest days, and notes.

2月 calendar grid with columns for days of the week and rows for implementation status, rest days, and notes.

3月 calendar grid with columns for days of the week and rows for implementation status, rest days, and notes.