2023 年度

年間指導計画表（青森県立八戸東高等学校　女子バスケットボール部）

※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ています

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 139 日 ｜「1」の計 102 日 ｜「2」の計 37 日 ｜平日の計 225 日 ｜「3」の計 144 日 ｜「4」の計 81 日 ｜「2・4」の計 118 日

4 月

週休日・祝日合計 10 日 ｜「1」の計 10 日 ｜「2」の計 0 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	1	1	3	3	3	4	4	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1
休養						○	○			○							○							○						
備考	年度始休業	年度始休業	年度始休業	年度始休業	年度始休業	年度始休業	新任式・入学式			始業式・部紹介								部活動組織会											PTA総会	

5 月

週休日・祝日合計 11 日 ｜「1」の計 8 日 ｜「2」の計 3 日 ｜平日合計 20 日 ｜「3」の計 9 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	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	4	3	1	2	1	1	1	4	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3
休養	○			○				○		○	○	○	○	○	○	○	○	○				○							○		
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日					テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	中間考査	中間考査	中間考査			部活動強化週間	部活動強化週間	部活動強化週間	部活動強化週間	部活動強化週間			部活動強化週間	部活動強化週間	部活動強化週間

6 月

週休日・祝日合計 19 日 ｜「1」の計 8 日 ｜「2」の計 11 日 ｜平日合計 11 日 ｜「3」の計 8 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
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	3	1	1	1	2	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	4	1	1	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	1
休養					○							○				○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
備考	高総体壮行式	高総体移動日	高総体	高総体	代休	高総体報告会						振替休日			体育祭準備	体育祭			振替休日	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	期末考査	期末考査	期末考査	期末考査

7 月

週休日・祝日合計 11 日 ｜「1」の計 9 日 ｜「2」の計 2 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	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	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	4	4	2	1	1	4	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	1	1	4
休養			○							○			○	○	○			○				○		○						○
備考													八東祭準備	八東祭	八東祭		海の日					表現科公演		終業式							

8 月

週休日・祝日合計 14 日 ｜「1」の計 9 日 ｜「2」の計 5 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	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	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	4	1	1	1	1	2	3	3	1	1	4	3	3	3
休養							○					○	○	○	○			○					○					○			
備考			中学生体験入学								山の日	閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日		高教研	高教研				振替休日	振替休日	始業式							

9 月

週休日・祝日合計 10 日 ｜「1」の計 8 日 ｜「2」の計 2 日 ｜平日合計 20 日 ｜「3」の計 8 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	3	1	1	4	3	4	3	3	1	1	4	4	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1
休養				○		○					○	○							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
備考						八東杯	八東杯					芸術教室						敬老の日		テスト週間	テスト週間	テスト週間	秋分の日テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	中間考査	中間考査	中間考査	

10 月

週休日・祝日合計 11 日 ｜「1」の計 10 日 ｜「2」の計 1 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	1	4	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	4	1	3	3	1	1	4	3
休養		○							○							○								○	○					○	
備考						高総文開会式			スポーツの日															1・3学年遠足	開校記念日						

11 月

週休日・祝日合計 10 日 ｜「1」の計 7 日 ｜「2」の計 3 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	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	3	3	1	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	4	4	2	4	2	2	4	4	4	3
休養						○							○							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
備考			文化の日																	テスト週間	テスト週間	テスト週間	勤労感謝の日テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	期末考査	期末考査	期末考査

12 月

週休日・祝日合計 11 日 ｜「1」の計 8 日 ｜「2」の計 3 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	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	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	2	2	2
休養				○							○							○							○				○	○	○
備考																						終業式							学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日

1 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 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	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	2	2	2	3	3	1	1	2	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3
休養	○	○	○					○							○							○							○		
備考	学校閉庁日	学校閉庁日	学校閉庁日					成人の日		始業式																					

2 月

週休日・祝日合計 10 日 ｜「1」の計 7 日 ｜「2」の計 3 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
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	3	3	1	1	4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	1	1	4	3	3	3	1	1	1	4	3	3	4
休養					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○							○			○
備考						テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	テスト週間	建国記念日	振替休日	テスト週間	学年末考査	学年末考査	学年末考査	学年末考査							天皇誕生日						卒業式予行

3 月

週休日・祝日合計 10 日 ｜「1」の計 10 日 ｜「2」の計 0 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	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	4	1	1	4	4	4	4	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	1	3	4	1	1	4	3	3	3	3	1	1
休養	○			○	○	○	○				○								○			○			○						
備考	卒業式			選抜検査準備	入学者選抜検査	採点日	採点日	選抜会議												春分の日		入学予定者説明会			修了式	学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業