

2024年度

年間指導計画表(少林寺拳法 部)

※原則週1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 114 日 「1」の計 45 日 「2」の計 69 日 平日の計 248 日 「3」の計 168 日 「4」の計 80 日 「2・4」の計 149 日

4 月	週休日・祝日合計 6 日					「1」の計 3 日					「2」の計 3 日					平日合計 24 日					「3」の計 18 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	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	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	4	3	4	3
休養						○		○					○		○	○				○		○					○		○	
備考	学年始休	学年始休	学年始休	学年始休	学年始休		新任・入学式	カテ始業式・実	対面式	身体測定・			委員会集会	P T A 総会	開校記念日	四月七日	振替休日	四月十三日	部活動編成集会	交通安全教室					情報モラル教室				昭和の日	

5 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 17 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	3	3	4	1	4	1	2	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3					
休養			○		○		○				○		○					○		○					○		○								
備考	(月) 授業	前期生徒総会	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日			避難訓練①				高総体結団式					県外激励会													高校総体開会式				

6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 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
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	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2
休養			○					○		○					○		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
備考	高校総体	高校総体	高校総体	告会 高校総体報		命を守る教室 3年進路説明会	県高P連大会（十和田市）					予行 午後体育祭	体育祭		予備日					ダンス 先輩の講話 3年進路ガイ		県内激励会				（金）授業	1学期末考査	1学期末考査		

2024 年度

年間指導計画表(少林寺拳法 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 114 日 「1」の計 45 日 「2」の計 69 日 平日の計 248 日 「3」の計 168 日 「4」の計 80 日 「2・4」の計 149 日

7月			週休日・祝日合計 8 日								「1」の計 4 日				「2」の計 4 日				平日合計 23 日 「3」の計 17 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	4	3	3	3	4	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3			
休養	○				○	○		○					○		○					○		○					○		○					
備考	1学期末 考查	1学期末 考查		止薬 教室 物乱 用防	遠足						イ ダ ン ス ①	2年進 路ガ			海の日	(月)授 業		習 1・2 年秋 祭り 練				1学期 終業 式	体験入 学	進学講 習	進学講 習	進学講 習								

8 月			週休日・祝日合計 13 日							「1」の計 4 日							「2」の計 9 日							平日合計 18 日							「3」の計 15 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	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2																
休養			○		○					○		○	○	○	○		○		○					○		○					○																
備考							S P I 講 習	S P I 講 習			山 の 日	振 替 休 日	閉 庁 日	閉 庁 日	閉 庁 日					高 教 研						2 学 期 始 業 式				秋 祭 り 練 習 Ⅱ	1・2 年																

9 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 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	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	2	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3	4	4	2	2	2	4	4	4	3	2	1	4
休養	○	○					○		○						○	○			○	○	○	○	○	○	○	○		○		○
備考		習 Ⅲ	事 前 指 導	イ ン タ ー ン シ ッ プ (2 年)	イ ン タ ー ン シ ッ プ (2 年)	イ ン タ ー ン シ ッ プ (2 年)	十 和 田 市 秋 祭 り					イ ダ ン ス ①	1 年 進 路 ガ			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(少林寺拳法 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 114 日 「1」の計 45 日 「2」の計 69 日 平日の計 248 日 「3」の計 168 日 「4」の計 80 日 「2・4」の計 149 日

10 月		週休日・祝日合計 7 日 「1」の計 3 日 「2」の計 4 日															平日合計 24 日 「3」の計 18 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	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	3	
休養					○		○					○		○			○	○	○	○		○				○						
備考			イ2 年進 路ガ ②	高 総文	高 総文	高 総文					芸 術鑑 賞			ス ポ ー ツ の 日			備 十 和 工 祭 準	備 十 和 工 祭 準	十 和 工 祭	十 和 工 祭	後 物 品 移 動	十 振 替 休 日 九 日	十 振 替 休 日 二 十 日	(月) 授 業				(企 業 見 学 一 年)		説 明 会	授 業 公 開	

11 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 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	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	2	1	2	3	3	3	3	2	1	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	1	4	3	3	3	3	2
休養		○		○					○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○					○
備考	授 業 公 開		文 化 の 日	振 替 休 日										イ1 ダンス ②ガ					2 学 期 末 考 査	2 学 期 末 考 査	2 学 期 末 考 査	2 学 期 末 考 査	勤 労 感 謝 の 日					立 会 演 説 会		

12 月			週休日・祝日合計 8 日 「1」の計 3 日 「2」の計 5 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	2	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	4	2	1	4	3	3	3	3	2				
休養	○	○					○		○					○		○				○	○		○					○				
備考	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	2年生代休 十二月一日						イ2年進路ガ ダンス③						(金)授業		球技大会			2学期終業式	冬季休業 一月十日まで					閉庁	閉庁	閉庁	

2024年度

年間指導計画表(少林寺拳法 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	114 日	「1」の計	45 日	「2」の計	69 日	平日の計	248 日	「3」の計	168 日	「4」の計	80 日	「2・4」の計	149 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	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	2	2	2	2	1	4	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	4	3	3	3
休養	○	○	○	○		○					○		○					○		○					○		○	○			
備考	元日	閉庁日	閉庁日										成人の日	始業式		R県内企業ト				学校評価会議				進路講話(13年)	研修報告会委員会集会			3年学末考査	ス3年学末考査	ス3年学末考査	

2月			週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 3 日 「2」の計 7 日														平日合計 18 日 「3」の計 10 日 「4」の計 8 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	2	1	4	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3			
休養	○		○		○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○					○		○						
備考					学習 成果 発表会					学年 末考査	建国 記念日	学年 末考査	学年 末考査	学年 末考査						後期 生徒 総会			天皇 誕生日	振替 休日	歌唱 指導	歌唱 指導	歌唱 指導	表彰 式 入会 式		

3 月	週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 6 日 「2」の計 5 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	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	2	1	4	3	4	4	4	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	1	3	2	1	4	3	4	3	3	2	1	4
休養	○		○		○	○	○	○		○					○		○					○		○		○			○		○
備考	卒業証書授与式		三振替休日	(金)授業	(午後)選抜準備	入学者選抜	入学者選抜				(進級認定会議)(追検査)			合格発表			(再募集検査)	(再募集)格発表	春分の日	合格者説明会					2年SP1授業説明会	(金)授業式・表彰式・終了	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