

2025 年度

年間指導計画表(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 120 日	「1」の計 100 日	「2」の計 20 日	平日の計 245 日	「3」の計 156 日	「4」の計 89 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	-------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4 月	週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 8 日 「2」の計 1 日															平日合計 21 日 「3」の計 17 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
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	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	2	3
休養	○							○							○							○							○	
備考	学年始休	学年始休	学年始休	学年始休			新任・入学式	礎始業式・基礎力テスト	対面式測定・	校内規定説明会	部活動編成集会			開校記念日	委員会集会		室交通安全教	P T A 総会						情報モラル教室					昭和の日	

※ HS … 青森県高校春季大会

5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 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	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	1	1	1	2	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1
休養						○							○							○							○				
備考	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		(火) 授業							避難訓練①							高総体結団式								高校総体開会式	高校総体

※ HS … 青森県高校総合体育大会

6月		週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 6 日 「2」の計 3 日															平日合計 21 日 「3」の計 10 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	1	3	4	4	4	4	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	3	1	2	4	4	4	4	2	2	4	
休養			○	○	○	○				○							○						○	○	○	○	○	○	○	○	
備考	高校総体	高校総体	高校総体報告会		命を守る教室 3年進路説明会	学校安全講習					会 体育祭組集								予行 午後体育祭	体育祭	予備日					イ 3年進路力 ダンス				1学期期末考査	

2025 年度

年間指導計画表(バスケットボール部)

※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 120 日	「1」の計 100 日	「2」の計 20 日	平日の計 245 日	「3」の計 156 日	「4」の計 89 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	-------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

7月		週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 9 日 「2」の計 0 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	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	4	4	4	4	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	1	4	3	4	3	1	1	3	4	3	3
休養	○	○	○	○				○							○							○		○					○		
備考	1学期期末考査	1学期期末考査	1学期期末考査	遠足						止薬物乱用防教室							イ2年進路ガイダンス①				海の日	(月)授業	1学期終業式	体験入学					進学講習	進学講習	進学講習

※ HS … 青森県リーグ(第1節・第2節)

8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 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	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	3	4	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	2	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1
休養					○							○	○	○	○	○			○							○					
備考							SPI講習	SPI講習			山の日		閉庁日	閉庁日	閉庁日				高教研	高教研					2学期始業式	秋祭り練習 1年	秋祭り練習 2年				

※ HS … 青森県リーグ(第3節・第4節)・三北地区高校新人大会

9月		週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 8 日 「2」の計 3 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	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	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	1	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	4	1	1	1	4
休養		○							○							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○	
備考		(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1年進路ガイ ダンス①				敬老の日		自転車点検	ダス②1年進路ガイ ダンス②2年進路ガイ					秋分の日	2学期中間 考査	2学期中間 考査	2学期中間 考査					

※ HS … 全国高校選手権大会青森県予選

2025年度

年間指導計画表(バスケットボール部)

※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 120 日	「1」の計 100 日	「2」の計 20 日	平日の計 245 日	「3」の計 156 日	「4」の計 89 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	-------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

10月	週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 9 日 「2」の計 0 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	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	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	3	3	4	1	1	3	3	1	1	3	4	3	3	3	
休養							○							○						○								○				
備考			高総文	高総文	高総文					英リスニング			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	後片付け	物品移動	振替休日 十月十八日	振替休日 十月十九日						(1年)企業見学		授業公開 避難訓練③	授業公開

※ HS … 青森県高校新人ブロック大会

11月		週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 10 日 「2」の計 2 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	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	1	4	3	3	3	1	1	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	1	1	4	3	3	3	1	1	
休養				○							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○						
備考			文化の日		(月)授業								イ1年進路ガイダンス③				立(会)演説会	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査	2学期末考査		

12 月			週休日・祝日合計 8 日 「1」の計 8 日 「2」の計 0 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	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	4	
休養		○							○							○							○							○	○	
備考	日十一月二四	2年生代休	委員会集会								後期生徒総会							イダ2年進路ガ ンス③				球技大会	球技大会	式2学期終業	冬季休業 一月九日まで				開庁	開庁	開庁	

※ HS … 青森県高校新人決勝大会・青森県リーグ(第5節・第6節)

2025 年度

年間指導計画表(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 120 日	「1」の計 100 日	「2」の計 20 日	平日の計 245 日	「3」の計 156 日	「4」の計 89 日	「2・4」の計 109 日
-------------------	-------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

1 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	2	4	2	2	3	3	3	3	3	1	1	2	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4	3	3	3	1
休養	○	○	○	○								○	○							○							○				
備考	元日	閉庁日	閉庁日									成人の日	3学期始業式		R県内企業P				学校評価会議			進路講話(13年)	研修報告会			3年学年末考査	ス3年11年学年末考査	ス3年12年学年末考査			

2月			週休日・祝日合計 9日															「1」の計 4日					「2」の計 5日					平日合計 19日										「3」の計 9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																			
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																			
実施	1	3	4	3	4	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	4	4	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	3																			
休養			○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○							○																							
備考						生徒の発表会					建国記念日	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		歌唱指導	歌唱指導	歌唱指導	表彰式 同窓会入会式																			

3 月	週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 11 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	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	4	1	1	4	4	4	1	1	3	4	4	3	3	1	1	3	4	3	3	1	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	4
休養	○			○	○	○				○	○						○							○							○
備考	卒業証書授与式	振替休日	振替休日	振替休日	選抜準備	入学者選抜	入学者選抜				(追検査)		進級認定会議				(再募集検査)	(再募集検査)	合格者説明会	春分の日				顔写真撮影		企業説明会	表彰式・修了式・離任式	学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業