

年間指導計画表(柔道部)

※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 119 日	「1」の計 48 日	「2」の計 71 日	平日の計 246 日	「3」の計 136 日	「4」の計 110 日	「2・4」の計 181 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	-------------	---------------

4	月		週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 4 日 「2」の計 7 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	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	2	3	2	3	4	4	2	2	3	3	4	4	3	3	2	1	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	1	1
休養		○	○		○				○	○							○							○						
備考	学年始休	学年始休	学年始休	学年始休	学年始休	学年始休	新任式・入学式	始業式			身体測定	部活動開会式	委員会集会	開校記念日	部編成集会	PTA総会		振休 4 / 1 6			交通安全教室		地域ボランティア					生徒総会	昭和の日	

5	月	週休日・祝日合計 9 日									「1」の計 2 日		「2」の計 7 日					平日合計 22 日					「3」の計 14 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	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	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	
休養	○			○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					○			○				○			
備考			憲法記念日	みどりの日	こどもの日							情報モラル教育				1学期中間考査	1学期中間考査	1学期中間考査	避難訓練							高総体結団式						

6	月	週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 4 日 「2」の計 5 日															平日合計 21 日 「3」の計 11 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	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	3	3	1	1	3	4	4	3	3	1	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4
休養	○						○	○				○			○				○			○	○	○	○	○	○	○	○	○
備考			高校総体開会式	高校総体	高校総体	高校総体	高校総体報告会	3年宿泊研修	3・1年宿泊研修	3・2年遠足						防犯教室							先輩ガイダンス				英語検定	1学期末考査	1学期末考査	

7	月	週休日・祝日合計 12 日						「1」の計 6 日			「2」の計 6 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	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	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	1	3	4	4	4	1	2	3	4	4	3	3	1	2
休養			○			○				○			○				○			○	○	○		○		○	○				○
備考	1 学期末考査						運動乱用防止教育							体育祭組織会				海の日			体育祭予行	体育祭	体 育 祭 予 行 式			運動乱用防止教育	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 10 日										「1」の計 3 日					「2」の計 7 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	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	3	4	3	3	1	2	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	4	4								
休養			○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○			○				○		○	○								
備考											山の日		開庁日	開庁日			高教研	高教研				2学期始業式			避難訓練				インテリゲンシー2研修	インテリゲンシー2研修	インテリゲンシー2研修								

9	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 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	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	4	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	1	3	4	4	2	2	2	4	4	4	4	3	
休養	○			○			○				○			○				○				○	○	○	○	○	○	○	○		
備考	インターンシップ(4ヵ月)									十和田市秋祭り					進路ガイダンス(1年)				敬老の日					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

10	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 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	2	3	3	4	3	3	1	2	1	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	4	4	4	1	2	3	3	4	1	1												
休養		○			○				○			○				○			○			○	○	○		○			○														
備考							英語検定 高総文 英語ガイダンス (2年)	高総文	高総文	スポーツの日					全国産業フェア	全国産業フェア				十和工祭準備	十和工祭準備	十和工祭	十和工祭	後片付け	物品移動	展休 10 / 2 3	展休 10 / 2 3	企業見学 (1年)	10周年記念式典 高専文「知本式典」 「つなぐ未来」式典	高総文(放送)	展休 10 / 2 9												

2022年度

年間指導計画表（柔道 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 119 日 「1」の計 48 日 「2」の計 71 日 平日の計 246 日 「3」の計 136 日 「4」の計 110 日 「2・4」の計 181 日

11 月	週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 5 日					「2」の計 5 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	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	4	1	3	1	2	3	3	4	3	3	1	1	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	3	4
休養	○	○				○				○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○			○
備考	振替休日	授業公開	文化の日	授業公開						委員会集会				芸術鑑賞			進路ガイダンス（1年生）					2学期末考査	勤労感謝の日	2学期末考査	2学期末考査					

12月	週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 1 日					「2」の計 8 日					平日合計 22 日					「3」の計 11 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	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	2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	4	2		
休養			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○				○			○			○	○		○	○	○	○	○	
備考	後期生徒総会	修学旅行 （2年）		修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行	修学旅行 （1・2年振替 ／4）						進路ガイダンス （2年）									2学期終業式		1冬／6 休まで		御用納め				

1	月	週休日・祝日合計 10 日							「1」の計 4 日				「2」の計 6 日				平日合計 21 日					「3」の計 13 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	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	4	4	4	4	2	2	1	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	
休養	○	○	○	○	○	○	○	○			○				○			○				○			○				○			
備考				御用始め					成人の日	始業式		PR あおぞら 高専（リ ン）				学校 評価 会議			進路 講話	英語 検定							学年 末考 査 （3 年）	学年 末考 査 （3 年）	学年 末考 査 （3 年）			

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	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	3	3	1	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	3	4	1	3	1	2	3	4		
休養	○				○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○			○				○		○		
備考	スキー教室	学習成果発表会								卒業認定会議	建国記念日					（学年末考査） （1・2年生）	（学年末考査） （1・2年生）	（学年末考査） （1・2年生）						天皇誕生日				表彰式		

3	月		週休日・祝日合計 9 日							「1」の計 4 日					「2」の計 5 日					平日合計 22 日					「3」の計 10 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	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	4	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	3	1	2	4	1	4	4	4	1	2	3	3	4	3	3					
休養	○				○		○	○	○	○	○	○	○		○				○	○		○	○	○		○			○							
備考	卒業証書授与式						選抜準備（午後）	入学者選抜	入学者選抜	入学者選抜				（追検査）		合格発表		進級認定会議				（再募集検査）	春分の日		合格者説明会	終了式・離任式		学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業				