

2025年度

年間指導計画表(青森県立三本木高等学校附属中学校 ハンドボール部)

実施状況 1:週休日・祝日・振休日の活動日

2:週休日・祝日・振休日の休養日

3:平日(出席カウント日含む)活動日

4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計 151 日	「1」の計 83 日	「2」の計 68 日	平日の計 210 日	「3」の計 117 日	「4」の計 93 日	「2・4」の計 161 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	------------	---------------

4月			週休日・祝日合計 9日					「1」の計 5日				「2」の計 4日				平日合計 21日				「3」の計 12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	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	4	4	2	1	4	3	3	3	4	1	2	3	3	3	4	3	2	1	4	3	3	3	4	1	2	3	1	4
休養		○	○	○	○		○				○		○				○		○		○				○		○			○
備考	中職員会議	中職員会議	中高職員会議	中職員会議			入学式	生徒会オリ 始業式	(一・三年) 知能検査	学力推移調査 委員会組織会	中職員会議 心電図検査					部活動組織会		耳鼻科検診	参観日		交換休業日	眼科検診	交通安全講話 尿検査一次	中高職員会議	全校レク①				昭和の日	校内研修会

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 12 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	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	2	2	3	3	3	2	1	4	4	4	4	4	2	1	3	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	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	情報モラル教室	中企画会議	委員会活動①			教育相談②	教育相談③	教育相談④	教育相談⑤	前期第一中間テスト							中高職員会議 森林環境学習	英検1次																					

6	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 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																
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	3	3	3	3	4	1	1	2	4	3	3	3	4	4	4	2	1	4	3	1	2	4	4	4	4	4	1	2	3																
休養	○					○			○	○				○	○	○	○		○			○	○	○	○	○	○		○																	
備考			委員会活動			（中職員会議 （中体連）			交換休業日	中企画会議			壮行式	夏季中体連	夏季中体連	夏季中体連	交換休業日	交換休業日	中職員会議							中高職員会議	前期第二中間テスト			中企画会議																

2025年度

年間指導計画表(青森県立三本木高等学校附属中学校 ハンドボール部)

実施状況 1: 週休日・祝日・振休日の活動日

2: 週休日・祝日・振休日の休業日

3: 平日(出席カウント日含む)活動日

4: 平日休業日

年間 週休日・祝日合計	151 日	「1」の計	83 日	「2」の計	68 日	平日の計	210 日	「3」の計	117 日	「4」の計	93 日	「2・4」の計	161 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

7月	週休日・祝日合計 14 日						「1」の計 12 日				「2」の計 2 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	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	4	1	2	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	4	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1
休養				○		○	○						○					○	○			○			○						
備考			中入試要項説明会 委員会活動	中職員会議		英検二次	三高祭オリ									三高祭準備	県中体連壮行式 三高祭準備	三高祭準備 開祭式	県中体連 三高祭	県中体連 三高祭	県中体連 海の日	中教研夏季研修会 全校集会 中高職員会議	夏季休業日		中教研夏季研修会		中教育課程会議	三高オンライン留学	三高オンライン留学	三高オンライン留学	

8月	週休日・祝日合計 22 日 「1」の計 6 日 「2」の計 16 日															平日合計 9 日 「3」の計 4 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	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	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	1	2	3	3	3	3	4	1	2
休養		○	○	○	○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○					○		○
備考	中教研				中学生体験入学						山の日				完全閉庁日	完全閉庁日				夏期講習①	夏期講習②	夏期講習③	休み明けテスト 全校集会	数学検定				避難訓練	委員会活動	学力推移調査	

9 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 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	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	4	3	1	2	3	3	3	3	4	4	4	2	1	1	4	4	1	2	4	2	4	4	4	1	2	3	3
休養				○			○					○	○	○	○			○	○		○	○	○	○	○	○		○		
備考		中職員会議 (新入大会) 中企画会議		参観日								壮行式	中体連新人 実力テスト	中体連新人 実力テスト	中体連新人 敬老の日	交換休業日	交換休業日	中職員会議	中高職員会議			GSC説明会	秋分の日	学校説明会	前期期末テスト	前期期末テスト	英検1次			前期終業式

2025年度

年間指導計画表(青森県立三本木高等学校附属中学校 ハンドボール部)

実施状況 1:週休日・祝日・振休日の活動日

2:週休日・祝日・振休日の休養日

3:平日(出席カウント日含む)活動日

4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計	151 日	「1」の計	83 日	「2」の計	68 日	平日の計	210 日	「3」の計	117 日	「4」の計	93 日	「2・4」の計	161 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

10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 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	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 休養	3	4	4	1	2	3	3	3	4	4	1	1	2	3	3	3	4	2	1	4	3	4	3	4	2	1	3	3	3	4	3													
		○	○		○				○	○			○				○	○		○		○		○	○					○														
備考	後期 始業式	学習指 導研	中職員 会議			委員 会活動	体育祭 予行			体育 祭			スポ ーツ の日	修学 旅行	職場 体験	修学 旅行	職場 体験	修学 旅行	企 業 訪 問	修学 旅行			中 企 画 会 議	合 唱 コ ン オ リ	芸 術 教 室		中 高 職 員 会 議	漢 字 検 定			教 育 相 談 ①	避 難 訓 練	教 育 相 談 ②	教 育 相 談 ③										

11月	週休日・祝日合計 12 日							「1」の計 6 日							「2」の計 6 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	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	2	4	4	4	4	1	2	4	3	3	3	4	1	2	3	4	3	3	3	1	1	2	4	3	4	4	2	2														
休養			○	○	○	○	○		○	○				○		○		○						○	○		○	○	○	○														
備考			文化の日	教育相談④		教育相談⑤	後期第一中間テスト		英検2次	附中選抜業務 午前授業	合唱コンリハ			合唱コンクール			中高職員会議			中企画会議				勤労感謝の日	振替休日	附中選抜要項会議		中職員会議	附中選抜業務 午前3時間日課	附中選抜	附中選抜													

12月	週休日・祝日合計 16 日							「1」の計 8 日							「2」の計 8 日							平日合計 15 日			「3」の計 12 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	1	4	3	3	3	1	2	3	3	3	3	4	2	1	3	3	3	3	4	2	1	3	1	2	1	1	1	2	2	2	2										
休養		○					○					○	○						○	○				○				○	○	○	○										
備考	附中選抜業務 開校記念日	午前三時間 中教育課程会議	実力テスト	生徒会立会演説会	三者面談① 5時間日課			三者面談② 5時間日課	GSC発表会	三者面談③ 5時間日課	三者面談④ 5時間日課				三者面談⑤ 5時間日課	三者面談⑥ 5時間日課	三者面談⑦ 5時間日課					全校集会 大清掃	冬季休業日	附属中合格発表					年末休業	年末休業	年末休業										

2025年度

年間指導計画表(青森県立三本木高等学校附属中学校 ハンドボール部)

実施状況 1:週休日・祝日・振休日の活動日

2:週休日・祝日・振休日の休養日

3:平日(出席カウント日含む)活動日

4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計	151 日	「1」の計	83 日	「2」の計	68 日	平日の計	210 日	「3」の計	117 日	「4」の計	93 日	「2・4」の計	161 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

1	月	週休日・祝日合計 14 日							「1」の計 11 日							「2」の計 3 日			平日合計 14 日							3の計 7 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	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				1	1	1	1	1	2	1	1	2	4	4	4	3	1	1	4	4	3	3	4	1	2	3	3	3	3	4	1											
休養									○			○	○	○	○				○	○			○		○					○												
備考	年始休業	年始休業	年始休業		中教研							成人の日	冬期講習①	中企画会②	冬期講習①	冬期講習③	中職員会議	全校集会	後期第二中間テスト	英検1次		入学予定者説明会	午前日課	3年冬季スポーツ教室	中高職員会議				中企画会議		委員会活動	参観日										

2月			週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 6 日 「2」の計 4 日														平日合計 18 日 3」の計 9 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		
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	2	3	4	3	3	3	2	1	3	3	1	3	4	1	2	4	4	4	4	4	1	1	2	4	3	4	3	1		
休養	○		○				○						○		○	○	○	○	○	○			○	○		○				
備考		短縮日課	中職員会議			English day	English day		中企画会議		建国記念日	委員会活動	中高職員会議	数学検定			全校レク②		後期期末テスト	後期期末テスト			天皇誕生日	中職員会議	三高アカデミー	中高職員会議	高校卒業式準備			

3	月		週休日・祝日合計 14 日							「1」の計 7 日							「2」の計 7 日							平日合計 16 日							3の計 10 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	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	1	3	4	2	2	1	2	3	3	3	3	4	4	1	3	4	3	3	1	1	2	4	3	3	4	2	1	2	1	1															
休養	○			○	○	○		○					○	○			○					○	○			○	○		○																	
備考	英検2次	高校卒業式 交換休業日		午前三時間日課 選抜準備	入学希望選抜 チャレンジテスト	選抜業務			1・2年実力テスト				附中卒業式予行	附中卒業式		午前4時間日課	再募集選抜		顔写真撮影	春分の日			入学予定者説明会 午前三時間日課			離任式 修了式	年度末休業 中企画会議	年度末休業	年度末休業	年度末休業	年度末休業	年度末休業														