

2026年度

【バレーボール部】 年間指導計画表

※原則週1日以上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。

【作業1】実施状況欄に番号を入力する(セルの色が変わり日数等が自動計算されます) 1:休養日の活動日 2:休養日の休養日 3:平日の活動日 4:平日の休養日
【作業2】部活動予定欄に大会等を入力する

年間休養日の計	119日	「1」の計	47日	「2」の計	72日	平日の計	246日	「3」の計	155日	「4」の計	91日	「2」「4」の計	163日
---------	------	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----	----------	------

8月	月休養日合計 11日							「1」の計 4日							「2」の計 7日							月平日合計 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											
実施状況	1	2	3	3	4	3	3	1	2	4	2	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3											
休養		○			○				○	○	○	○	○	○	○	○				○			○								○											
学校行事等										閉庁日	山の日							高教研	高教研			2学期始業式									到達度テスト											
部活動予定																																										

9月	月休養日合計 11日							「1」の計 2日							「2」の計 9日							月平日合計 19日							「3」の計 11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												
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												
実施状況	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	2	2	3	3	4												
休養		○				○										○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○											
学校行事等				クリーンデー														調査週間				敬老の日	国民の休日	秋分の日	2学期中間考査																	
部活動予定																																										

10月	月休養日合計 9日							「1」の計 5日							「2」の計 4日							月平日合計 22日							「3」の計 16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	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											
実施状況	3	3	1	2	3	3	4	4	4	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1											
休養				○						○	○			○				○								○				○												
学校行事等		高総文			芸術鑑賞教室					中高連携協議会	体育祭準備	体育祭		スポーツの日																												
部活動予定																																										

11月	月休養日合計 11日							「1」の計 3日							「2」の計 8日							月平日合計 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	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												
実施状況	2	3	2	4	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	2	2	3	4	3	3	1	2	3												
休養	○		○	○						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○		○					○												
学校行事等			文化の日							調査週間	中高連携協議会									2学期期末考査								勤労感謝の日														
部活動予定																																										

2026年度

【バレーボール部】 年間指導計画表

※原則週1日以上以上の休業日の確保しながら、年間で104日（平均して週2日）以上程度の休業日を設けましょう。

【作業1】 実施状況欄に番号を入力する（セルの色が変わり日数等が自動計算されます） 1：休業日の活動日 2：休業日の休業日 3：平日の活動日 4：平日の休業日
 【作業2】 部活動予定欄に大会等を入力する

年間	休業日の計	119日	「1」の計	47日	「2」の計	72日	平日の計	246日	「3」の計	155日	「4」の計	91日	「2」「4」の計	163日
----	-------	------	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----	----------	------

12月	月休業日合計 8日							「1」の計 3日					「2」の計 5日					月平日合計 23日							「3」の計 14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	
実施状況	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	4	2	2	4	4	4	4	
休業		○				○							○							○					○	○	○	○	○	○	○	
学校行事等																																
部活動予定																																

1月	月休業日合計 12日							「1」の計 4日					「2」の計 8日					月平日合計 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	
実施状況	2	2	2	4	4	3	4	3	1	2	2	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	
休業	○	○	○	○	○		○				○	○																				
学校行事等	開元日																															
部活動予定																																

2月	月休業日合計 9日							「1」の計 2日					「2」の計 7日					月平日合計 19日							「3」の計 6日				「4」の計 13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	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				
実施状況	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	2	4	4	4	4	2	2			
休業	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○																					
学校行事等	考査週間																															
部活動予定																																

3月	月休業日合計 9日							「1」の計 4日					「2」の計 5日					月平日合計 22日							「3」の計 15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	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	
実施状況	4	4	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	2	3	4	3	3	1	2	3	3	4	
休業	○	○	○				○							○								○	○								○	
学校行事等	卒業式	卒業式片付け	入学者選抜準備	入学者選抜	採点																											
部活動予定																																

