2026 年度

【ソフトテニス部】　年間指導計画表

※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。

【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	休業日の計 118 日	「1」の計 0 日	「2」の計 118 日	平日の計 247 日	「3」の計 129 日	「4」の計 118 日	「2」「4」の計 236 日

4 月			月休業日合計 9 日					「1」の計 0 日				「2」の計 9 日					月平日合計 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
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
実施状況	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3
休養日	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○	○					○	○	○					○	○			○	
学校行事等	年度始休業（～4／6）						新任式・入学式	始業式・対面式	学びの基礎診断								PTA総会												昭和の日	
部活動予定																														

5 月			月休業日合計 13 日					「1」の計 0 日				「2」の計 13 日					月平日合計 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	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	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2
休養		○	○	○	○	○		○	○	○	○					○	○	○					○	○						○	○
学校行事等			憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日		開校記念日					フラワーデー												部活動強化週間（～6／5）						
部活動予定																															

6 月			月休業日合計 8 日					「1」の計 0 日				「2」の計 8 日					月平日合計 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
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
実施状況	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	2	4	3	3	3	4	2	2	4	3
休養						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○				○	○	○	○	
学校行事等						高校総体	高校総体	高校総体	考査週間	→				→		1学期期末考査	→		→							耐久遠足				
部活動予定																														

7 月			月休業日合計 9 日					「1」の計 0 日				「2」の計 9 日					月平日合計 22 日				「3」の計 12 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	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
実施状況	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4
休養				○	○	○					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				○	○			○	○	○
学校行事等													代休（7／18）			大間高祭準備	大間高祭	大間高祭		海の日	1学期終業式 大間高祭後片付け	体験入学、夏季休業（～8／20）	2年インターンシップ	→							
部活動予定																															

2026 年度

【ソフトテニス部】　年間指導計画表

※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。

【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	休業日の計 118 日	「1」の計 0 日	「2」の計 118 日	平日の計 247 日	「3」の計 129 日	「4」の計 118 日	「2」「4」の計 236 日

8 月	月休業日合計 11 日	「1」の計 0 日	「2」の計 11 日	月平日合計 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	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	2	2	3	3	3	4	4	2	2	4	2	4	4	4	2	2	4	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4
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	月休業日合計 9 日	「1」の計 0 日	「2」の計 9 日	月平日合計 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
実施状況	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	4	4	4	4	2	2	2	4	4	2	2	4	3	3
休養					○	○	○					○	○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
学校行事等				クリーンデー													考査週間	→	→	→	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	月休業日合計 10 日	「1」の計 0 日	「2」の計 10 日	月平日合計 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	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	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2
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	月休業日合計 10 日	「1」の計 0 日	「2」の計 10 日	月平日合計 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	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	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	4
休養	○	○					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○				○	○	○
学校行事等			文化の日							考査週間	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

【ソフトテニス部】　年間指導計画表

※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。

【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	休業日の計 118 日	「1」の計 0 日	「2」の計 118 日	平日の計 247 日	「3」の計 129 日	「4」の計 118 日	「2」「4」の計 236 日

12 月　月休業日合計 8 日　「1」の計 0 日　「2」の計 8 日　月平日合計 23 日　3」の計 9 日　4」の計 14 日

日	曜日	実施状況	休養	学校行事等	部活動予定
1	火	4	○		
2	水	3			
3	木	3			
4	金	3			
5	土	2	○		
6	日	2	○		
7	月	4	○	2学年修学旅行	
8	火	4	○	→	
9	水	3		→	
10	木	3		→	
11	金	3		→	
12	土	2	○		
13	日	2	○		
14	月	4	○		
15	火	4	○		
16	水	3			
17	木	3			
18	金	3			
19	土	2	○		
20	日	2	○		
21	月	4	○	球技大会	
22	火	4	○	球技大会	
23	水	4	○	2学期終業式	
24	木	4	○	冬季休業（～1／8）	
25	金	4	○		
26	土	2	○		
27	日	2	○		
28	月	4	○		
29	火	4	○	閉庁日	
30	水	4	○	→	
31	木	4	○	→	

1 月　月休業日合計 12 日　「1」の計 0 日　「2」の計 12 日　月平日合計 19 日　3」の計 11 日　4」の計 8 日

日	曜日	実施状況	休養	学校行事等	部活動予定
1	金	2	○	元旦 閉庁日	
2	土	2	○	→	
3	日	2	○	→	
4	月	4	○	→	
5	火	4	○	→	
6	水	3		→	
7	木	3		→	
8	金	3		3学期始業式	
9	土	2	○	→	
10	日	2	○	→	
11	月	2	○	成人の日	
12	火	4	○	→	
13	水	4	○	→	
14	木	3		→	
15	金	3		→	
16	土	2	○	→	
17	日	2	○	→	
18	月	4	○	→	
19	火	4	○	→	
20	水	3		→	
21	木	3		→	
22	金	3		→	
23	土	2	○	→	
24	日	2	○	→	
25	月	4	○	3学年末考査	
26	火	4	○	→	
27	水	3		→	
28	木	3		→	
29	金	3		→	
30	土	2	○	→	
31	日	2	○	→	

2 月　月休業日合計 10 日　「1」の計 0 日　「2」の計 10 日　月平日合計 18 日　3」の計 6 日　4」の計 12 日

日	曜日	実施状況	休養	学校行事等	部活動予定
1	月	4	○	考査週間	
2	火	4	○	→	
3	水	4	○	→	
4	木	4	○	→	
5	金	4	○	→	
6	土	2	○	→	
7	日	2	○	→	
8	月	4	○	学年末考査	
9	火	4	○	→	
10	水	4	○	→	
11	木	2	○	建国記念の日	
12	金	3		→	
13	土	2	○		
14	日	2	○		
15	月	4	○		
16	火	4	○		
17	水	3			
18	木	3			
19	金	3			
20	土	2	○		
21	日	2	○		
22	月	3			
23	火	2	○	天皇誕生日	
24	水	3			
25	木	4	○	卒業式準備	
26	金	4	○	卒業式・同窓会入会式	
27	土	2	○	卒業式予行・表彰	
28	日	2	○		

3 月　月休業日合計 9 日　「1」の計 0 日　「2」の計 9 日　月平日合計 22 日　3」の計 6 日　4」の計 16 日

日	曜日	実施状況	休養	学校行事等	部活動予定
1	月	4	○	卒業式	
2	火	4	○	卒業式片付け	
3	水	4	○	入学者選抜準備	
4	木	4	○	入学者選抜	
5	金	4	○	採点	
6	土	2	○		
7	日	2	○		
8	月	4	○		
9	火	4	○		
10	水	3		追検査	
11	木	3			
12	金	3			
13	土	2	○		
14	日	2	○		
15	月	4	○		
16	火	4	○	再募集検査	
17	水	3			
18	木	3			
19	金	3			
20	土	2	○		
21	日	2	○	春分の日	
22	月	2	○	休日	
23	火	4	○		
24	水	4	○	合格者説明会	
25	木	4	○	修了式・離任式	
26	金	4	○	学年末休業（～3／31）	
27	土	2	○		
28	日	2	○		
29	月	4	○	新任者説明会	
30	火	4	○		
31	水	4	○		