

体育科年間指導計画例 2学期制 寒冷積雪地

※領域・内容の中の○数字は、授業時数を示しています。

第1学年 学習指導計画例 102時間

学期	前期(49時間)																																																	後期(53時間)																																																																					
	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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102																	
領域・内容	■体つくりの運動遊び ・体ほぐしの運動遊び③							■器械・器具を用いた運動遊び ・固定施設を使った運動遊び② ・鉄棒を使った運動遊び②							■走・跳の運動遊び ・走の運動遊び④ ・跳の運動遊び④ (投の運動遊び)							■ゲーム ・鬼遊び④							■体つくりの運動遊び ・多様な動きをつくる運動遊び④							■水遊び⑩ ・水の中を移動する運動遊び ・もぐる・浮く運動遊び							■表現リズム遊び ・リズム遊び⑥							■走・跳の運動遊び ・走の運動遊び④							■表現リズム遊び ・表現遊び⑥							■器械・器具を用いた運動遊び ・マットを使った運動遊び⑧							■走・跳の運動遊び ・跳の運動遊び④							■ゲーム ・ボールゲーム⑥							■器械・器具を用いた運動遊び ・跳び箱を使った運動遊び⑧							■スキー・スケート⑩							■体つくりの運動遊び ・多様な動きをつくる運動遊び⑤							■ゲーム ・鬼遊び⑥							■ゲーム ・ボールゲーム⑥						

領域ごとの授業時数 体つくりの運動遊び12 器械・器具を用いた運動遊び20 走・跳の運動遊び16 水遊び10 ゲーム22 表現リズム遊び12 スキー・スケート10

第2学年 学習指導計画例 105時間

学期	前期(51時間)																																																			後期(54時間)																																																																			
	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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105														
領域・内容	■体つくりの運動遊び ・体ほぐしの運動遊び③							■器械・器具を用いた運動遊び ・固定施設を使った運動遊び③							■走・跳の運動遊び ・走の運動遊び④ ・跳の運動遊び④ (投の運動遊び)							■ゲーム ・鬼遊び④							■体つくりの運動遊び ・多様な動きをつくる運動遊び⑥							■水遊び⑩ ・水の中を移動する運動遊び ・もぐる・浮く運動遊び							■表現リズム遊び ・リズム遊び⑥							■走・跳の運動遊び ・走の運動遊び④							■体つくりの運動遊び ・多様な動きをつくる運動遊び⑤							■ゲーム ・ボールゲーム⑥							■器械・器具を用いた運動遊び ・マットを使った運動遊び⑦							■表現リズム遊び ・表現遊び⑥							■器械・器具を用いた運動遊び ・跳び箱を使った運動遊び⑧							■スキー・スケート⑩							■走・跳の運動遊び ・跳の運動遊び⑤							■ゲーム ・鬼遊び⑥							■ゲーム ・ボールゲーム⑥						

領域ごとの授業時数 体つくりの運動遊び14 器械・器具を用いた運動遊び20 走・跳の運動遊び17 水遊び10 ゲーム22 表現リズム遊び12 スキー・スケート10

第3学年 学習指導計画例 105時間

学期	前期(51時間)																																																			後期(54時間)																																																																			
	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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105														
領域・内容	■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動⑤							■ゲーム ・ゴール型ゲーム⑧							■器械運動 ・マット運動⑧							■保健 ・体の成長とわたし④							■水泳運動⑩ ・浮いて進む運動 ・もぐる・浮く運動							■表現運動 ・リズムダンス⑤							■走・跳の運動 ・かけっこ・リレー⑤ (投の運動)							■器械運動 ・鉄棒④							■走・跳の運動 ・小型ハードル走④							■走・跳の運動 ・幅跳び④							■器械運動 ・跳び箱運動⑦							■表現運動 ・表現⑥							■ゲーム ・ネット型ゲーム⑧							■スキー・スケート⑩							■体つくり運動 ・体ほぐしの運動②							■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動⑥							■ゲーム ・ベースボール型ゲーム⑦						

領域ごとの授業時数 体つくり運動15 器械運動19 走・跳の運動13 水泳運動10 ゲーム23 表現運動11 保健4 スキー・スケート10

第4学年 学習指導計画例 105時間

学期	前期(51時間)																																																			後期(54時間)																																																																										
	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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105																					
領域・内容	■体つくり運動 ・体ほぐしの運動②							■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動⑤							■ゲーム ・ゴール型ゲーム⑧							■器械運動 ・マット運動⑧							■保健 ・体の成長とわたし④							■水泳運動⑩ ・浮いて進む運動 ・もぐる・浮く運動							■表現運動 ・リズムダンス⑤							■走・跳の運動 ・かけっこ・リレー⑤ (投の運動)							■器械運動 ・鉄棒④							■走・跳の運動 ・小型ハードル走④							■走・跳の運動 ・高跳び④							■器械運動 ・跳び箱運動⑦							■表現運動 ・表現⑥							■ゲーム ・ネット型ゲーム⑧							■スキー・スケート⑩							■体つくり運動 ・体ほぐしの運動②							■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動⑥							■ゲーム ・ベースボール型ゲーム⑦						

領域ごとの授業時数 体つくり運動15 器械運動19 走・跳の運動13 水泳運動10 ゲーム23 表現運動11 保健4 スキー・スケート10

第5学年 学習指導計画例 90時間

学期	前期(52時間)																																																				後期(38時間)																																																																		
	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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90																													
領域・内容	■体つくり運動 ・体ほぐしの運動③							■体つくり運動 ・体の動きを高める運動④							■器械運動 ・マット運動⑥							■保健 ・心の健康③							■ボール運動 ・ゴール型⑥							■水泳運動⑩ ・クロール ・平泳ぎ							■表現運動 ・フォークダンス④							■陸上運動 ・短距離走・リレー⑥							■器械運動 ・跳び箱運動⑥							■陸上運動 ・ハードル走④							■器械運動 ・鉄棒④							■陸上運動 ・走り幅跳び⑤ (投の運動)							■体つくり運動 ・体の動きを高める運動④							■表現運動 ・表現④							■スキー・スケート⑩							■保健 ・けがの防止⑤							■ボール運動 ・ベースボール型⑥						

領域ごとの授業時数 体つくり運動11 器械運動16 陸上運動15 水泳運動10 ボール運動12 表現運動8 保健8 スキー・スケート10

第6学年 学習指導計画例 90時間

学期	前期(52時間)																																																				後期(38時間)																																																																		
	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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90																													
領域・内容	■体つくり運動 ・体ほぐしの運動③							■体つくり運動 ・体の動きを高める運動④							■器械運動 ・マット運動⑥							■保健 ・病気の予防④							■ボール運動 ・ゴール型⑥							■水泳運動⑩ ・クロール ・平泳ぎ							■表現運動 ・フォークダンス④							■陸上運動 ・短距離走・リレー⑤							■器械運動 ・跳び箱運動⑥							■陸上運動 ・ハードル走④							■器械運動 ・鉄棒④							■陸上運動 ・走り高跳び④ (投の運動)							■体つくり運動 ・体の動きを高める運動④							■表現運動 ・表現⑤							■スキー・スケート⑩							■保健 ・病気の予防④							■ボール運動 ・ネット型⑦						

領域ごとの授業時数 体つくり運動11 器械運動16 陸上運動13 水泳運動10 ボール運動13 表現運動9 保健8 スキー・スケート10