

体育科年間指導計画例 3学期制 標準

※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 | 1学期(33時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2学期(42時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3学期(27時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|-----------------------|---|---|--|---|---|-----------------------------------|---|---|-----------|----|----|---------------------------|----|----|-------------------------------|----|----|-----------------|----|----|-------------------|----|----|-----------------------------|----|----|--------------|----|----|-------------------|----|----|----------------|----|----|-----------|----|----|-------------------------|----|----|---------------------------|----|----|--|----|----|--------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|
| | 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 |
| 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 | | | ■器械・器具を用いた運動遊び・マットを使った運動遊び⑧ | | | ■ゲーム・ボールゲーム⑥ | | | ■走・跳の運動遊び・跳の運動遊び④ | | | ■表現リズム遊び・表現遊び⑥ | | | ■ゲーム・鬼遊び⑧ | | | ■体つくりの運動遊び・跳び箱を使った運動遊び⑧ | | | ■体つくりの運動遊び・多様な動きをつくる運動遊び⑤ | | | ■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・鉄棒を使った運動遊び③ | | | ■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26 走・跳の運動遊び16 水遊び10 ゲーム24 表現リズム遊び12

第2学年 学習指導計画例 105時間

| 学期 | 1学期(36時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2学期(42時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3学期(27時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|-----------------------|---|---|--|---|---|-----------------------------------|---|---|-----------|----|----|---------------------------|----|----|-------------------------------|----|----|-----------------|----|----|-------------------|----|----|-----------------------------|----|----|--------------|----|----|-------------------|----|----|----------------|----|----|-----------|----|----|-------------------------|----|----|---------------------------|----|----|--|----|----|--------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 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 |
| 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・鉄棒を使った運動遊び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 | | | ■器械・器具を用いた運動遊び・マットを使った運動遊び⑧ | | | ■ゲーム・ボールゲーム⑥ | | | ■走・跳の運動遊び・跳の運動遊び④ | | | ■表現リズム遊び・表現遊び⑥ | | | ■ゲーム・鬼遊び⑧ | | | ■体つくりの運動遊び・跳び箱を使った運動遊び⑧ | | | ■体つくりの運動遊び・多様な動きをつくる運動遊び⑤ | | | ■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・鉄棒を使った運動遊び③ | | | ■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16 器械・器具を用いた運動遊び27 走・跳の運動遊び16 水遊び10 ゲーム24 表現リズム遊び12

第3学年 学習指導計画例 105時間

| 学期 | 1学期(36時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2学期(42時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3学期(27時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|------------------|---|---|----------------------|---|---|---------------|---|---|--------------|----|----|--------------|----|----|-------------------------|----|----|---------------|----|----|-------------------|----|----|---------------|----|----|----------------------|----|----|--------------------|----|----|-----------|----|----|-----------|----|----|------------------|----|----|----------------------|----|----|--------------|----|----|------------------|----|----|------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 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 |
| 領域・内容 | ■体つくり運動・体ほぐしの運動③ | | | ■体つくり運動・多様な動きをつくる運動③ | | | ■ゲーム・ボール型ゲーム⑧ | | | ■器械運動・マット運動⑧ | | | ■保健・けんこうな生活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⑥ | | | ■走・跳の運動・かけっこ・リレー⑥ | | | ■ゲーム・ネット型ゲーム⑦ | | | ■体つくり運動・多様な動きをつくる運動⑥ | | | ■走・跳の運動・幅跳び⑥(投の運動) | | | ■表現運動・表現⑥ | | | ■器械運動・鉄棒⑤ | | | ■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③ | | | ■器械運動・跳び箱運動⑧ | | | ■走・跳の運動・小型ハードル走⑥ | | | ■ゲーム・ベースボール型ゲーム⑧ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

領域ごとの授業時数 体つくり運動17 器械運動21 走・跳の運動18 水泳運動10 ゲーム23 表現運動12 保健4

第4学年 学習指導計画例 105時間

| 学期 | 1学期(36時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2学期(42時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3学期(27時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|------------------|---|---|----------------------|---|---|---------------|---|---|--------------|----|----|---------------|----|----|-------------------------|----|----|---------------|----|----|-------------------|----|----|---------------|----|----|----------------------|----|----|--------------------|----|----|-----------|----|----|-----------|----|----|------------------|----|----|----------------------|----|----|--------------|----|----|------------------|----|----|------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 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 |
| 領域・内容 | ■体つくり運動・体ほぐしの運動③ | | | ■体つくり運動・多様な動きをつくる運動③ | | | ■ゲーム・ボール型ゲーム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⑥ | | | ■走・跳の運動・かけっこ・リレー⑥ | | | ■ゲーム・ネット型ゲーム⑦ | | | ■体つくり運動・多様な動きをつくる運動⑥ | | | ■走・跳の運動・高跳び⑥(投の運動) | | | ■表現運動・表現⑥ | | | ■器械運動・鉄棒⑤ | | | ■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③ | | | ■器械運動・跳び箱運動⑧ | | | ■走・跳の運動・小型ハードル走⑥ | | | ■ゲーム・ベースボール型ゲーム⑧ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

領域ごとの授業時数 体つくり運動17 器械運動21 走・跳の運動18 水泳運動10 ゲーム23 表現運動12 保健4

第5学年 学習指導計画例 90時間

| 学期 | 1学期(33時間) | | | | | | | | | | | | | | | 2学期(36時間) | | | | | | | | | | | | | | | 3学期(21時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|------------------|---|---|---------------------|---|---|--------------|---|---|-----------------|----|----|-----------|----|----|-----------------|----|----|----------------|----|----|---------------------|----|----|--------------|----|----|--------------|----|----|--------------|----|----|-----------|----|----|--------------------|----|----|-----------|----|----|------------|----|----|--------------|----|----|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 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 |
| 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 | | | ■ボール運動・ゴール型⑦ | | | ■陸上運動・短距離走・リレー⑥ | | | ■保健・心の健康③ | | | ■水泳運動⑩・クロール・平泳ぎ | | | ■表現運動・フォークダンス④ | | | ■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⑦ | | | ■陸上運動・ハードル走⑥ | | | ■ボール運動・ネット型⑥ | | | ■器械運動・鉄棒④ | | | ■陸上運動・走り幅跳び⑤(投の運動) | | | ■表現運動・表現④ | | | ■保健・けがの防止⑤ | | | ■器械運動・跳び箱運動⑥ | | | ■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17 陸上運動17 水泳運動10 ボール運動19 表現運動8 保健8

第6学年 学習指導計画例 90時間

| 学期 | 1学期(33時間) | | | | | | | | | | | | | | | 2学期(36時間) | | | | | | | | | | | | | | | 3学期(21時間) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|------------------|---|---|---------------------|---|---|--------------|---|---|-----------------|----|----|------------|----|----|-----------------|----|----|----------------|----|----|---------------------|----|----|--------------|----|----|--------------|----|----|--------------|----|----|-----------|----|----|--------------------|----|----|-----------|----|----|------------|----|----|--------------|----|----|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 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 |
| 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 | | | ■ボール運動・ゴール型⑦ | | | ■陸上運動・短距離走・リレー⑤ | | | ■保健・病気の予防④ | | | ■水泳運動⑩・クロール・平泳ぎ | | | ■表現運動・フォークダンス④ | | | ■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⑦ | | | ■陸上運動・ハードル走⑥ | | | ■ボール運動・ネット型⑥ | | | ■器械運動・鉄棒④ | | | ■陸上運動・走り高跳び⑤(投の運動) | | | ■表現運動・表現④ | | | ■保健・病気の予防④ | | | ■器械運動・跳び箱運動⑦ | | | ■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18 陸上運動16 水泳運動10 ボール運動19 表現運動8 保健8