

体育科年間指導計画例 3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	1学期(33時間)																																	2学期(42時間)																								3学期(27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			■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			■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	1学期(36時間)																		2学期(42時間)																								3学期(27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② ・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			■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			■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14 器械・器具を用いた運動遊び21 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)																																																													
	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 ・多様な動きをつくる運動②			■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動④			■ゲーム ・ゴール型ゲーム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⑦			■スキー・スケート⑩			■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動②			■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動⑦			■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	1学期(36時間)																		2学期(42時間)																								3学期(27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②			■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動④			■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⑦			■スキー・スケート⑩			■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動②			■体つくり運動 ・多様な動きをつくる運動⑦			■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	1学期(33時間)																		2学期(36時間)																		3学期(21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			■器械運動 ・マット運動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 ・鉄棒④			■陸上運動 ・走り幅跳び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			■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14 水泳運動10 ボール運動13 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	1学期(33時間)																		2学期(36時間)																		3学期(21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⑥			■器械運動 ・マット運動⑥			■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 ・鉄棒④			■陸上運動 ・走り高跳び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			■表現運動 ・表現④			■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14 水泳運動10 ボール運動13 表現運動8 保健8 スキー・スケート10