

寒冷地 2学期制

●第1学年 寒冷地 年間指導計画例

102時間

学期	前期 (48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
領域	走・跳、器械・器具、ゲーム				体づくり運動				ゲーム				器械・器具を使った運動遊び				水遊び				表現リズム遊び				走・跳の運動遊び				走・跳の運動遊び				体づくり運動				ゲーム				器械・器具を使った運動遊び				走・跳の運動遊び				ゲーム				器械・器具を使った運動遊び				スキー・スケート				体づくり運動				表現リズム遊び				ゲーム																																	
内容	たのしくあそぼう 走 ②、跳 ①、 固定施設、鉄棒 ③、 鬼遊び ②				多様な動きをつくる運動遊び ⑥				鬼遊び ⑤				マットを使った運動遊び ⑦				水に慣れる遊び、 浮く・もぐる遊び ⑧				表現遊び ⑥				走の運動遊び ④				跳の運動遊び ④				体ほぐしの運動 ②				ボール投げゲーム ⑤				固定施設、 鉄棒を使った運動遊び ⑤				走の運動遊び ⑦				ボール投げゲーム ⑤				跳び箱を使った運動遊び ⑥				スキー遊び・スケート遊び⑩				多様な動きをつくる運動遊び ④				リズム遊び ④				ボールけりゲーム ⑥																																	

●第2学年 寒冷地 年間指導計画例

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	体づくり運動			器械・器具を使った運動遊び			走・跳の運動遊び			表現リズム遊び			ゲーム			水遊び			表現リズム遊び			ゲーム			器械・器具を使った運動遊び			体づくり運動			走・跳の運動遊び			器械・器具を使った運動遊び			ゲーム			器械・器具を使った運動遊び			体づくり			走・跳の運動遊び			スキー・スケート			ゲーム			走・跳の運動遊び			ゲーム																																															
内容	多様な動きをつくる運動遊び ⑤			固定施設、鉄棒を使った運動遊び ⑥			走の運動遊び ⑤			リズム遊び ④			ボール投げゲーム ⑥			水に慣れる遊び、 浮く・もぐる遊び ⑧			表現遊び ⑥			ボール投げゲーム ⑤			跳び箱を使った運動遊び ⑥			体ほぐしの運動 ③			走の運動遊び ⑤			固定施設、鉄棒を使った運動遊び ⑤			鬼遊び ⑤			マットを使った運動遊び ⑥			多様な動きをつくる運動遊び ③			跳の運動遊び ③			スキー遊び・スケート遊び⑩			鬼遊び ④			走の運動遊び ③			ボールけりゲーム ⑦																																															

●第3学年 寒冷地 年間指導計画例

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	走・跳の運動			体づくり運動			ゲーム			器械運動			浮く・泳ぐ運動			表現運動			器械運動			走・跳の運動			器械運動			走・跳の運動			ゲーム			体づくり運動			表現運動			スキー・スケート			保健			ゲーム																																																											
内容	かけっこ・リレー ⑥			体ほぐしの運動、 多様な動きをつくる運動 ⑤			ネット型ゲーム ⑨			鉄棒運動 ⑦			浮く運動、泳ぐ運動 ⑧			表現、リズムダンス ⑥			跳び箱運動 ⑤			かけっこ、小型ハードル走 ⑤			マット運動 ⑦			幅跳び、高跳び ⑤			ベースボール型ゲーム ⑦			多様な動きをつくる運動 ⑥			表現、リズムダンス ⑤			スキー・スケート ⑩			毎日の生活と健康 ④			ゴール型ゲーム ⑩																																																											

●第4学年 寒冷地 年間指導計画例

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	走・跳の運動			体づくり運動			ゲーム			器械運動			浮く・泳ぐ運動			表現運動			体づくり運動			走・跳の運動			器械運動			走・跳の運動			ゲーム			器械運動			表現運動			スキー・スケート			保健			ゲーム																																																											
内容	かけっこ・リレー ⑤			体ほぐしの運動、 多様な動きをつくる運動 ⑥			ネット型ゲーム ⑨			鉄棒運動 ⑦			浮く運動、泳ぐ運動 ⑧			表現、リズムダンス ⑥			多様な動きをつくる運動 ⑤			かけっこ、小型ハードル走 ⑤			マット運動 ⑥			幅跳び、高跳び ⑥			ベースボール型ゲーム ⑦			跳び箱運動 ⑥			表現、リズムダンス ⑤			スキー・スケート ⑩			育ちゆく体とわたし ④			ゴール型ゲーム ⑩																																																											

●第5学年 寒冷地 年間指導計画例

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
領域	陸上運動			ボール運動			器械運動			表現運動			体づくり運動			保健			水泳			体づくり運動			ボール運動			器械運動			陸上運動			表現運動			陸上運動			器械運動			保健			スキー・スケート			ボール運動																																								
内容	短距離走・リレー ④			ネット型 ⑥			鉄棒運動 ⑤			表現、フォークダンス ⑤			体ほぐしの運動 ②			心の健康 ④			クロール、平泳ぎ ⑧			体ほぐしの運動、 体力を高める運動 (柔軟、巧み) ⑥			ベースボール型 ⑥			マット運動 ⑥			ハードル走 ⑤			表現、フォークダンス ④			走り幅跳び、 走り高跳び ③			跳び箱運動 ⑤			けがの防止 ④			スキー・スケート ⑩			ゴール型 ⑦																																								

●第6学年 寒冷地 年間指導計画例

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
領域	陸上運動			ボール運動			器械運動			表現運動			体づくり運動			保健			水泳			体づくり運動			ボール運動			陸上運動			器械運動			表現運動			陸上運動			器械運動			保健			スキー・スケート			ボール運動																																								
内容	短距離走・リレー ④			ネット型 ⑥			鉄棒運動 ④			表現、フォークダンス ⑥			体ほぐしの運動 ②			病気の予防 ④			クロール、平泳ぎ ⑧			体ほぐしの運動、 体力を高める運動 (柔軟、巧み、力強さ、持続) ⑦			ベースボール型 ⑥			ハードル走 ⑤			マット運動 ⑤			表現、フォークダンス ③			走り幅跳び、 走り高跳び ④			跳び箱運動 ⑤			病気の予防 ④			スキー・スケート ⑩			ゴール型 ⑦																																								