

●年間指導計画例 寒冷地・3学期制

学期	1学期													2学期												3学期										
	4			5				6			7	8	9			10			11			12			1	2		3								
	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
行事等		新体力テスト				中間テスト					期末テスト	運動部中体連地区大会	終業式	始業式				中間テスト		文化祭					期末テスト			終業式	始業式				学年末テスト			終業式・卒業式
時間数	週3時間																																			時間数
第1学年	体づくり運動⑦	陸上競技⑪		器械運動⑫				水泳⑥		ダンス⑩			球技1⑫ ネット型			武道⑪			スキー・スケート⑨		球技2⑫ ゴール型		体づくり運動⑦ 器械運動⑫ 陸上競技⑪ 水泳⑥ 球技1⑫ 球技2⑫ 武道⑪ ダンス⑩ スキー・スケート⑨ 体育理論③ 保健⑫ 合計105													
第2学年	体づくり運動④	陸上競技⑩		武道⑪				水泳⑥		体づくり運動③	ダンス⑧		球技3⑫ ベースボール型			器械運動⑪		スキー・スケート⑨		球技4⑫ ネット型 ※第1学年とは別種目		体づくり運動⑦ 器械運動⑪ 陸上競技⑩ 水泳⑥ 球技3⑫ 球技4⑫ 武道⑪ ダンス⑧ スキー・スケート⑨ 体育理論③ 保健⑬ 合計105														
第3学年	体づくり運動④	選択1⑫ 器械運動、陸上競技、ダンスから選択		選択2⑪ 器械運動、陸上競技、ダンスから選択 ※選択1とは別領域				水泳⑥		体づくり運動③	選択3⑬ 球技		選択4⑫ 球技 ※選択3とは別の型			スキー・スケート⑨		選択5⑫ 球技、武道から選択		体づくり運動⑦ 水泳⑥ 選択1⑫ 選択2⑪ 選択3⑬ 選択4⑫ 選択5⑫ スキー・スケート⑨ 体育理論③ 保健⑭ 合計105																
	[保健] 体育理論③		[保健] 心身の発達と心の健康⑫										[保健] 健康と環境⑧		[保健] 体育理論③			[保健] 傷害の防止⑧			[保健] 健康な生活と病気の予防⑥		[保健] 健康な生活と病気の予防⑭													