

2年間でバランスよく実施する 年間指導計画例 3学期制

●第1学年 標準 3学期制 102時間

学期	1学期 (33時間)											2学期 (43時間)											3学期 (26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	体づくりの運動遊び		器械・器具を使つての運動遊び		ゲーム		体づくりの運動遊び		器械・器具を使つての運動遊び		水遊び					表現リズム遊び			走・跳の運動遊び			体づくりの運動遊び		ゲーム		体づくりの運動遊び		ゲーム			走・跳の運動遊び		体づくりの運動遊び		ゲーム		器械・器具を使つての運動遊び		走・跳の運動遊び		表現リズム遊び		ゲーム																																																										
内容	たのしくあそぼう(体ほぐし、固定、走、鬼)④		体ほぐしの運動遊び②		固定施設、鉄棒を使った運動遊び⑥		鬼遊び⑤		多様な動きをつくる運動遊び④		マットを使った運動遊び⑦					水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び⑪			表現遊び⑦			走の運動遊び⑤			多様な動きをつくる運動遊び③		ボールゲーム(ボール投げ)⑤		多様な動きをつくる運動遊び③		ボールゲーム(ボールけり)⑤			跳の運動遊び④		多様な動きをつくる運動遊び⑤		ボールゲーム(ボール投げ)⑤		跳び箱を使った運動遊び⑦		走の運動遊び⑤		リズム遊び④		ボールゲーム(ボールけり)⑤																																																							

●第2学年 標準 3学期制 105時間

学期	1学期 (35時間)											2学期 (43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	体づくりの運動遊び		器械・器具を使つての運動遊び		ゲーム		体づくりの運動遊び		器械・器具を使つての運動遊び		水遊び					表現リズム遊び			走・跳の運動遊び			体づくりの運動遊び		ゲーム		体づくりの運動遊び		ゲーム			走・跳の運動遊び		体づくりの運動遊び		ゲーム		器械・器具を使つての運動遊び		走・跳の運動遊び		表現リズム遊び		ゲーム																																																													
内容	体ほぐしの運動遊び②		固定施設、鉄棒を使った運動遊び⑦		鬼遊び⑥		多様な動きをつくる運動遊び④		マットを使った運動遊び⑦		水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び⑪					表現遊び⑦			走の運動遊び⑦			多様な動きをつくる運動遊び④		ボールゲーム(ボール投げ)⑤		多様な動きをつくる運動遊び④		ボールゲーム(ボールけり)⑤			跳の運動遊び④		多様な動きをつくる運動遊び⑤		ボールゲーム(ボール投げ)⑤		跳び箱を使った運動遊び⑦		走の運動遊び⑤		リズム遊び⑤		ボールゲーム(ボールけり)⑤																																																													

●第3学年 標準 3学期制 105時間

学期	1学期 (36時間)											2学期 (43時間)											3学期 (26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	体づくり運動		器械運動		ゲーム		走・跳の運動		保健		水泳運動					走・跳の運動			表現運動			ゲーム		体づくり運動		器械運動			走・跳の運動		ゲーム		器械運動		体づくり運動		表現運動		ゲーム																																																																	
内容	体ほぐしの運動②		多様な動きをつくる運動④		鉄棒運動⑦		ネット型ゲーム④		かけっこ、小型ハードル走⑥		健康な生活④		浮いて進む運動、もぐる・浮く運動⑪					かけっこ・リレー⑦			表現⑦			ベースボール型ゲーム⑦		多様な動きをつくる運動④		マット運動⑦			幅跳び、高跳びから選択⑤		ネット型ゲーム④		跳び箱運動⑥		多様な動きをつくる運動⑤		リズムダンス⑥		ゴール型ゲーム⑨																																																															

●第4学年 標準 3学期制 105時間

学期	1学期 (36時間)											2学期 (45時間)											3学期 (24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	体づくり運動		器械運動		ゲーム		保健		水泳運動					走・跳の運動			表現運動			走・跳の運動			ゲーム		走・跳の運動		器械運動			体づくり運動		表現運動		体づくり運動		器械運動		ゲーム																																																																		
内容	体ほぐしの運動②		多様な動きをつくる運動⑤		鉄棒運動⑥		ネット型ゲーム⑧		体の発育・発達④		浮いて進む運動、もぐる・浮く運動⑪					かけっこ・リレー⑤			リズムダンス⑤			かけっこ、小型ハードル走⑤			ベースボール型ゲーム⑦		幅跳び、高跳びから選択⑥		マット運動⑦			多様な動きをつくる運動③		表現⑦		多様な動きをつくる運動⑤		跳び箱運動⑦		ゴール型ゲーム⑫																																																																

●第5学年 標準 3学期制 90時間

学期	1学期 (33時間)											2学期 (40時間)											3学期 (17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		保健		体づくり運動		表現運動		水泳運動					陸上運動			表現運動			体づくり運動			ボール運動		器械運動		陸上運動			保健		器械運動		体づくり運動		ボール運動																																																	
内容	体ほぐしの運動①		ハードル走⑤		ネット型⑥		鉄棒運動④		心の健康④		体ほぐしの運動②		表現、フォークダンス④		クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動⑪					短距離走・リレー④			表現⑤			体の動きを高める運動⑤			ベースボール型⑦		マット運動⑥		走り幅跳び、走り高跳びから選択⑤			けがの防止④		跳び箱運動⑥		体の動きを高める運動④		ゴール型⑦																																															

●第6学年 標準 3学期制 90時間

学期	1学期 (33時間)											2学期 (40時間)											3学期 (17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		保健		水泳運動					陸上運動			表現運動			体づくり運動			ボール運動		器械運動		陸上運動			器械運動		保健		体づくり運動		ボール運動																																																			
内容	体ほぐしの運動②		ハードル走④		ネット型⑧		鉄棒運動④		表現、フォークダンス④		病気の予防④		クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動⑪					短距離走・リレー④			表現⑤			体の動きを高める運動④			ベースボール型⑤		マット運動⑥		走り幅跳び、走り高跳びから選択⑥			跳び箱運動⑥		病気の予防④		体の動きを高める運動⑤		ゴール型⑧																																																	