２年間をまとまりとして構成した　年間指導計画例　３学期制

●第１学年　寒冷地　３学期制　102時間

<table>
<tr><td>学　期</td><td colspan="33">1学期（33時間）</td><td colspan="43">2学期（43時間）</td><td colspan="26">3学期（26時間）</td></tr>
<tr><td>時　間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td><td>33</td><td>34</td><td>35</td><td>36</td><td>37</td><td>38</td><td>39</td><td>40</td><td>41</td><td>42</td><td>43</td><td>44</td><td>45</td><td>46</td><td>47</td><td>48</td><td>49</td><td>50</td><td>51</td><td>52</td><td>53</td><td>54</td><td>55</td><td>56</td><td>57</td><td>58</td><td>59</td><td>60</td><td>61</td><td>62</td><td>63</td><td>64</td><td>65</td><td>66</td><td>67</td><td>68</td><td>69</td><td>70</td><td>71</td><td>72</td><td>73</td><td>74</td><td>75</td><td>76</td><td>77</td><td>78</td><td>79</td><td>80</td><td>81</td><td>82</td><td>83</td><td>84</td><td>85</td><td>86</td><td>87</td><td>88</td><td>89</td><td>90</td><td>91</td><td>92</td><td>93</td><td>94</td><td>95</td><td>96</td><td>97</td><td>98</td><td>99</td><td>100</td><td>101</td><td>102</td></tr>
<tr><td>領　域</td><td colspan="7">体つくりの運動遊び</td><td colspan="6">走・跳の運動遊び</td><td colspan="6">表現リズム遊び</td><td colspan="6">器械・器具を使っての運動遊び</td><td colspan="5">ゲーム</td><td colspan="8">水遊び</td><td colspan="2">体つくりの運動遊び</td><td colspan="8">ゲーム</td><td colspan="8">走・跳の運動遊び</td><td colspan="6">表現リズム遊び</td><td colspan="14">器械・器具を使っての運動遊び</td><td colspan="10">スキー・スケート</td><td colspan="6">体つくりの運動遊び</td><td colspan="10">ゲーム</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td colspan="3">体ほぐしの運動遊び
③</td><td colspan="4">多様な動きをつくる運動遊び
④</td><td colspan="6">かけっこ・リレー遊び
⑥</td><td colspan="6">リズム遊び
⑥</td><td colspan="6">固定施設，鉄棒を使った運動遊び
⑥</td><td colspan="5">鬼遊び
⑤</td><td colspan="8">水の中を移動する運動遊び，もぐる・浮く運動遊び
⑧</td><td colspan="2">体ほぐしの運動遊び
②</td><td colspan="8">ボールゲーム（ボールけり）
⑧</td><td colspan="4">走の運動遊び
④</td><td colspan="4">跳の運動遊び
④</td><td colspan="6">表現遊び
⑥</td><td colspan="7">マットを使った運動遊び
⑦</td><td colspan="7">跳び箱を使った運動遊び
⑦</td><td colspan="10">スキー遊び・スケート遊び
⑩</td><td colspan="6">多様な動きをつくる運動遊び
⑥</td><td colspan="10">ボールゲーム（ボール投げ）
⑩</td></tr>
</table>

●第２学年　寒冷地　３学期制　105時間

<table>
<tr><td>学　期</td><td colspan="36">1学期（36時間）</td><td colspan="43">2学期（43時間）</td><td colspan="26">3学期（26時間）</td></tr>
<tr><td>時　間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td><td>33</td><td>34</td><td>35</td><td>36</td><td>37</td><td>38</td><td>39</td><td>40</td><td>41</td><td>42</td><td>43</td><td>44</td><td>45</td><td>46</td><td>47</td><td>48</td><td>49</td><td>50</td><td>51</td><td>52</td><td>53</td><td>54</td><td>55</td><td>56</td><td>57</td><td>58</td><td>59</td><td>60</td><td>61</td><td>62</td><td>63</td><td>64</td><td>65</td><td>66</td><td>67</td><td>68</td><td>69</td><td>70</td><td>71</td><td>72</td><td>73</td><td>74</td><td>75</td><td>76</td><td>77</td><td>78</td><td>79</td><td>80</td><td>81</td><td>82</td><td>83</td><td>84</td><td>85</td><td>86</td><td>87</td><td>88</td><td>89</td><td>90</td><td>91</td><td>92</td><td>93</td><td>94</td><td>95</td><td>96</td><td>97</td><td>98</td><td>99</td><td>100</td><td>101</td><td>102</td><td>103</td><td>104</td><td>105</td></tr>
<tr><td>領　域</td><td colspan="7">体つくりの運動遊び</td><td colspan="7">走・跳の運動遊び</td><td colspan="6">表現リズム遊び</td><td colspan="10">ゲーム</td><td colspan="8">水遊び</td><td colspan="2">体つくりの運動遊び</td><td colspan="5">器械・器具を使っての運動遊び</td><td colspan="5">ゲーム</td><td colspan="8">走・跳の運動遊び</td><td colspan="7">表現リズム遊び</td><td colspan="14">器械・器具を使っての運動遊び</td><td colspan="10">スキー・スケート</td><td colspan="6">体つくりの運動遊び</td><td colspan="10">ゲーム</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td colspan="7">多様な動きをつくる運動遊び
⑦</td><td colspan="7">走の運動遊び
⑦</td><td colspan="6">リズム遊び
⑥</td><td colspan="10">ボールゲーム（ボールけり）
⑩</td><td colspan="8">水の中を移動する運動遊び，もぐる・浮く運動遊び
⑧</td><td colspan="2">体ほぐしの運動遊び
②</td><td colspan="5">固定施設，鉄棒を使った運動遊び
⑤</td><td colspan="5">鬼遊び
⑤</td><td colspan="4">走の運動遊び
④</td><td colspan="4">跳の運動遊び
④</td><td colspan="7">表現遊び
⑦</td><td colspan="7">マットを使った運動遊び
⑦</td><td colspan="7">跳び箱を使った運動遊び
⑦</td><td colspan="10">スキー遊び・スケート遊び
⑩</td><td colspan="6">多様な動きをつくる運動遊び
⑥</td><td colspan="10">ボールゲーム（ボール投げ）
⑩</td></tr>
</table>

●第３学年　寒冷地　３学期制　105時間

<table>
<tr><td>学　期</td><td colspan="36">1学期（36時間）</td><td colspan="45">2学期（45時間）</td><td colspan="24">３学期（24時間）</td></tr>
<tr><td>時　間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td><td>33</td><td>34</td><td>35</td><td>36</td><td>37</td><td>38</td><td>39</td><td>40</td><td>41</td><td>42</td><td>43</td><td>44</td><td>45</td><td>46</td><td>47</td><td>48</td><td>49</td><td>50</td><td>51</td><td>52</td><td>53</td><td>54</td><td>55</td><td>56</td><td>57</td><td>58</td><td>59</td><td>60</td><td>61</td><td>62</td><td>63</td><td>64</td><td>65</td><td>66</td><td>67</td><td>68</td><td>69</td><td>70</td><td>71</td><td>72</td><td>73</td><td>74</td><td>75</td><td>76</td><td>77</td><td>78</td><td>79</td><td>80</td><td>81</td><td>82</td><td>83</td><td>84</td><td>85</td><td>86</td><td>87</td><td>88</td><td>89</td><td>90</td><td>91</td><td>92</td><td>93</td><td>94</td><td>95</td><td>96</td><td>97</td><td>98</td><td>99</td><td>100</td><td>101</td><td>102</td><td>103</td><td>104</td><td>105</td></tr>
<tr><td>領　域</td><td colspan="7">体つくり運動</td><td colspan="7">走・跳の運動</td><td colspan="6">表現運動</td><td colspan="11">ゲーム</td><td colspan="8">水泳運動</td><td colspan="3">体つくり運動</td><td colspan="6">器械運動</td><td colspan="12">走・跳の運動</td><td colspan="6">表現運動</td><td colspan="15">器械運動</td><td colspan="10">スキー・スケート</td><td colspan="4">保健</td><td colspan="10">ゲーム</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td colspan="2">体ほぐしの運動
②</td><td colspan="5">多様な動きをつくる運動
⑤</td><td colspan="7">かけっこ・リレー
⑦</td><td colspan="6">リズムダンス
⑥</td><td colspan="11">ベースボール型ゲーム
⑪</td><td colspan="8">浮いて進む運動，もぐる・浮く運動
⑧</td><td>体ほぐしの運動
①</td><td colspan="2">多様な動きをつくる運動
②</td><td colspan="6">鉄棒運動
⑥</td><td colspan="6">小型ハードル走
⑥</td><td colspan="6">幅跳び，高跳びから選択
⑥</td><td colspan="6">表現
⑥</td><td colspan="8">マット運動
⑧</td><td colspan="7">跳び箱運動
⑦</td><td colspan="10">スキー・スケート
⑩</td><td colspan="4">健康な生活
④</td><td colspan="10">ゴール型ゲーム
⑩</td></tr>
</table>

●第４学年　寒冷地　３学期制　105時間

<table>
<tr><td>学　期</td><td colspan="36">1学期（36時間）</td><td colspan="45">2学期（45時間）</td><td colspan="24">3学期（24時間）</td></tr>
<tr><td>時　間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td><td>33</td><td>34</td><td>35</td><td>36</td><td>37</td><td>38</td><td>39</td><td>40</td><td>41</td><td>42</td><td>43</td><td>44</td><td>45</td><td>46</td><td>47</td><td>48</td><td>49</td><td>50</td><td>51</td><td>52</td><td>53</td><td>54</td><td>55</td><td>56</td><td>57</td><td>58</td><td>59</td><td>60</td><td>61</td><td>62</td><td>63</td><td>64</td><td>65</td><td>66</td><td>67</td><td>68</td><td>69</td><td>70</td><td>71</td><td>72</td><td>73</td><td>74</td><td>75</td><td>76</td><td>77</td><td>78</td><td>79</td><td>80</td><td>81</td><td>82</td><td>83</td><td>84</td><td>85</td><td>86</td><td>87</td><td>88</td><td>89</td><td>90</td><td>91</td><td>92</td><td>93</td><td>94</td><td>95</td><td>96</td><td>97</td><td>98</td><td>99</td><td>100</td><td>101</td><td>102</td><td>103</td><td>104</td><td>105</td></tr>
<tr><td>領　域</td><td colspan="7">体つくり運動</td><td colspan="7">走・跳の運動</td><td colspan="6">表現運動</td><td colspan="11">ゲーム</td><td colspan="8">水泳運動</td><td colspan="3">体つくり運動</td><td colspan="6">器械運動</td><td colspan="12">走・跳の運動</td><td colspan="6">表現運動</td><td colspan="15">器械運動</td><td colspan="10">スキー・スケート</td><td colspan="4">保健</td><td colspan="10">ゲーム</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td colspan="2">体ほぐしの運動
②</td><td colspan="5">多様な動きをつくる運動
⑤</td><td colspan="7">かけっこ・リレー
⑦</td><td colspan="6">リズムダンス
⑥</td><td colspan="11">ネット型ゲーム
⑪</td><td colspan="8">浮いて進む運動，もぐる・浮く運動
⑧</td><td>体ほぐしの運動
①</td><td colspan="2">多様な動きをつくる運動
②</td><td colspan="6">鉄棒運動
⑥</td><td colspan="6">小型ハードル走
⑥</td><td colspan="6">幅跳び，高跳びから選択
⑥</td><td colspan="6">表現
⑥</td><td colspan="8">マット運動
⑧</td><td colspan="7">跳び箱運動
⑦</td><td colspan="10">スキー・スケート
⑩</td><td colspan="4">体の発育・発達
④</td><td colspan="10">ゴール型ゲーム
⑩</td></tr>
</table>

●第５学年　寒冷地　３学期制　90時間

<table>
<tr><td>学　期</td><td colspan="32">1学期（32時間）</td><td colspan="41">2学期（41時間）</td><td colspan="17">3学期（17時間）</td></tr>
<tr><td>時　間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td><td>33</td><td>34</td><td>35</td><td>36</td><td>37</td><td>38</td><td>39</td><td>40</td><td>41</td><td>42</td><td>43</td><td>44</td><td>45</td><td>46</td><td>47</td><td>48</td><td>49</td><td>50</td><td>51</td><td>52</td><td>53</td><td>54</td><td>55</td><td>56</td><td>57</td><td>58</td><td>59</td><td>60</td><td>61</td><td>62</td><td>63</td><td>64</td><td>65</td><td>66</td><td>67</td><td>68</td><td>69</td><td>70</td><td>71</td><td>72</td><td>73</td><td>74</td><td>75</td><td>76</td><td>77</td><td>78</td><td>79</td><td>80</td><td>81</td><td>82</td><td>83</td><td>84</td><td>85</td><td>86</td><td>87</td><td>88</td><td>89</td><td>90</td></tr>
<tr><td>領　域</td><td colspan="5">体つくり運動</td><td colspan="8">陸上運動</td><td colspan="5">表現運動</td><td colspan="10">ボール運動</td><td colspan="6">水泳運動</td><td colspan="3">体つくり運動</td><td colspan="5">器械運動</td><td colspan="6">陸上運動</td><td colspan="4">保健</td><td>体つくり運動</td><td colspan="5">表現運動</td><td colspan="11">器械運動</td><td colspan="4">保健</td><td colspan="8">スキー・スケート</td><td colspan="9">ボール運動</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td colspan="2">体ほぐしの運動
②</td><td colspan="3">体の動きを高める運動
③</td><td colspan="8">短距離走・リレー
⑧</td><td colspan="5">表現
⑤</td><td colspan="10">ベースボール型
⑩</td><td colspan="6">クロール，平泳ぎ，安全確保につながる運動
⑥</td><td>体ほぐしの運動
①</td><td colspan="2">体の動きを高める運動
②</td><td colspan="5">鉄棒運動
⑤</td><td colspan="6">ハードル走
⑥</td><td colspan="4">心の健康
④</td><td>体ほぐしの運動
①</td><td colspan="5">表現，フォークダンス
⑤</td><td colspan="6">マット運動
⑥</td><td colspan="5">跳び箱運動
⑤</td><td colspan="4">けがの防止
④</td><td colspan="8">スキー・スケート
⑧</td><td colspan="9">ゴール型
⑨</td></tr>
</table>

●第６学年　寒冷地　３学期制　90時間

<table>
<tr><td>学　期</td><td colspan="33">1学期（33時間）</td><td colspan="40">2学期（40時間）</td><td colspan="17">3学期（17時間）</td></tr>
<tr><td>時　間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td>32</td><td>33</td><td>34</td><td>35</td><td>36</td><td>37</td><td>38</td><td>39</td><td>40</td><td>41</td><td>42</td><td>43</td><td>44</td><td>45</td><td>46</td><td>47</td><td>48</td><td>49</td><td>50</td><td>51</td><td>52</td><td>53</td><td>54</td><td>55</td><td>56</td><td>57</td><td>58</td><td>59</td><td>60</td><td>61</td><td>62</td><td>63</td><td>64</td><td>65</td><td>66</td><td>67</td><td>68</td><td>69</td><td>70</td><td>71</td><td>72</td><td>73</td><td>74</td><td>75</td><td>76</td><td>77</td><td>78</td><td>79</td><td>80</td><td>81</td><td>82</td><td>83</td><td>84</td><td>85</td><td>86</td><td>87</td><td>88</td><td>89</td><td>90</td></tr>
<tr><td>領　域</td><td colspan="6">体つくり運動</td><td colspan="6">陸上運動</td><td colspan="5">表現運動</td><td colspan="10">ボール運動</td><td colspan="6">水泳運動</td><td colspan="3">体つくり運動</td><td colspan="5">器械運動</td><td colspan="8">陸上運動</td><td colspan="4">保健</td><td colspan="5">表現運動</td><td colspan="11">器械運動</td><td colspan="4">保健</td><td colspan="8">スキー・スケート</td><td colspan="9">ボール運動</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td colspan="3">体ほぐしの運動
③</td><td colspan="3">体の動きを高める運動
③</td><td colspan="6">短距離走・リレー
⑥</td><td colspan="5">表現
⑤</td><td colspan="10">ネット型
⑩</td><td colspan="6">クロール，平泳ぎ，安全確保につながる運動
⑥</td><td>体ほぐしの運動
①</td><td colspan="2">体の動きを高める運動
②</td><td colspan="5">鉄棒運動
⑤</td><td colspan="8">走り幅跳び，走り高跳び
⑧</td><td colspan="4">病気の予防
④</td><td colspan="5">表現，フォークダンス
⑤</td><td colspan="6">マット運動
⑥</td><td colspan="5">跳び箱運動
⑤</td><td colspan="4">病気の予防
④</td><td colspan="8">スキー・スケート
⑧</td><td colspan="9">ゴール型
⑨</td></tr>
</table>