

●第1学年 寒冷地 2学期制 102時間

学 期	前期 (52時間)																																																				後期 (50時間)																																																	
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	体つくりの運動遊び		走・跳の運動遊び						表現リズム遊び						器械・器具を使つての運動遊び						ゲーム						水遊び						体つくりの運動遊び						ゲーム						走・跳の運動遊び						表現リズム遊び						器械・器具を使つての運動遊び										スキー・スケート										体つくりの運動遊び						ゲーム																			
内 容	体ほぐしの運動遊び ③		多様な動きをつくる運動遊び ④		かけっこ・リレー遊び ⑥						リズム遊び ⑥						固定施設、鉄棒を使った運動遊び ⑥						鬼遊び ⑤						水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び ⑧						体ほぐしの運動遊び ②						ボールゲーム(ボールけり) ⑧						走の運動遊び ④						跳の運動遊び ④						表現遊び ⑥						マットを使った運動遊び ⑦						跳び箱を使った運動遊び ⑦						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 ⑥						ボールゲーム(ボール投げ) ⑩									

学 期	前期 (54時間)																																																						後期 (51時間)																																																					
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	体つくりの運動遊び						走・跳の運動遊び						表現リズム遊び						ゲーム						水遊び						体つくりの運動遊び		器械・器具を使つての運動遊び		ゲーム						走・跳の運動遊び						表現リズム遊び						器械・器具を使つての運動遊び						スキー・スケート						体つくりの運動遊び						ゲーム																																					
内 容	多様な動きをつくる運動遊び ⑦						走の運動遊び ⑦						リズム遊び ⑥						ボールゲーム (ボールけり) ⑩						水の中を移動する運動遊び、 もぐる・浮く運動遊び ⑧						体ほぐしの運動遊び ②		固定施設、鉄棒を使った運動遊び ⑤		鬼遊び ⑤		走の運動遊び ④		跳の運動遊び ④		表現遊び ⑦						マットを使った運動遊び ⑦		跳び箱を使った運動遊び ⑦		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 ⑥						ボールゲーム (ボール投げ) ⑩																																													

学 期	前期（54時間）																																																						後期（51時間）																																																					
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						走・跳の運動						表現運動						ゲーム						水泳運動						体づくり運動		器械運動						走・跳の運動						表現運動						器械運動						スキー・スケート						保健		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						かけっこ・リレー ⑦						リズムダンス ⑥						ベースボール型ゲーム ⑪						浮いて進む運動、もぐる・浮く運動 ⑧						体ほぐしの運動①		多様な動きをつくる運動②						鉄棒運動 ⑥						小型ハードル走 ⑥						幅跳び、高跳びから選択 ⑥						表現 ⑥						マット運動 ⑧						跳び箱運動 ⑦						スキー・スケート ⑩						健康な生活 ④		ゴール型ゲーム ⑩																								

学 期	前期 (54時間)																																																						後期 (51時間)																																																					
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						走・跳の運動						表現運動						ゲーム						水泳運動						体づくり運動		器械運動						走・跳の運動						表現運動						器械運動						スキー・スケート						保健		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				かけっこ・リレー ⑦				リズムダンス ⑥				ネット型ゲーム ⑪						浮いて進む運動、もぐる・浮く運動 ⑧						体ほぐしの運動 ①		鉄棒運動 ⑥				小型ハードル走 ⑥		幅跳び、高跳びから選択 ⑥		表現 ⑥		マット運動 ⑧		跳び箱運動 ⑦		スキー・スケート ⑩				体の発達 ④		ゴール型ゲーム ⑩																																																											

学 期	前期（48時間）																																																後期（42時間）																																									
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
領 域	体づくり運動			陸上運動						表現運動			ボール運動						水泳運動			体づくり運動		器械運動			陸上運動			保健		表現運動		器械運動						保健		スキー・スケート						ボール運動																																										
内 容	体ほぐしの運動②	体の動きを高める運動③		短距離走・リレー⑧						表現⑤			ベースボール型⑩						クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動⑥			体ほぐしの運動① 体の動きを高める運動②		鉄棒運動⑤			ハードル走⑥			心の健康④		表現、フォークダンス⑤		マット運動⑥		跳び箱運動⑤		けがの防止④		スキー・スケート⑧						ゴール型⑨																																												

学 期	前期（49時間）																																																後期（41時間）																																									
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
領 域	体づくり運動						陸上運動						表現運動						ボール運動						水泳運動						体づくり運動		器械運動						陸上運動						保健		表現運動						器械運動						保健		スキー・スケート						ボール運動																							
内 容	体ほぐしの運動 ③		体の動きを高める運動 ③		短距離走・リレー ⑥						表現 ⑤						ネット型 ⑩						クロール、平泳ぎ、安全確保につながる運動 ⑥						体ほぐしの運動 ①		体の動きを高める運動 ②		鉄棒運動 ⑤						走り幅跳び、走り高跳びから選択 ⑧						病気の予防 ④		表現、フォークダンス ⑤		マット運動 ⑥				跳び箱運動 ⑤		病気の予防 ④		スキー・スケート ⑧						ゴール型 ⑨																											