

学期	1学期												2学期												3学期											
月	4			5			6			7		8	9			10			11			12			1		2		3							
週	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	入学式・始業式	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1 (12) ネット型						武道 (11)			スキー・スケート (9)			球技2 (12) 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1 (12) 球技2 (12) 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		
		体育理論 (3)												〔保健〕心身の発達と心の健康 (12)																						
第2学年	体づくり運動 (4)			陸上競技 (11)				武道 (11)			水泳 (6)		体づくり運動 (3)	ダンス (9)			球技3 (10) ベースボール型					器械運動 (11)			スキー・スケート (9)			球技4 (12) 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 (11) 水泳 (6) 球技3 (10) 球技4 (12) 武道 (11) ダンス (9) スキー・スケート (9) 体育理論 (3) 保健 (16) 合計105			
													体育理論 (3)	〔保健〕傷害の防止 (9)																						
第3学年	体づくり運動 (4)			選択1 (12) 器械運動、陸上競技、ダンスから選択				選択2 (11) 器械運動、陸上競技、ダンスから選択			水泳 (6)		体づくり運動 (3)	選択3 (13) 球技			選択4 (12) 球技						※選択3とは別の型		スキー・スケート (9)			選択5 (12) 球技、武道から選択					体づくり運動 (7) 水泳 (6) 選択1 (12) 選択2 (11) 選択3 (13) 選択4 (12) 選択5 (12) スキー・スケート (9) 体育理論 (3) 保健 (20) 合計105			
													体育理論 (3)	〔保健〕健康な生活と病気の予防 (14)																						