

2年間をまとめりとして構成した 年間指導計画例 寒冷地 3学期制

●第1 学年 寒冷地 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）																																			
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		体づくりの運動遊び			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			体づくりの運動遊び			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						体づくりの運動遊び			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			走の運動遊び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																																												

●第2 学年 寒冷地 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）																								
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						体づくりの運動遊び	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						体づくりの運動遊び						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																					

●第3 学年 寒冷地 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）																																												
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																																		

●第4 学年 寒冷地 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）																																												
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	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					体の発育・発達④		ゴール型ゲーム⑩																																																	