

●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		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							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							走の運動遊び ⑥							リズム遊び ⑥							マットを使った運動遊び ⑦							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		多様な動きをつくる運動遊び ②							固定施設、鉄棒を使った運動遊び ⑥							走の運動遊び、 跳の運動遊び ⑦							表現遊び ⑥							ボールゲーム (ボールけり) 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 (52時間)																																																後期 (53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							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							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							体づくりの運動遊び							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 ⑥							リズム遊び ⑥							マットを使った運動遊び ⑦							鬼遊び ⑥							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 ④							固定施設、鉄棒を使った運動遊び ⑤							走の運動遊び、跳の運動遊び ⑦							表現遊び ⑦							ボールゲーム(ボールけり) ⑦							多様な動きをつくる運動遊び ②							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（55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	103	104	105
領 域	体づくり運動					走・跳の運動					表現運動					器械運動					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					ゲーム					器械運動					スキー・スケート					保健					体づくり運動					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					かけっこ・リレー⑥					リズムダンス⑤					マット運動⑦					ベースボール型ゲーム⑧					浮いて進む運動、もぐる・浮く運動③					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⑤					幅跳び、高跳びから選択⑤					表現⑥					ネット型ゲーム⑨					跳び箱運動⑥					スキー・スケート⑩					健康な生活④					多様な動きをつくる運動②					ゴール型ゲーム⑧																								

学 期	前期 (55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	103	104	105
領 域	体づくり運動					走・跳の運動					表現運動					器械運動					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					ゲーム					器械運動					スキー・スケート					保健					体づくり運動					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					かけっこ・リレー⑥					リズムダンス⑤					マット運動⑦					ベースボール型ゲーム⑧					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⑤					幅跳び、高跳びから選択⑤					表現⑥					ネット型ゲーム⑨					跳び箱運動⑥					スキー・スケート⑩					体の発育・発達④					多様な動きをつくる運動②					ゴール型ゲーム⑧																								

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			器械運動			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			ボール運動			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⑤			表現⑤			マット運動⑤			ベースボール型⑥			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④			ハードル走④			心の健康④			体ほぐしの運動①	表現、フォークダンス⑤			ネット型⑥			跳び箱運動⑤			けがの防止④			スキー・スケート⑩						ゴール型⑦																																							

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			器械運動			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			ボール運動			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 ⑤			表現 ⑤			マット運動 ⑤			ベースボール型 ⑥			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 ④			ハードル走 ④		病気の予防 ④			表現、フォークダンス ⑤			ネット型 ⑥			跳び箱運動 ⑤			病気の予防 ④			スキー・スケート ⑩						ゴール型 ⑦																																					