

## 2年間をまとまりとして構成した 年間指導計画例 寒冷地 2学期制

●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 2学期制 105時間

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							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、鉄棒を使つた運動遊び ⑤							鬼遊び ⑤							走の運動遊び ④							跳の運動遊び ④							表現遊び ⑦							マットを使つた運動遊び ⑦							跳び箱を使つた運動遊び 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 2学期制 105時間

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																																																												

●第4学年 寒冷地 2学期制 105時間

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	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																																																

## ●第5学年 寒冷地 2学期制 90時間

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		体ほぐしの運動①	表現、フオークダンス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																																								

●第6学年 寒冷地 2学期制 90時間

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、フオークダンス 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																							