

学期	前期																		後期																	
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			運動部中体連地区大会					期末テスト		終業式	始業式	文化祭						中間テスト							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 (4)	陸上競技 (10)					器械運動 (8)				水泳 (6)			ダンス (10)			体づくり運動 (3)	球技 1 (14) ネット型					武道 (10)			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 (8) 陸上競技 (10) 水泳 (6) 球技 1 (14) 球技 2 (12) 武道 (10) ダンス (10) 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〕健康な生活と 病気の予防 (5)					〔保健〕心身の発達と 心の健康 1 (5)					〔保健〕心身の発達と 心の健康 2 (6)																							
第 2 学年	体づくり運動 (4)	陸上競技 (10)					球技 1 (8) ベースボール型				水泳 (6)			体づくり運動 (3)	ダンス (9)			球技 2 (9) ゴール型		器械運動 (8)			武道 (8)			スキー・スケート (9)		球技 3 (12) ネット型			体づくり運動 (7) 器械運動 (8) 陸上競技 (10) 水泳 (6) 球技 1 (8) 球技 2 (9) 球技 3 (12) 武道 (8) 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〕健康な生活と病気の予防 (8)										〔保健〕傷害の防止 (8)																							
第 3 学年	体づくり運動 (3)	選択 1 (12) 器械運動, 陸上競技, ダンスから選択					選択 2 (12) 水泳, ダンスから選択				水泳 (6)			体づくり運動 (4)	選択 3 (14) 球技				選択 4 (14) 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 (12) 選択 3 (14) 選択 4 (14) 選択 5 (12) スキー・スケート (9) 体育理論 (3) 保健 (16) 合計105							
		〔保健〕健康な生活と 病気の予防 (6)										体育理論 (3)				〔保健〕健康と環境 (7)					〔保健〕課題 学習 (3)															