

【東京本社】 東京都文京区大塚 3-16-12 〒112-8635  
 電話 (03) 5976-1311 代  
 【岐阜本社】 岐阜県羽島市江吉良町江中 7-1 〒501-6297  
 電話 (058) 398-1111 代  
 【大阪支社】 大阪府東大阪市今米 2-7-24 〒578-0903  
 電話 (072) 966-2111 代

積雪地・寒冷地など用  
 ◆領域別時間配当表◆

| 学年   | 領域             | 内容                    | 時間 |
|------|----------------|-----------------------|----|
| 1・2年 | 体づくり運動         | 体ほぐしの運動、多様な動きをつくる運動遊び | 11 |
|      | 器械・器具を使つての運動遊び | 固定施設、マット、鉄棒、跳び箱の運動遊び  | 18 |
|      | 走・跳の運動遊び       | 走の運動遊び、跳の運動遊び         | 18 |
|      | 水遊び            | 水に慣れる遊び、浮く・もぐる遊び      | 8  |
|      | ゲーム            | ボールゲーム、鬼遊び            | 25 |
|      | 表現リズム遊び        | 表現遊び、リズム遊び            | 16 |
|      | 雪遊び・氷上遊び       |                       | 9  |

※第1学年はそれぞれ1時間ずつ、一学期から減らす。

【配当時間の割合】

1年 (総計・102時間)

- 雪遊び・氷上遊び 8.8%
- 体づくり運動 10.8%
- 器械・器具を使つての運動遊び 16.7%
- 走・跳の運動遊び 16.7%
- 水遊び 7.8%
- ゲーム 24.5%
- 表現リズム遊び 14.7%

2年 (総計・105時間)

- 雪遊び・氷上遊び 8.6%
- 体づくり運動 10.5%
- 器械・器具を使つての運動遊び 17.1%
- 走・跳の運動遊び 17.1%
- 水遊び 7.6%
- ゲーム 23.8%
- 表現リズム遊び 15.3%

| 学年   | 領域       | 内容                         | 時間 |
|------|----------|----------------------------|----|
| 3・4年 | 体づくり運動   | 体ほぐしの運動、多様な動きをつくる運動        | 8  |
|      | 器械運動     | マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動           | 20 |
|      | 走・跳の運動   | かけっこ・リレー、小型ハードル走、幅跳び、高跳び   | 18 |
|      | 浮く・泳ぐ運動  | 浮く運動、泳ぐ運動                  | 10 |
|      | ゲーム      | ゴール型ゲーム、ネット型ゲーム、ベースボール型ゲーム | 19 |
|      | 表現運動     | 表現、リズムダンス                  | 15 |
|      | スキー・スケート |                            | 11 |
|      | 保健       | 毎日の生活と健康 (3年)、育ちゆく体と私 (4年) | 4  |

【配当時間の割合】

3年 (総計・105時間)

- スキー・スケート 10.5%
- 保健 3.8%
- 体づくり運動 7.6%
- 器械運動 19.1%
- 表現運動 14.3%
- ゲーム 18.1%
- 浮く・泳ぐ運動 9.5%
- 走・跳の運動 17.1%

4年 (総計・105時間)

- スキー・スケート 10.5%
- 保健 3.8%
- 体づくり運動 7.6%
- 器械運動 19.1%
- 表現運動 14.3%
- ゲーム 18.1%
- 浮く・泳ぐ運動 9.5%
- 走・跳の運動 17.1%

| 学年   | 領域       | 内容                             | 時間 |
|------|----------|--------------------------------|----|
| 5・6年 | 体づくり運動   | 体ほぐしの運動、体力を高める運動               | 12 |
|      | 器械運動     | マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動               | 20 |
|      | 陸上運動     | 短距離走・リレー、ハードル走、走り幅跳び、走り高跳び     | 13 |
|      | 水泳       | クロール、平泳ぎ                       | 8  |
|      | ボール運動    | ゴール型、ネット型、ベースボール型              | 16 |
|      | 表現運動     | 表現、フォークダンス                     | 12 |
|      | スキー、スケート |                                | 9  |
|      | 保健       | 心の発達及び不安、けがの防止 (5年)、病気の予防 (6年) | 8  |

【配当時間の割合】

5年 (総計・90時間)

- 保健 8.9%
- 体づくり運動 13.3%
- 器械運動 14.5%
- 表現運動 13.3%
- ボール運動 17.8%
- 水泳 8.9%
- 陸上運動 13.3%
- 水泳 8.9%

6年 (総計・90時間)

- 保健 8.9%
- 体づくり運動 13.3%
- 器械運動 14.5%
- 表現運動 13.3%
- ボール運動 17.8%
- 水泳 8.9%
- 陸上運動 13.3%
- 水泳 8.9%

たのしい体育

【新学習指導要領対応】

# 体育年間指導計画案

株式会社文溪堂

| 1年   | 月(時間)                     | 4 (6) | 5 (9) | 6 (12) | 7 (7)                     | 9 (12) | 10 (12) | 11 (11) | 12 (7)                    | 1 (8) | 2 (11) | 3 (7) |                      |    |    |    |                         |    |    |    |                      |    |    |    |                  |    |    |    |     |    |    |    |                         |    |  |  |                               |  |  |  |                         |  |  |  |                      |  |  |  |                            |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |                      |  |  |  |                  |  |  |  |                      |  |  |  |                                   |  |  |  |             |  |  |  |                          |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |
|------|---------------------------|-------|-------|--------|---------------------------|--------|---------|---------|---------------------------|-------|--------|-------|----------------------|----|----|----|-------------------------|----|----|----|----------------------|----|----|----|------------------|----|----|----|-----|----|----|----|-------------------------|----|--|--|-------------------------------|--|--|--|-------------------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|----------------------------|--|--|--|--------------------------|--|--|--|-------------------------------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|------------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|-----------------------------------|--|--|--|-------------|--|--|--|--------------------------|--|--|--|--------------------------|--|--|--|-------------------------------------|--|--|--|
| 年時   | 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 |  |  |                               |  |  |  |                         |  |  |  |                      |  |  |  |                            |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |                      |  |  |  |                  |  |  |  |                      |  |  |  |                                   |  |  |  |             |  |  |  |                          |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |
| 単元時間 | 4                         |       |       |        | 4                         |        |         |         | 4                         |       |        |       | 2                    |    |    |    | 8                       |    |    |    | 2                    |    |    |    | 4                |    |    |    | 4   |    |    |    | 4                       |    |  |  | 4                             |  |  |  |                         |  |  |  |                      |  |  |  |                            |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |                      |  |  |  |                  |  |  |  |                      |  |  |  |                                   |  |  |  |             |  |  |  |                          |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |
| 内容   | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |       |       |        | 走・跳の運動遊び<br>・かけっこ<br>・リレー |        |         |         | 表現リズム遊び<br>・リズム遊び<br>・鬼遊び |       |        |       | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |    |    |    | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・固定施設 |    |    |    | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |    |    |    | 体づくり運動<br>・多様な動き |    |    |    | 水遊び |    |    |    | 夏休み<br>体づくり運動<br>・多様な動き |    |  |  | 走・跳の運動遊び<br>・小型のハードル<br>・鉄棒遊び |  |  |  | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・鉄棒遊び |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |  |  |  | 表現リズム遊び<br>・リズム遊び<br>・表現遊び |  |  |  | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・マット遊び |  |  |  | 走・跳の運動遊び<br>・かけっこ・リレー<br>または小型のハードル |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |  |  |  | 体づくり運動<br>・多様な動き |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |  |  |  | 冬休み<br>表現リズム遊び<br>・リズム遊び<br>・表現遊び |  |  |  | 雪遊び<br>氷上遊び |  |  |  | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・跳び箱遊び |  |  |  | 走・跳の運動遊び<br>・幅跳び<br>・高跳び |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム<br>またはボール投げゲーム |  |  |  |

| 2年   | 月(時間)                     | 4 (9) | 5 (9) | 6 (12) | 7 (7)                     | 9 (12) | 10 (12) | 11 (11) | 12 (7)            | 1 (8) | 2 (11) | 3 (7) |             |    |    |    |                         |    |    |    |                      |    |    |    |                  |    |    |    |     |    |    |    |                             |    |    |    |                          |  |  |  |                      |  |  |  |                            |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |                      |  |  |  |                  |  |  |  |                      |  |  |  |                                   |  |  |  |             |  |  |  |                                      |  |  |  |                          |  |  |  |             |  |  |  |
|------|---------------------------|-------|-------|--------|---------------------------|--------|---------|---------|-------------------|-------|--------|-------|-------------|----|----|----|-------------------------|----|----|----|----------------------|----|----|----|------------------|----|----|----|-----|----|----|----|-----------------------------|----|----|----|--------------------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|----------------------------|--|--|--|--------------------------|--|--|--|-------------------------------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|------------------|--|--|--|----------------------|--|--|--|-----------------------------------|--|--|--|-------------|--|--|--|--------------------------------------|--|--|--|--------------------------|--|--|--|-------------|--|--|--|
| 年時   | 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                       |  |  |  |                      |  |  |  |                            |  |  |  |                          |  |  |  |                                     |  |  |  |                      |  |  |  |                  |  |  |  |                      |  |  |  |                                   |  |  |  |             |  |  |  |                                      |  |  |  |                          |  |  |  |             |  |  |  |
| 単元時間 | 4                         |       |       |        | 4                         |        |         |         | 5                 |       |        |       | 4           |    |    |    | 3                       |    |    |    | 8                    |    |    |    | 5                |    |    |    | 4   |    |    |    | 5                           |    |    |    | 6                        |  |  |  | 5                    |  |  |  | 4                          |  |  |  | 4                        |  |  |  | 4                                   |  |  |  |                      |  |  |  |                  |  |  |  |                      |  |  |  |                                   |  |  |  |             |  |  |  |                                      |  |  |  |                          |  |  |  |             |  |  |  |
| 内容   | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |       |       |        | 走・跳の運動遊び<br>・かけっこ<br>・リレー |        |         |         | 表現リズム遊び<br>・リズム遊び |       |        |       | ゲーム<br>・鬼遊び |    |    |    | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・鉄棒遊び |    |    |    | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |    |    |    | 体づくり運動<br>・多様な動き |    |    |    | 水遊び |    |    |    | 夏休み<br>走・跳の運動遊び<br>・小型のハードル |    |    |    | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・跳び箱遊び |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |  |  |  | 表現リズム遊び<br>・リズム遊び<br>・表現遊び |  |  |  | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・マット遊び |  |  |  | 走・跳の運動遊び<br>・かけっこ・リレー<br>または小型のハードル |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |  |  |  | 体づくり運動<br>・多様な動き |  |  |  | ゲーム<br>・ボール投げ<br>ゲーム |  |  |  | 冬休み<br>表現リズム遊び<br>・リズム遊び<br>・表現遊び |  |  |  | 雪遊び<br>氷上遊び |  |  |  | 器械・器具を使つての運動遊び<br>・マット遊び<br>または跳び箱遊び |  |  |  | 走・跳の運動遊び<br>・幅跳び<br>・高跳び |  |  |  | ゲーム<br>・鬼遊び |  |  |  |

| 3年   | 月(時間)                     | 4 (9) | 5 (9) | 6 (12) | 7 (7)                   | 9 (12) | 10 (12) | 11 (11) | 12 (7)          | 1 (8) | 2 (11) | 3 (7) |                |    |    |    |                 |    |    |    |               |    |    |    |         |    |    |    |                          |    |    |    |                  |    |    |    |                    |  |  |  |                        |  |  |  |               |  |  |  |                 |  |  |  |                        |  |  |  |                        |  |  |  |                               |  |  |  |          |  |  |  |                |  |  |  |                                   |  |  |  |
|------|---------------------------|-------|-------|--------|-------------------------|--------|---------|---------|-----------------|-------|--------|-------|----------------|----|----|----|-----------------|----|----|----|---------------|----|----|----|---------|----|----|----|--------------------------|----|----|----|------------------|----|----|----|--------------------|--|--|--|------------------------|--|--|--|---------------|--|--|--|-----------------|--|--|--|------------------------|--|--|--|------------------------|--|--|--|-------------------------------|--|--|--|----------|--|--|--|----------------|--|--|--|-----------------------------------|--|--|--|
| 年時   | 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                 |  |  |  |                        |  |  |  |               |  |  |  |                 |  |  |  |                        |  |  |  |                        |  |  |  |                               |  |  |  |          |  |  |  |                |  |  |  |                                   |  |  |  |
| 単元時間 | 4                         |       |       |        | 6                       |        |         |         | 5               |       |        |       | 5              |    |    |    | 8               |    |    |    | 2             |    |    |    | 4       |    |    |    | 6                        |    |    |    | 7                |    |    |    | 5                  |  |  |  | 7                      |  |  |  | 6             |  |  |  | 5               |  |  |  | 5                      |  |  |  | 5                      |  |  |  |                               |  |  |  |          |  |  |  |                |  |  |  |                                   |  |  |  |
| 内容   | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |       |       |        | 走・跳の運動<br>・かけっこ<br>・リレー |        |         |         | 表現運動<br>・リズムダンス |       |        |       | 器械運動<br>・マット運動 |    |    |    | 保健<br>・毎日の生活と健康 |    |    |    | 器械運動<br>・鉄棒運動 |    |    |    | 浮く・泳ぐ運動 |    |    |    | 夏休み<br>浮く・泳ぐ運動<br>・多様な動き |    |    |    | 体づくり運動<br>・多様な動き |    |    |    | 走・跳の運動<br>・小型ハードル走 |  |  |  | ゲーム<br>・ベースボール型<br>ゲーム |  |  |  | 器械運動<br>・鉄棒運動 |  |  |  | ゲーム<br>・ゴール型ゲーム |  |  |  | 走・跳の運動<br>・幅跳び<br>・高跳び |  |  |  | 表現運動<br>・リズムダンス<br>・表現 |  |  |  | 冬休み<br>表現運動<br>・リズムダンス<br>・表現 |  |  |  | スキー、スケート |  |  |  | 器械運動<br>・跳び箱運動 |  |  |  | ゲーム<br>・ゴール型ゲーム<br>または<br>ネット型ゲーム |  |  |  |

| 4年   | 月(時間)                     | 4 (9) | 5 (9) | 6 (12) | 7 (7)                   | 9 (12) | 10 (12) | 11 (11) | 12 (7)      | 1 (8) | 2 (11) | 3 (7) |               |    |    |    |                |    |    |    |                |    |    |    |         |    |    |    |                          |    |    |    |                  |    |    |    |                    |  |  |  |                 |  |  |  |                |  |  |  |                        |  |  |  |                        |  |  |  |                        |  |  |  |                    |  |  |  |          |  |  |  |                |  |  |  |                                   |  |  |  |
|------|---------------------------|-------|-------|--------|-------------------------|--------|---------|---------|-------------|-------|--------|-------|---------------|----|----|----|----------------|----|----|----|----------------|----|----|----|---------|----|----|----|--------------------------|----|----|----|------------------|----|----|----|--------------------|--|--|--|-----------------|--|--|--|----------------|--|--|--|------------------------|--|--|--|------------------------|--|--|--|------------------------|--|--|--|--------------------|--|--|--|----------|--|--|--|----------------|--|--|--|-----------------------------------|--|--|--|
| 年時   | 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                 |  |  |  |                 |  |  |  |                |  |  |  |                        |  |  |  |                        |  |  |  |                        |  |  |  |                    |  |  |  |          |  |  |  |                |  |  |  |                                   |  |  |  |
| 単元時間 | 4                         |       |       |        | 6                       |        |         |         | 5           |       |        |       | 5             |    |    |    | 8              |    |    |    | 2              |    |    |    | 4       |    |    |    | 6                        |    |    |    | 7                |    |    |    | 5                  |  |  |  | 7               |  |  |  | 6              |  |  |  | 5                      |  |  |  | 5                      |  |  |  | 5                      |  |  |  |                    |  |  |  |          |  |  |  |                |  |  |  |                                   |  |  |  |
| 内容   | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |       |       |        | 走・跳の運動<br>・かけっこ<br>・リレー |        |         |         | 表現運動<br>・表現 |       |        |       | 器械運動<br>・鉄棒運動 |    |    |    | 保健<br>・育ちゆく体と私 |    |    |    | 器械運動<br>・マット運動 |    |    |    | 浮く・泳ぐ運動 |    |    |    | 夏休み<br>浮く・泳ぐ運動<br>・多様な動き |    |    |    | 体づくり運動<br>・多様な動き |    |    |    | 走・跳の運動<br>・小型ハードル走 |  |  |  | ゲーム<br>・ゴール型ゲーム |  |  |  | 器械運動<br>・跳び箱運動 |  |  |  | ゲーム<br>・ベースボール型<br>ゲーム |  |  |  | 走・跳の運動<br>・高跳び<br>・幅跳び |  |  |  | 表現運動<br>・リズムダンス<br>・表現 |  |  |  | 冬休み<br>表現運動<br>・表現 |  |  |  | スキー、スケート |  |  |  | 器械運動<br>・マット運動 |  |  |  | ゲーム<br>・ゴール型ゲーム<br>または<br>ネット型ゲーム |  |  |  |

| 5年   | 月(時間)                        | 4 (8) | 5 (7) | 6 (10) | 7 (7)                 | 9 (9) | 10 (10) | 11 (10) | 12 (6)                  | 1 (7) | 2 (10) | 3 (6) |                |    |    |    |                           |    |    |    |    |    |    |    |                                  |    |    |    |                                     |    |    |    |                               |  |  |  |                           |  |  |  |                               |  |  |  |              |  |  |  |                    |  |  |  |             |  |  |  |          |  |  |  |             |  |  |  |             |  |  |  |                         |  |  |  |
|------|------------------------------|-------|-------|--------|-----------------------|-------|---------|---------|-------------------------|-------|--------|-------|----------------|----|----|----|---------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----------------------------------|----|----|----|-------------------------------------|----|----|----|-------------------------------|--|--|--|---------------------------|--|--|--|-------------------------------|--|--|--|--------------|--|--|--|--------------------|--|--|--|-------------|--|--|--|----------|--|--|--|-------------|--|--|--|-------------|--|--|--|-------------------------|--|--|--|
| 年時   | 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 |                               |  |  |  |                           |  |  |  |                               |  |  |  |              |  |  |  |                    |  |  |  |             |  |  |  |          |  |  |  |             |  |  |  |             |  |  |  |                         |  |  |  |
| 単元時間 | 5                            |       |       |        | 6                     |       |         |         | 5                       |       |        |       | 6              |    |    |    | 2                         |    |    |    | 8  |    |    |    | 2                                |    |    |    | 6                                   |    |    |    | 8                             |  |  |  | 7                         |  |  |  | 8                             |  |  |  | 4            |  |  |  | 5                  |  |  |  | 9           |  |  |  | 2        |  |  |  | 4           |  |  |  | 3           |  |  |  |                         |  |  |  |
| 内容   | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・体力を高める運動 |       |       |        | 陸上運動<br>・短距離走<br>・リレー |       |         |         | 表現運動<br>・表現<br>・フォークダンス |       |        |       | 器械運動<br>・跳び箱運動 |    |    |    | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |    |    |    | 水泳 |    |    |    | 夏休み<br>体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |    |    |    | 陸上運動<br>・ハードル走<br>または走り幅跳び<br>走り高跳び |    |    |    | ボール運動<br>・バスケットボール<br>またはサッカー |  |  |  | 器械運動<br>・マット運動<br>または鉄棒運動 |  |  |  | ボール運動<br>・バスケットボール<br>またはサッカー |  |  |  | 保健<br>・けがの防止 |  |  |  | 冬休み<br>表現運動<br>・表現 |  |  |  | 表現運動<br>・表現 |  |  |  | スキー、スケート |  |  |  | 表現運動<br>・表現 |  |  |  | 保健<br>・心の健康 |  |  |  | 体づくり運動<br>・体力を<br>高める運動 |  |  |  |

| 6年   | 月(時間)                        | 4 (8) | 5 (7) | 6 (10) | 7 (7)                 | 9 (9) | 10 (10) | 11 (10) | 12 (6)      | 1 (7) | 2 (10) | 3 (6) |               |    |    |    |                           |    |    |    |    |    |    |    |                                  |    |    |    |                                     |    |    |    |                             |  |  |  |                            |  |  |  |                                    |  |  |  |              |  |  |  |                                |  |  |  |                         |  |  |  |          |  |  |  |                         |  |  |  |              |  |  |  |                         |  |  |  |
|------|------------------------------|-------|-------|--------|-----------------------|-------|---------|---------|-------------|-------|--------|-------|---------------|----|----|----|---------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----------------------------------|----|----|----|-------------------------------------|----|----|----|-----------------------------|--|--|--|----------------------------|--|--|--|------------------------------------|--|--|--|--------------|--|--|--|--------------------------------|--|--|--|-------------------------|--|--|--|----------|--|--|--|-------------------------|--|--|--|--------------|--|--|--|-------------------------|--|--|--|
| 年時   | 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 |                             |  |  |  |                            |  |  |  |                                    |  |  |  |              |  |  |  |                                |  |  |  |                         |  |  |  |          |  |  |  |                         |  |  |  |              |  |  |  |                         |  |  |  |
| 単元時間 | 5                            |       |       |        | 6                     |       |         |         | 5           |       |        |       | 6             |    |    |    | 2                         |    |    |    | 8  |    |    |    | 2                                |    |    |    | 6                                   |    |    |    | 7                           |  |  |  | 8                          |  |  |  | 4                                  |  |  |  | 5            |  |  |  | 9                              |  |  |  | 2                       |  |  |  | 4        |  |  |  | 3                       |  |  |  |              |  |  |  |                         |  |  |  |
| 内容   | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・体力を高める運動 |       |       |        | 陸上運動<br>・短距離走<br>・リレー |       |         |         | 表現運動<br>・表現 |       |        |       | 器械運動<br>・鉄棒運動 |    |    |    | 体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |    |    |    | 水泳 |    |    |    | 夏休み<br>体づくり運動<br>・体ほぐし<br>・多様な動き |    |    |    | 陸上運動<br>・ハードル走<br>または走り幅跳び<br>走り高跳び |    |    |    | ボール運動<br>・サッカー<br>またはソフトボール |  |  |  | 器械運動<br>・マット運動<br>または跳び箱運動 |  |  |  | ボール運動<br>・ソフトバレーボール<br>またはバスケットボール |  |  |  | 保健<br>・病気の予防 |  |  |  | 冬休み<br>表現運動<br>・表現<br>・フォークダンス |  |  |  | 表現運動<br>・表現<br>・フォークダンス |  |  |  | スキー、スケート |  |  |  | 表現運動<br>・表現<br>・フォークダンス |  |  |  | 保健<br>・病気の予防 |  |  |  | 体づくり運動<br>・体力を<br>高める運動 |  |  |  |