

3学期制 (保健体育科教員が2名で2クラスを指導する場合)

各学年の総時間数：105時間

3年生で「器械運動」「陸上競技」「水泳」「ダンス」から2を、「球技」「武道」から2を選択

学年	学期 月 週	1学期 (39時間)													2学期 (42時間)													3学期 (24時間)										領域の授業時間数		
		4			5			6			7				9			10				11				12			1			2			3					
		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				
1年	1	体育理論 1		体育理論 1	陸上競技 17					体育理論 1	水泳 10			器械運動 16				武道 16				陸上競技 4 長距離走			球技 ア 15 ゴール型										A 体づくり運動 8					
	2	体づくり運動 5		短距離走・リレー 走り幅跳び *注1						保健分野 (健康の成り立ちと疾病の発生要因・生活習慣と健康) 4			マット運動 跳び箱運動 *注2																								B 陸上競技 21			
	3																	保健分野 (心身の機能の発達) 6							保健分野 (心の健康) 6							体づくり運動 3	C 器械運動 16							
2年	1	体育理論 1		体育理論 1	陸上競技 14					体育理論 1	水泳 9			体づくり運動 3	球技 ウ 15 ベースボール型				ダンス 16				陸上競技 4 長距離走			球技 イ 20 ネット型										D 水泳 10				
	2	体づくり運動 5		走り高跳び ハードル走 *注1											球技 ウ 15 ベースボール型																								E 球技 ア 15	
	3				保健分野 (傷害の防止) 8															保健分野 (生活習慣病などの予防) 4				保健分野 (喫煙・飲酒・薬物乱用と健康) 4							F 武道 16									
3年	1	体づくり運動 3	陸上競技と器械運動との選択 14								水泳とダンスとの選択 14			体づくり運動 6	球技 (ネット型) と武道との選択 18				球技 ア 16 ゴール型				球技 ウ 15 ベースボール型						A 体づくり運動 9											
	2																													B 陸上競技 0or14										
	3		保健分野 (感染症の予防 健康を守る社会の取組) 8																	保健分野 (健康と環境) 4				保健分野 (健康と環境) 4			体育理論 3			C 器械運動 0or14										

\*注1：第1学年および第2学年で、競走種目（短距離走・リレー、長距離走、ハードル走）から1種目以上を、跳躍種目（走り幅跳び、走り高跳び）から1種目以上を取り扱う必要がある。  
\*注2：マット運動、鉄棒運動、平均台運動および跳び箱運動の中から、マット運動を含む2種目を配置する必要がある。

大修館書店 令和3教 内容解説資料

2学期制 (保健体育科教員が2名で2クラスを指導する場合)

各学年の総時間数：105時間

3年生で「器械運動」「陸上競技」「水泳」「ダンス」から2を、「球技」「武道」から2を選択

学年	学期 月 週	前期 (54時間)																	後期 (51時間)															領域の授業時間数																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
		4			5			6			7		8	9			10		11				12			1			2			3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
		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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
1年	1	体育理論 1		体育理論 1	陸上競技 17  短距離走・リレー 走り幅跳び *注1				体育理論 1	水泳 10  器械運動 15 マット運動 跳び箱運動 *注2				体づくり運動 3				武道 14				陸上競技 6 長距離走			球技 ア 16 ゴール型							A 体づくり運動	8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
	2	体づくり運動 5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											

\*注1：第1学年および第2学年で、競走種目（短距離走・リレー、長距離走、ハードル走）から1種目以上を、跳躍種目（走り幅跳び、走り高跳び）から1種目以上を取り扱う必要がある。

\*注2：マット運動、鉄棒運動、平均台運動および跳び箱運動の中から、マット運動を含む2種目を配置する必要がある。