

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	9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
	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 イ	20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	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	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														

*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7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							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																							保健分野（心身の機能の発達6 心の健康6） 12											B 陸上競技	23															
	3																																										C 器械運動	15															
																																				D 水泳	10																						
																																						E 球技 ア	16																				
																																						F 武道	14																				
																																						G ダンス	0																				
																																						H 体育理論	3																				
																																						保健分野	16																				
2年	1	体育理論 1		体育理論 1	陸上競技 14 走り高跳び ハードル走 *注1				体育理論 1	水泳 9 球技 ウ 15 ベースボール型				体づくり運動 3				ダンス 14				陸上競技 6 長距離走			球技 イ 20 ネット型							A 体づくり運動	8																										
	2	体づくり運動 5							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 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康4） 8											B 陸上競技	20															
	3																																										C 器械運動	0															
																																						D 水泳	9																				
																																							E 球技 イ	20																			
																																							F 球技 ウ	15																			
																																							G 武道	0																			
																																							H ダンス	14																			
																																							H 体育理論	3																			
																																							保健分野	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						球技（ネット型）と武道との選択 15						体づくり運動 6				球技 ア 13 ゴール型				陸上競技 6 長距離走			球技 ウ 15 ベースボール型							A 体づくり運動	9																			
	保健分野（感染症の予防4 健康を守る社会の取組4） 8																																						保健分野（健康と環境） 8							体育理論 3		B 陸上競技	6or20										
																																																C 器械運動	0or14										
	2																																				D 水泳	0or14																					
	3																																				E 球技	28or43																					
																																					F 武道	0or15																					
																																					G ダンス	0or14																					
																																					H 体育理論	3																					
																																					保健分野	16																					

*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。