

令和7年度 保健体育科 年間指導計画

学期	1 学 期							2 学 期																3 学 期														総計
月	4月	5月	6月		7月			8,9月					10月						11月					12月				1月				2月				3月		
学年	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	体づくり運動 5	陸上競技 短距離走・リレー6 長距離走 3		水泳 8 ＜体＞バレーボール 6 ＜校庭＞走り幅跳び 6					＜体＞マット運動 7 ＜校庭＞ハードル走 7 体づくり運動(ダブルダッチ)4								＜校庭＞ 長距離走6			＜体＞現代的なリズムのダンス 6 ＜武道場＞柔道 6						球技(ゴ) 7 サッカー 球技(ゴ)7 バスケットボール								実技 86 理論 3 保健 16				
	体育理論 運動やスポーツの多様性 3 保健 健康な生活と病気の予防① 4 心身の機能の発達と心の健康 12																																					
2年	体づくり運動 5	陸上競技 短距離走・リレー6 長距離走 3		水泳 9 ＜体＞バスケットボール 6 ＜校庭＞走り幅跳び 6					＜体＞跳び箱運動 7 ＜校庭＞ハードル走 7 体づくり運動(ダブルダッチ)4								＜校庭＞ 長距離走6			＜体＞現代的なリズムのダンス 6 ＜武道場＞柔道 6						球技(ソ) 7 ソフトボール 球技(ネ)7 バレーボール								実技 86 理論 3 保健 16				
	体育理論 運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全 3 保健 健康な生活と病気の予防② 8 傷害の防止 8																																					
3年	体づくり運動 5	陸上競技 短距離走・リレー6 長距離走3		水泳 8 ＜体＞バレーボール 6 ＜校庭＞ソフトボール 6					＜体＞マット運動 7 ＜校庭＞ハードル走 6 ＜多目的＞卓球 7								＜校庭＞ 長距離走6			選択Ⅰ 9 ＜体＞バスケ ＜校庭＞アルティメット						選択Ⅱ 9 ＜校庭＞サッカー ＜体＞バドミントン								実技 86 理論 3 保健 16				
	体育理論 文化としてのスポーツの意義 3 保健 健康な生活と病気の予防③ 8 健康と環境 8																																					

※天候や感染症等の影響で予定を変更する場合があります。