

小学校 1・2 年 年間指導計画例

学校名 [] 小学校

月		4月			5月			6月			7月		9月			10月			11月			12月		1月			2月			3月							
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	
学校行事		新体力テストの実施 水泳大会 運動会 持久走大会																																			
学年	時数																																				
1年	102		器械・器具を使つての運動遊び 固定施設・鉄棒⑥			走・跳の運動遊び 走の運動遊び⑥			ゲーム ボールゲーム（的当て）⑦			水遊び 浮く・もぐる遊び⑪			表現リズム遊び 表現遊び⑧			走・跳の運動遊び 跳の運動遊び⑨			器械・器具を使つての運動遊び マット・跳び箱を使った運動遊び⑨			ゲーム ボールゲーム（ドッジボール）⑨			体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び⑤			器械・器具を使つての運動遊び マット・跳び箱を使った運動遊び⑧			ゲーム ボールゲーム（ボール蹴りゲーム）⑦				
			体づくり運動 （体ほぐしを含む）④			ゲーム 鬼遊び②						体づくり運動 （体ほぐしを含む）③			ゲーム 鬼遊び④									表現リズム遊び リズム遊び④													
2年	105	走・跳の運動遊び 走の運動遊び⑥			ゲーム 鬼遊び④			器械・器具を使つての運動遊び 固定施設・鉄棒⑦			ゲーム ボールゲーム（ドッジボール）⑦			水遊び 浮く・もぐる遊び⑪			表現リズム遊び 表現遊び⑧			走・跳の運動遊び 跳の運動遊び⑨			器械・器具を使つての運動遊び マット・跳び箱を使った運動遊び⑨			ゲーム ボールゲーム（ゴール型）⑨			体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び⑤			器械・器具を使つての運動遊び マット・跳び箱を使った運動遊び⑧			ゲーム ボールゲーム（ボール蹴りゲーム）⑦		
		体づくり運動 （体ほぐしを含む）④												体づくり運動 （体ほぐしを含む）③			ゲーム 鬼遊び④									表現リズム遊び リズム遊び④											

小学校 3・4 年 年間指導計画例

学校名 [] 小学校

月		4月			5月				6月				7月		9月				10月				11月				12月		1月			2月			3月																						
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																					
学校行事		新体力テストの実施																																			水泳大会				運動会				持久走大会												
		学年		時数																																																					
3年	105	走・跳の運動 かけっこ・リレー⑥			器械運動 鉄棒運動⑥		ゲーム ティールボール (ベースボール型ゲーム) ⑧				浮く・泳ぐ運動⑪				表現運動 表現⑦				走・跳の運動 幅跳び⑧				器械運動 マット運動⑨				ゲーム リングゲーム (ゴール型ゲーム) ⑨				体づくり運動 多様な動きをつくる運動⑦			器械運動 跳び箱運動⑧			ゲーム ラインサッカー (ゴール型ゲーム) ⑨																				
		体づくり運動 (体ほぐし含む) ③					表現運動 リズムダンス⑤				体づくり運動 (体ほぐしを含む) ⑤				毎日の生活と健康④																																										
4年	105	走・跳の運動 小型ハードル走⑥			器械運動 鉄棒運動⑦		ゲーム ソフトボール (ベースボール型ゲーム) ⑧				浮く・泳ぐ運動⑪				表現運動 表現⑦				走・跳の運動 高跳び⑧				器械運動 跳び箱運動⑨				ゲーム ハンドボール (ゴール型ゲーム) ⑨				体づくり運動 多様な動きをつくる運動⑦			器械運動 マット運動⑧			ゲーム ミニサッカー (ゴール型ゲーム) ⑨																				
		体づくり運動 (体ほぐし含む) ③					表現運動 リズムダンス④				体づくり運動 (体ほぐしを含む) ⑤				育ちゆく体とわたし④																																										

小学校 5・6 年 年間指導計画例

学校名 [] 小学校

月		4月			5月			6月			7月		9月			10月			11月			12月		1月		2月		3月								
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
学校行事		新体力テストの実施 水泳大会 運動会 持久走大会																																		
学年	時数																																			
5年	90																																			
		体づくり運動②	陸上運動 短距離走リレー⑥	体づくり運動 体力を高める運動⑤	ボール運動 ティーボール (ベースボール型)⑦	水泳⑩				体づくり運動②	表現運動 表現⑧	陸上運動 走り幅跳び⑦	器械運動 鉄棒運動⑥	ボール運動 バスケットボール (ゴール型)⑩	体づくり運動 体力を高める運動⑤	器械運動 跳び箱運動⑥	ボール運動 サッカー (ゴール型)⑧																			
6年	90																																			
		陸上運動 ハードル走⑦	ボール運動 ソフトミニバレー (ネット型)⑧	体づくり運動 体力を高める運動⑥	水泳⑩				体づくり運動②	表現運動 表現⑧	陸上運動 走り高跳び⑦	ボール運動 バスケットボール (ゴール型)⑧	器械運動 マット運動⑦	体づくり運動 体力を高める運動⑤	表現運動 フォークダンス④	ボール運動 サッカー (ゴール型)⑩																				