

2025年度

体育科

指導計画

| 月 学年 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|---------|---|--|---|-----------------------------------|--|---|--|---|---|--|----------------------|
| 1年 | 体ほぐしの運動遊び (集団行動) 固定施設を使った 運動遊び 走の運動遊び (かけっこ) | 固定施設を使った 運動遊び 表現運動遊び | 多様な動きをつくる 運動遊び ボール投げ遊び | 鉄棒を使った 運動遊び マットを使った 運動遊び | 跳び箱を使った 運動遊び | ドッチボール 走の運動遊び(障害走) | 走の運動遊び (マラソン・リレー) ボール蹴りゲーム | 体ほぐしの運動遊び (大縄) 多様な動きをつくる 運動遊び 保健 (きれいな体) | 鬼遊び 伝承遊び 体ほぐしの運動遊び (なわとび) | 体ほぐしの運動遊び (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び 跳び箱を使った 運動遊び | 跳の運動遊び (幅跳び・ゴム跳び) |
| 2年 | 体ほぐしの運動遊び (集団行動) 固定施設を使った 運動遊び 走の運動遊び (かけっこ) | 固定施設を使った 運動遊び 表現運動遊び | 多様な動きをつくる 運動遊び ボール投げ遊び | 鉄棒を使った 運動遊び マットを使った 運動遊び | 跳び箱を使った 運動遊び | ドッチボール 走の運動遊び(障害走) | 走の運動遊び (マラソン・リレー) ボール蹴りゲーム | 体ほぐしの運動遊び (大縄) 多様な動きをつくる 運動遊び 保健 (体のちがいがい) | 鬼遊び 伝承遊び 体ほぐしの運動遊び (なわとび) | 体ほぐしの運動遊び (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び 跳び箱を使った 運動遊び | 跳の運動遊び (幅跳び・ゴム跳び) |
| 3年 | 体ほぐしの運動 (集団行動) 多様な動きを つくる運動 走の運動 (かけっこ) | 多様な動きを つくる運動 表現運動 鉄棒運動 | 鉄棒運動 フラッグフットボール | マット運動 | 跳び箱運動 保健 (健康な生活) (一日の生活の仕方) | 小型ハードル走 体ほぐしの運動 (大縄) 保健 (身の周りの環境) 保健 (おへそのひみつ) | 走の運動 (マラソン) 多様な動きを つくる運動 キックベースボール | ポートボール プレルボール 体ほぐしの運動 (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) | プレルボール 体ほぐしの運動 (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) | 体ほぐしの運動 (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) 跳び箱を使った 運動遊び | 走り幅跳び |
| 4年 | 体ほぐしの運動 (集団行動) 多様な動きを つくる運動 走の運動 (かけっこ) | 多様な動きを つくる運動 表現運動 鉄棒運動 | 鉄棒運動 フラッグフットボール 保健 (体の発育・発達) (思春期の体の変化) | マット運動 | 跳び箱運動 | 小型ハードル走 体ほぐしの運動 (大縄) 保健 (体をよりよく 発育・発達させる ための生活) | 走の運動 (マラソン) 多様な動きを つくる運動 キックベースボール | ポートボール プレルボール 体ほぐしの運動 (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) | プレルボール 体ほぐしの運動 (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) | 体ほぐしの運動 (なわとび) 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) 跳び箱を使った 運動遊び | 高跳び |
| 5年 | 体ほぐしの運動 (集団行動) | 短距離走 表現運動 保健 (心の発達) | バスケットボール 保健 (心と体の密接な関係) | マット運動 | 跳び箱運動 保健 (不安や悩みへの対処) | ハンドベースボール 走り幅跳び スポーツテスト | 走り幅跳び 長距離走 多様な動きを つくる運動 プレルボール | プレルボール 保健 (身の周りの危険) | 体ほぐしの運動 (なわとび) 保健 (けがの手当て) | 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) | 鉄棒運動 ハードル走 |
| 6年 | 体ほぐしの運動 (集団行動) | 短距離走 リレー 表現運動 保健 (病気の起こり方) | バスケットボール 保健 (病気の予防①) | マット運動 | 跳び箱運動 保健 (病気の予防②) | ハンドベースボール 走り幅跳び | 走り幅跳び 長距離走 多様な動きを つくる運動 プレルボール | プレルボール 保健 (喫煙・飲酒・ 薬物乱用と健康) | 体ほぐしの運動 (なわとび) 保健 (地域の保健活動) | 多様な動きをつくる 運動遊び(ボール蹴り) | 鉄棒運動 ハードル走 |