

檜枝岐小中一貫教育 体育科年間指導計画

◆特に小5～中1のつながりを意識し、小学校で中学校の内容に触れたり、小学校で中学校教諭による指導を行ったりする単元

	基礎・基本定着期				充実期			発展期		
	【学習習慣を確立する基盤となる情緒を育むとともに、基礎的・基本的内容を繰り返して徹底して習熟を図る反復期】				【基礎・基本を生かして論理的思考力、判断力、表現力を養う活用期】			【基礎・基本を応用して個性の伸張を図る発展期】		
	小学校第1学年	小学校第2学年	小学校第3学年	小学校第4学年	小学校第5学年	小学校第6学年	中学校第1学年	中学校第2学年	中学校第3学年	
4月	1 体まぐしの運動 2 多様な動きをつくる運動遊び ○バランスをとる運動遊び ○力試しの運動遊び 3 走の運動遊び ○30～50m程度のかげっこ ○低い障害物を用いたのリレー遊び ○折り返しリレー遊び 4 鬼遊び		1 体まぐしの運動 2 多様な動きをつくる運動遊び ○体のバランスをとる運動遊び ○力試しの運動遊び 3 マット運動 ○基本的な回転技 ○基本的な倒立技		1 体まぐしの運動 2 フォークダンス 3 マット運動 ○回転する技 ○倒立する技 4 保健 ○5年 「けがの予防」 ○6年 「病気の予防・けがの予防」		○体づくり運動 ・体まぐしの運動 ・体力を高める運動 理論 ○運動やスポーツの多様性 ・運動やスポーツの必要生と楽しさ	○体づくり運動 ・体まぐしの運動 ・体力を高める運動 理論 ○現代社会におけるスポーツの文化的意義 ○国際的なスポーツ大会が果たす役割		
5月	5 固定施設を使った運動遊び ○ジャンクルシム ○雲梯 6 水泳学習開始式 7 水に慣れる遊び、浮く・もぐる遊び ○水につかっただの籠車ごっこやリレー遊び ○水中じゃんけん ○鷹つかまつっての伏し浮き ○バプリングやボビング 8 ボールゲーム ○ボール蹴りゲーム		4 かけっこ、縄跳び・高跳び ○40～60mのかげっこ ○短、助走からの縄跳び、高跳び 5 水泳学習開始式 6 浮く運動・泳ぐ運動 ○10～25mのクロール・平泳ぎ ○水泳記録会練習 7 ゴール型ゲーム		5 水泳学習開始式 6 水泳 ○25m～50mのクロール・平泳ぎ ○水泳記録会の練習 7 ゴール型		○陸上 ・短距離走・リレー・走り幅跳び 理論 ○運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす影響 ○運動やスポーツの安全な行い方	○陸上 ・短距離走・リレー・長距離走 理論 ○運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす影響 ○運動やスポーツの安全な行い方		
6月	9 マットを使った運動遊び		8 保健 ○3年 「毎日の生活習慣」 ○4年 「育ちゆく体とわたし」		(5月の内容継続)		○球技 ・バドミントン	○球技 ・バドミントン	○球技 ・バドミントン 理論 ○人々を結びつけるスポーツの文化的なはたらき 保健 ○健康の成り立ちと疾病の発生要因	
7月	10 水泳記録会 11 表現遊び ○なりきって踊ろう (よさこい練習を含む)		9 水泳記録会 10 表現 ○身近な生活から・空想の世界から		8 水泳記録会 9 表現 ○身近な生活・自然現象から ○いろいろな課題から (よさこい練習を含む)		○器械運動 ・跳び箱 ○水泳 ・クロール・背泳・平泳ぎ・バタフライ 保健 ○からだの発育・発達 ○呼吸器・循環器の発育・発達 ○生殖機能の成熟	○器械運動 ・跳び箱 ○水泳 ・クロール・背泳・平泳ぎ・バタフライ 保健 ○環境への適応能力 ○活動に適する環境 ○飲料水の衛生的管理 ○室内の空気の衛生的管理	○器械運動 ・跳び箱 ○水泳 ・クロール・背泳・平泳ぎ・バタフライ 保健 ○食生活と健康 ○運動と健康 ○休養・睡眠と健康 ○調和のとれた生活と生活習慣 ○喫煙の害と健康 ○飲酒の害と健康	
8月 9月	12 走の運動遊び ○30～50m程度のかけっこ ○低い障害物を用いたのリレー遊び (運動会の練習、運動会予行を含む) 13 多様な動きをつくる運動遊び ○体を移動する運動遊び (マラソン試走を含む)		11 リレー・ハードル ○周回リレー ○小型ハードル越え、小型ハードル走 12 長距離走 13 多様な動きをつくる運動 ○用具を操作する運動 ○体を移動する		10 短距離走・リレー ○ハードル走 ○走り幅跳び ○走り高跳び (運動会の練習、運動会予行を含む) 11 鉄棒運動 ○上がり技 ○支持回転技 ○下り技		○ダンス ・現代的リズムのダンス	○ダンス ・現代的リズムのダンス	○ダンス ・現代的リズムのダンス	
10月	14 新体力テスト 15 マラソン記録会 16 鉄棒を使った運動遊び ○跳び上がり、跳び下り ○ぶら下がり ○易しい回転		14 新体力テスト 15 マラソン記録会 16 鉄棒運動 ○基本的な上がり技 ○基本的な支持回転技 ○基本的な下り技		12 体力を高める運動 ○力強い動き、動きを継続する能力を高める運動 (マラソン試走を含む) 13 新体力テスト 14 マラソン記録会		○球技 ・バレーボール 保健 ○異性の尊重と性情報への対処	○球技 ・バレーボール 保健 ○生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ○環境安全とわたしたちの生活 ○傷害の発生要因 ○交通事故の発生要因	○球技 ・バレーボール 保健 ○薬物乱用の害と健康 ○薬物乱用の社会への影響 ○喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処	
11月	17 跳び箱を使った運動遊び ○踏み越し跳び ○支持でまたぎ乗り・またぎ下り ○支持で跳び乗り・跳び下り 18 ボールゲーム ○ボール遊び ○ボール投げゲーム		17 跳び箱運動 ○基本的な切り返し系の技 ○基本的な回転系の技 18 保健 ○3年 「毎日の生活と健康」 ○4年 「育ちゆく体とわたし」		15 跳び箱運動 ○支持飛び越え ○開脚跳び 16 保健 ○3年 「心の発達」 ○4年 「病気の予防」		○武道 ・剣道	○武道 ・剣道	○武道 ・剣道 保健 ○感染症と病原体	
12月	19 リズム遊び		19 ベースボール型ゲーム		17 ゴール型 ○バスケットボール		○スキー ・アルペンスキー	○スキー ・アルペンスキー 保健 ○感染症の予防 ○性感染症の予防		
1月	20 スキー ○スキー教室①、②、③		20 スキー ○スキー教室①、②、③		18 スキー ○スキー教室①、②、③		○球技 ・バスケットボール 保健 ○知的機能と情意機能の発達 ○社会性の発達と自己形	○球技 ・バスケットボール 保健 ○交通事故の危険予測と回避 ○犯罪被害の防止 ○自然災害の一次災害と二次災害○自然災害による傷害の防止	○球技 ・バスケットボール 保健 ○個人の健康を守る社会の取り組み	
2月	21 多様な動きをつくる運動遊び ○用具を操作する運動遊び 22 なわとび記録会 23 跳の運動遊び ○縄跳び遊び ○ケンパー跳び遊び ○ゴム跳び遊び		21 多様な動きをつくる運動遊び ○用具を操作する運動遊び ○基本的な動きを組み合わせる運動 22 なわとび記録会 23 ネット型ゲーム		19 体力を高める運動 ○体の柔らかさ、巧みな動きを高めるための運動 20 なわとび記録会 21 ネット型 ○ソフトバレーボール		○球技 ・バスケットボール 保健 ○心とからだのかかわり ○欲求の発達 ○ストレスと心の発達	○球技 ・バスケットボール 保健 ○心とからだのかかわり ○緊急手当の意義と方法 ○医薬品の利用	○球技 ・バスケットボール 保健 ○エイズの予防 ○保健・医療機関の利用 ○医薬品の利用	
3月	24 ボールゲーム ○ボール遊び (的あて) ○ボール遊びゲーム (ドッジボール) ○ボール蹴りゲーム		24 リズムダンス ○難関なロックやサンバのリズムにのって		(2月の内容継続)		(2月の内容継続)		(2月の内容継続)	
総時数	105時間		105時間		90時間		105時間		105時間	