

令和7年度 春日部中学校保健体育科 年間指導計画 配列予定表

保健体育科目標：『情報を活用した教え合い活動の充実～主体性と相互評価～』

学期	1 学期				2 学期				3 学期		
月	4	5	6	7	9	10	11	12	1	2	3
1 年生 ABC 333	体育理論②	新体力テスト&体育祭④ 陸上競技		水泳⑫	現代的なリズムのダンス フォークダンス(ソーラン)⑩	球技① バレーボール バドミントン ソフトボール の中から2種目⑩	陸上(長距離走)⑥	器械運動 マット・跳箱 の中から2種目⑫	武道(剣道・柔道)⑩	球技② (バスケ・サッカー ハンドボールの中から 2種目)⑧	球技会②
	体づくり運動④										
2 年生 ABC 333	体育理論①	新体力テスト& 体育祭④ 陸上競技		水泳 ダンス ⑫	体づくり⑤	球技① バレーボール バドミントン ソフトボール の中から2種目⑫	持久走⑤	器械運動・武道 マット・跳箱 柔道 の中から2種目⑭	体育理論②	球技② (バスケ・サッカー ハンドボールの中から2種目)⑯	球技会②
	体づくり運動⑤										
3 年生 ABC 333	体育理論①	新体力テスト&体育祭⑮ 陸上競技		ダ 水 ン 泳 ス⑮	体づくり④	球技① バレーボール バドミントン ソフトボール の中から1種目選択⑭	持久走⑤	器械運動・武道 マット・跳箱 柔道 の中から1種目選択⑫	体づくり③	球技② バスケ・サッカー ハンドボールの中から 1種目選択⑭	球技会②
	体づくり運動②										

各分野・領域配当時間一覧

領域	第1 学年		第2 学年		第3 学年		
	時数	内容の取り扱い	時数	内容の取り扱い	必修時数	選択時数	内容の取り扱い
A 体づくり運動		体ほぐしの運動 体力を高める運動		体ほぐしの運動 体力を高める運動			体ほぐしの運動 体力を高める運動
B 器械運動		マット運動 跳び箱運動		マット運動 跳び箱運動			マット運動 跳び箱運動
C 陸上競技		短距離走		短距離走・リレー 長距離走 走り幅跳び			短距離走・リレー 長距離走 走り幅跳び
D 水泳		クロール 平泳ぎ		背泳ぎ バタフライ			平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ
E 球技				【ネット型】バレーボール バドミントン			【ネット型】バレーボール バドミントン
		【ゴール型】サッカー ハンドボール バスケットボール		【ゴール型】サッカー ハンドボール バスケットボール			【ゴール型】サッカー ハンドボール バスケットボール
		【ベースボール型】ソフトボール		【ベースボール型】ソフトボール			【ベースボール型】ソフトボール ソフトボール
F 武道		柔道 剣道 相撲		柔道 剣道			柔道
G ダンス		現代的なリズムのダンス 創作ダンス		現代的なリズムのダンス 創作ダンス			現代的なリズムのダンス 創作ダンス
H 体育理論		運動やスポーツの多様性		運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全			文化としてのスポーツの意義
保健		心身の機能の発達と心の健康		健康と環境 傷害の防止			健康な生活と疾病の予防
合計時数	105		105		105		