

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 3 3 3	体育理論② 体づくり運動④	新体力テスト＆体育祭⑭ 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)⑯	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	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 体づくり運動②	器械運動 マット・跳箱 柔道 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	保健④	球技会②
2年生 ABC 3 3 3	体育理論① 体づくり運動⑤	新体力テスト＆ 体育祭⑭ 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	保健④	球技会②	
3年生 ABC 3 3 3	体育理論① 体づくり運動②	新体力テスト＆体育祭⑯ 陸上競技	保健③	水泳 ダンス ⑯	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	保健③	体育理論②	球技会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		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				