

8. 保健体育科

年間指導計画

月		1年生		2年生		3年生			
		体育	保健	体育	保健	体育	保健		
4	1	体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動		<ul style="list-style-type: none"> 健康・運動・食生活・睡眠休養 	
	2								
5	3	陸上競技 (走種目) 短距離・リレー		球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) バスケットボール			
	4								
	5								
6	6	水泳 (クロール)		水泳 (平泳ぎ)		水泳 (背泳ぎ・バタフライ)			
	7								
	8								
7	9	球技 (ゴール型) バスケットボール		陸上競技 (跳躍種目 走り幅跳び ・走り高跳び)		陸上競技 (ハードル走)			<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病・喫煙・飲酒・薬物
	10								
9	11	器械運動		球技 (ベースボール型) ソフトボール		球技 (ネット型) バレーボール			
	12								
	13								
	14								
10	15	陸上競技 (長距離走)		陸上競技 (長距離走)		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル			
	16								
	17								
	18								
11	19	陸上競技 (長距離走)		陸上競技 (長距離走)		球技 (ネット型) バドミントン		<ul style="list-style-type: none"> 感染症・医薬品 	
	20								
	21								
	22								
12	23	球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル		球技 (ネット型) バドミントン			
	24								
	25								
1	26	球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル		球技 (ネット型) バドミントン			
	27								
	28								
2	29	球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル		球技 (ネット型) バドミントン			
	30								
3	31	球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル		球技 (ネット型) バドミントン			
	32								
3	33	球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル		球技 (ネット型) バドミントン			
	34								
3	35	球技 (ネット型) バレーボール		球技 (ゴール型) サッカー・フットサル		球技 (ネット型) バドミントン			
	36								

※体育理論は各学期に割り振る。