

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事											
1年	体ほぐし運動 固定施設・鉄棒走の運動遊び 跳の運動遊び	走の運動遊び/跳の運動遊び マット遊び リズム遊び	マット遊び 水に慣れる遊び/浮く・もぐ る遊び	水に慣れる遊び/浮く・もぐ る遊び リズム遊び	走の運動遊び ボール投げゲーム	ボール投げゲーム 鉄棒遊び 多様な動きをつくる運動遊び 表現遊び	表現遊び 跳び箱遊び 鬼遊び	鬼遊び 多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び 多様な動きをつくる運動遊び 跳の運動遊び	跳の運動遊び 鬼遊び ボール蹴りゲーム	ボール蹴りゲーム
2年	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 走の運動遊び ボール投げゲーム	走の運動遊び 体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 運動会練習 表現遊び リズム遊び	多様な動きをつくる運動遊び リズム遊び 水遊び ボール投げゲーム リズム遊び	水遊び	水遊び 体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び マットを使った運 動遊び	固定施設を使った運動遊び マットを使った運動遊び	鉄棒を使った運動遊び マットを使った運動遊び 跳の運動遊び	ボール投げゲーム 多様な動きをつくる運動遊び 跳の運動遊び	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 跳び箱を使った運動遊び	ボールけりゲーム 跳び箱を使った運動遊び	ボールけりゲーム
3年	走の運動 表現運動	表現運動 体づくり運動	体づくり運動 水泳 <b>けんこうな生活</b>	水泳	水泳 ベースボール型ゲーム 走・跳の運動	ベースボール型ゲーム 走・跳の運動	ゴール型ゲーム 健康な生活	ネット型ゲーム 縄跳び	ネット型ゲーム 縄跳び	マット運動 鉄棒運動	鉄棒運動 走・跳の運動
4年	体ほぐし運動 走・跳の運動 かけっこ・リレー リズムダンス	リズムダンス 運動会練習 走の運動	多様な動きをつくる運動 浮く・泳ぐ運動 体の成長とわたし	浮く、泳ぐ運動	浮く、泳ぐ運動 体ほぐし運動	鉄棒運動 走・跳の運動 幅跳び・高跳び マット運動	ティーボール（ベースボール 型） 走・跳の運動 幅跳び・高跳び マット運動	ポートボール（ゴール型）	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動 跳び箱運動	ラインサッカー（ゴール型） 跳び箱運動	走・跳の運動 小型ハードル走・リレー
5年	体ほぐし運動 体づくり運動 短距離走（リレー）	体ほぐし運動 体づくり運動 短距離走	走り高跳び 水泳 心の健康	走り高跳び 水泳 心の健康	走り幅跳び 水泳 体づくり運動	マット運動 けがの防止	体づくり運動 投の運動	ハンドボール（ゴール型）投 の運動 けがの防止	ハンドボール（ゴール型） 体づくり運動 跳び箱	体づくり運動 跳び箱	サッカー（ゴール型）
6年	体づくり運動 短距離走 表現運動	体づくり運動 陸上運動（短距離走・リ レー） 表現運動	体の動きを高める運動 水 泳 体づくり運動 <b>病気の予防</b>	陸上運動（走り幅跳び） 水泳 体づくり運動	陸上運動（走り高跳び） 器械運動（鉄棒運動） 体づくり運動	ボール運動（ベースボール 型） 陸上運動（ハードル走）	器械運動（マット運動） 体づくり運動	器械運動（跳び箱運動） 病気の予防 体づくり運動	体の動きを高める運動 体づくり運動	ボール運動（ゴール型） 体づくり運動	ボール運動（ゴール型） 体づくり運動
7年	体づくり運動	集団行動 運動会練習 <b>調和のとれた生活</b>	運動会練習 マット運動 <b>調和のとれた生活</b>	水泳 跳び箱 <b>調和のとれた生活</b>	陸上(走り幅跳び) <b>調和のとれた生活</b>	サッカー	長距離走 心身の発達と心の健康	柔道 心身の発達と心の健康	ダンス 心身の発達と心の健康	バスケットボール 体育理論① 運動やスポーツの多様性	バレーボール 体育理論① 運動やスポーツの多様性
8年	体づくり運動	集団行動 運動会練習	運動会練習 マット運動 <b>生活習慣の健康の影響</b>	水泳 跳び箱 <b>生活習慣の健康の影響</b>	陸上(走り幅跳び) <b>生活習慣の健康の影響</b>	サッカー	長距離走 ケガの防止と応急手当	柔道 ケガの防止と応急手当	ダンス ケガの防止と応急手当	バスケットボール 体育理論② 運動やスポーツの効果・学び 方・安全	バレーボール 体育理論② 運動やスポーツの効果・学び 方・安全

9年	体づくり運動	集団行動 運動会練習	運動会練習 マット運動	水泳 跳び箱 <b>健康な生活と病気の予防</b>	陸上(走り幅跳び) <b>健康な生活と病気の予防</b>	サッカー <b>健康な生活と病気の予防</b>	長距離走 <b>健康な生活と病気の予防</b>	柔道	ダンス 体育理論③ 文化としてのスポーツ	バスケットボール 体育理論③ 文化としてのスポーツ	バレーボール
----	--------	---------------	----------------	---------------------------------	---------------------------------	----------------------------	----------------------------	----	----------------------------	---------------------------------	--------

	単元名	章	単元の目標
3年	けんこうな生活	(1)けんこうというたからもの (2)けんこうによい1日の生活 (3)体のせいけつとけんこう (4)けんこうによいかんきょう	健康な生活に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、健康の状態には主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること、また、健康を保持増進するには、運動、食事、休養および睡眠の調和のとれた生活など1日の生活の仕方が深く関わっていること、体を清潔に保つことや生活環境を整えることが必要であることを理解できるようにする。
6年	病気の予防	(1)病気の起こり方 (2)感染症の予防 (3)生活習慣病の予防 (4)喫煙の害と健康 (5)飲酒の害と健康 (6)薬物乱用の害と健康 (7)地域の保健活動	病気の予防に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐこと、病原体に対する体の抵抗力を高めることおよび望ましい生活習慣を身につけることが必要であることを、また、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となること、更に、地域において保健に関わるさまざまな活動が行われていることなどを理解できるようにする。

	単元名	章	単元の目標
7年	健康な生活と疾病の予防①	健康の成り立ちと疾病の発生要因 運動と健康 食生活と健康 休養・睡眠と健康 調和のとれた生活	総合的な目標 健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにする。
8年	健康な生活と疾病の予防②	生活習慣病の起こり方 生活習慣病の予防 がんの予防 喫煙の害と健康 飲酒の害と健康 薬物乱用の害と健康 薬物乱用の社会的な影響 喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処	健康な生活と生活習慣病などの予防および喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにする。
9年	健康と環境	環境への適応能力 活動に適する環境 ◆ 熱中症の予防と手当（発展） 飲料水の衛生的管理 室内の空気の衛生的管理 生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ◆ 放射線と健康（発展）	健康と環境について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにする

	健康な生活と疾病の予防③	感染症の広がり方 感染症の予防 性感染症の予防 エイズの予防 医薬品の利用 保健・医療機関の利用 健康を守る社会の取り組み 保健の学習を振り返ろう	感染症の予防および個人の健康を守る社会の取り組みについて、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにする。
--	--------------	--	--

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事											
1年	体ほぐし運動 固定施設・鉄棒走の運動遊び ／跳の運動遊び	走の運動遊び／跳の運動遊び マット遊び リズム遊び	マット遊び 水に慣れる遊び／浮く・もぐ る遊び	水に慣れる遊び／浮く・もぐ る遊び リズム遊び	走の運動遊び ボール投げゲーム	ボール投げゲーム 鉄棒遊び 多様な動きをつくる運動遊び 表現遊び	表現遊び 跳び箱遊び 鬼遊び	鬼遊び 多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び 多様な動きをつくる運動遊び 跳の運動遊び	跳の運動遊び 鬼遊び ボール蹴りゲーム	ボール蹴りゲーム
2年	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 走の運動遊び ボール投げゲーム	走の運動遊び 体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 運動会練習 表現遊び リズム遊び	多様な動きをつくる運動遊び リズム遊び 水遊び ボール投げゲーム リズム遊び	水遊び	水遊び 体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び マットを使った運 動遊び	固定施設を使った運動遊び マットを使った運動遊び	鉄棒を使った運動遊び マットを使った運動遊び 跳の運動遊び	ボール投げゲーム 多様な動きをつくる運動遊び 跳の運動遊び	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 跳び箱を使った運動遊び	ボールけりゲーム 跳び箱を使った運動遊び	ボールけりゲーム
3年	走の運動 表現運動	表現運動 体づくり運動	体づくり運動 水泳 けんこうな生活	水泳	水泳 ベースボール型ゲーム 走・跳の運動	ベースボール型ゲーム 走・跳の運動	ゴール型ゲーム 健康な生活	ネット型ゲーム 縄跳び	ネット型ゲーム 縄跳び	マット運動 鉄棒運動	鉄棒運動 走・跳の運動
4年	体ほぐし運動 走・跳の運動 かけっこ・リレー リズムダンス	リズムダンス 運動会練習 走の運動	多様な動きをつくる運動 浮く・泳ぐ運動 <b>体の成長とわたし</b>	浮く、泳ぐ運動	浮く、泳ぐ運動 体ほぐし運動	鉄棒運動 走・跳の運動 幅跳び・高跳び マット運動	ティーボール（ベースボール 型） 走・跳の運動 幅跳び・高跳び マット運動	ポートボール（ゴール型）	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動 跳び箱運動	ラインサッカー（ゴール型） 跳び箱運動	走・跳の運動 小型ハードル走・リレー
5年	体ほぐし運動 体づくり運動 短距離走（リレー）	体ほぐし運動 体づくり運動 短距離走	走り高跳び 水泳 <b>心の健康</b>	走り高跳び 水泳 <b>心の健康</b>	走り幅跳び 水泳 体づくり運動	マット運動 けがの防止	体づくり運動 投の運動	ハンドボール（ゴール型）投 の運動 けがの防止	ハンドボール（ゴール型） 体づくり運動 跳び箱	体づくり運動 跳び箱	サッカー（ゴール型）
6年	体づくり運動 短距離走 表現運動	体づくり運動 陸上運動（短距離走・リ レー） 表現運動	体の動きを高める運動 水 泳 体づくり運動 病気の予防	陸上運動（走り幅跳び） 水泳 体づくり運動	陸上運動（走り高跳び） 器械運動（鉄棒運動） 体づくり運動	ボール運動（ベースボール 型） 陸上運動（ハードル走）	器械運動（マット運動） 体づくり運動	器械運動（跳び箱運動） 病気の予防 体づくり運動	体の動きを高める運動 体づくり運動	ボール運動（ゴール型） 体づくり運動	ボール運動（ゴール型） 体づくり運動
7年	体づくり運動	集団行動 運動会練習  調和のとれた生活	運動会練習 マット運動  調和のとれた生活	水泳 跳び箱  調和のとれた生活	陸上(走り幅跳び)  調和のとれた生活	サッカー	長距離走  心身の発達と心の健康	柔道  心身の発達と心の健康	ダンス  心身の発達と心の健康	バスケットボール  体育理論① 運動やスポーツの多様性	バレーボール  体育理論① 運動やスポーツの多様性
8年	体づくり運動	集団行動 運動会練習	運動会練習 マット運動  生活習慣の健康の影響	水泳 跳び箱  生活習慣の健康の影響	陸上(走り幅跳び)  生活習慣の健康の影響	サッカー	長距離走  <b>ケガの防止と応急手当</b>	柔道  <b>ケガの防止と応急手当</b>	ダンス  <b>ケガの防止と応急手当</b>	バスケットボール  体育理論② 運動やスポーツの効果・学び 方・安全	バレーボール  体育理論② 運動やスポーツの効果・学び 方・安全

9年	体づくり運動	集団行動 運動会練習	運動会練習 マット運動	水泳 跳び箱  健康な生活と病気の予防	陸上(走り幅跳び)  健康な生活と病気の予防	サッカー  健康な生活と病気の予防	長距離走  健康な生活と病気の予防	柔道	ダンス  体育理論③ 文化としてのスポーツ	バスケットボール  体育理論③ 文化としてのスポーツ	バレーボール
----	--------	---------------	----------------	------------------------------	------------------------------	-------------------------	-------------------------	----	--------------------------------	-------------------------------------	--------

体育 心身の機能の発達と心の健康 系統性

	単元名	章	単元の目標
4年	体の成長とわたし	育ちゆくわたしたちの体 思春期にあらわれる変化 よりよく成長するための生活	体の発育・発達に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、体が年齢に伴って変化すること、体の発育・発達には個人差があること、思春期になると体に変化が起こり、異性への関心も芽生えること、体の発育・発達には適切な運動、食事、休養および睡眠が必要であることを理解できるようにする。
5年	心の健康	心の発達 心と体のつながり 不安やなやみがあるとき	心の健康に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、心は、さまざまな生活経験を通して年齢に伴って発達すること、また、心と体は深く影響し合っていること、不安や悩みは誰もが経験すること、それらへの対処にはいろいろな方法があることを理解し、不安や悩みを緩和するための簡単な対処ができるようにする。

	単元名	章	単元の目標
7年	心身の機能の発達と心の健康	体の発育・発達 呼吸器・循環器の発育・発達 生殖機能の成熟 異性の尊重と性情報への対処 心の発達 自己形成と心の健康 心と体の関わり 欲求と心の健康 ストレスによる健康への影響 ストレスへの対処の方法	心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにするとともに、ストレスへの対処の仕方を身につけることができるようにする。

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
学校行事											
1年	体ほぐし運動 固定施設・鉄棒走の運動遊び ／跳の運動遊び	走の運動遊び／跳の運動遊び マット遊び リズム遊び	マット遊び 水に慣れる遊び／浮く・もぐ る遊び	水に慣れる遊び／浮く・もぐ る遊び リズム遊び	走の運動遊び ボール投げゲーム	ボール投げゲーム 鉄棒遊び 多様な動きをつくる運動遊び 表現遊び	表現遊び 跳び箱遊び 鬼遊び	鬼遊び 多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び 多様な動きをつくる運動遊び 跳の運動遊び	跳の運動遊び 鬼遊び ボール蹴りゲーム	ボール蹴りゲーム
2年	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 走の運動遊び ボール投げゲーム	走の運動遊び 体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 運動会練習 表現遊び リズム遊び	多様な動きをつくる運動遊び リズム遊び 水遊び ボール投げゲーム リズム遊び	水遊び	水遊び 体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び マットを使った運 動遊び	固定施設を使った運動遊び マットを使った運動遊び	鉄棒を使った運動遊び マットを使った運動遊び 跳の運動遊び	ボール投げゲーム 多様な動きをつくる運動遊び 跳の運動遊び	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動遊び 跳び箱を使った運動遊び	ボールけりゲーム 跳び箱を使った運動遊び	ボールけりゲーム
3年	走の運動 表現運動	表現運動 体づくり運動	体づくり運動 水泳 けんこうな生活	水泳	水泳 ベースボール型ゲーム 走・跳の運動	ベースボール型ゲーム 走・跳の運動	ゴール型ゲーム 健康な生活	ネット型ゲーム 縄跳び	ネット型ゲーム 縄跳び	マット運動 鉄棒運動	鉄棒運動 走・跳の運動
4年	体ほぐし運動 走・跳の運動 かけっこ・リレー リズムダンス	リズムダンス 運動会練習 走の運動	多様な動きをつくる運動 浮く・泳ぐ運動 体の成長とわたし	浮く、泳ぐ運動	浮く、泳ぐ運動 体ほぐし運動	鉄棒運動 走・跳の運動 幅跳び・高跳び マット運動	ティーボール（ベースボール 型） 走・跳の運動 幅跳び・高跳び マット運動	ポートボール（ゴール型）	体ほぐし運動 多様な動きをつくる運動 跳び箱運動	ラインサッカー（ゴール型） 跳び箱運動	走・跳の運動 小型ハードル走・リレー
5年	体ほぐし運動 体づくり運動 短距離走（リレー）	体ほぐし運動 体づくり運動 短距離走	走り高跳び 水泳 心の健康	走り高跳び 水泳 心の健康	走り幅跳び 水泳 体づくり運動	マット運動 <b>けがの防止</b>	体づくり運動 投の運動	ハンドボール（ゴール型）投 の運動 <b>けがの防止</b>	ハンドボール（ゴール型） 体づくり運動 跳び箱	体づくり運動 跳び箱	サッカー（ゴール型）
6年	体づくり運動 短距離走 表現運動	体づくり運動 陸上運動（短距離走・リ レー） 表現運動	体の動きを高める運動 水 泳 体づくり運動 病気の予防	陸上運動（走り幅跳び） 水泳 体づくり運動	陸上運動（走り高跳び） 器械運動（鉄棒運動） 体づくり運動	ボール運動（ベースボール 型） 陸上運動（ハードル走）	器械運動（マット運動） 体づくり運動	器械運動（跳び箱運動） 病気の予防 体づくり運動	体の動きを高める運動 体づくり運動	ボール運動（ゴール型） 体づくり運動	ボール運動（ゴール型） 体づくり運動
7年	体づくり運動	集団行動 運動会練習  調和のとれた生活	運動会練習 マット運動  調和のとれた生活	水泳 跳び箱  調和のとれた生活	陸上(走り幅跳び)  調和のとれた生活	サッカー	長距離走  心身の発達と心の健康	柔道  心身の発達と心の健康	ダンス  心身の発達と心の健康	バスケットボール  体育理論① 運動やスポーツの多様性	バレーボール  体育理論① 運動やスポーツの多様性
8年	体づくり運動	集団行動 運動会練習	運動会練習 マット運動  生活習慣の健康の影響	水泳 跳び箱  生活習慣の健康の影響	陸上(走り幅跳び)  生活習慣の健康の影響	サッカー	長距離走  <b>ケガの防止と応急手当</b>	柔道  <b>ケガの防止と応急手当</b>	ダンス  <b>ケガの防止と応急手当</b>	バスケットボール  体育理論② 運動やスポーツの効果・学び 方・安全	バレーボール  体育理論② 運動やスポーツの効果・学び 方・安全



9年	体づくり運動	集団行動 運動会練習	運動会練習 マット運動	水泳 跳び箱  健康な生活と病気の予防	陸上(走り幅跳び)  健康な生活と病気の予防	サッカー  健康な生活と病気の予防	長距離走  健康な生活と病気の予防	柔道	ダンス  体育理論③ 文化としてのスポーツ	バスケットボール  体育理論③ 文化としてのスポーツ	バレーボール
----	--------	---------------	----------------	------------------------------	------------------------------	-------------------------	-------------------------	----	--------------------------------	-------------------------------------	--------

	単元名	章	単元の目標
5 年	けがの防止	事故やけがの原因と防止 交通事故の防止 犯罪被害の防止 自然災害によるけがの防止（発展） けがの手当	けがの防止に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、交通事故、身の回りの生活の危険や地震などが原因となって起こるけがの発生要因や防止の方法、けがの悪化を防ぐための簡単な手当の方法などを理解できるようにする。また、けがなどの簡単な手当を行うことができるようにする。

	単元名	章	単元の目標
8 年	傷害の防止	傷害の発生要因 交通事故の発生要因 交通事故の危険予測と回避 犯罪被害の防止 自然災害による危険 自然災害による傷害の防止 共に生きる（発展） 応急手当の意義と方法 心肺蘇生法	傷害の発生要因およびその防止について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにする。