

令和6年度 勝山中部中学校保健体育科年間指導計画【男女共習】

勝山市立勝山中部中学校

保健体育科の目標 「主体的に運動に取り組み、生涯にわたって運動やスポーツに親しむ生徒の育成」

学期	1 学期													2 学期													3 学期																																																					
	4			5				6						7			9			10							11			12			1			2			3																																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35																																													
行事等	・マラソン大会													・体カテスト													・校内体育大会									・地区秋季新人大・救命講習会(2年)									・球技大会									・スキー教室									・全中スキー									・球技大会								
	・地区中体連夏季大会													・中体連夏季大会													・駅伝競走大会									・中体連新人大会									・薬物乱用防止教室																																			
特活等	・宿泊体験学習(1年・総合)													・合唱コンクール(全・総合)													・遠足(1年・総合)									・学校祭(全・総合)									・遠足(1年・総合)									・14歳の挑戦(2年・総合)																										
	・健康な心身(全・学活)													・修学旅行(3年)													・環境ボランティア(全・総合)																																																					
1 学年	体づくり 体ほぐし運動 ③ (A-1,2,5) B-(10)	陸上⑥ 長距離走 (A-3)			体づくり 体の動きを高める運動② (A-1,2,5)	陸上⑤ 短距離走・ハードル (A-4)			陸上④ 走り幅跳び (A-14)	球技⑦ ネット型 バレーボール (B-9) (C-10,11,15)			ダンス⑦ 現代的なリズムのダンス (B-6)(C-16) (D-21)			水泳③ ※校外施設利用予定 (A-3,4) (D-19)	球技⑦ ベースボール型ソフトボール (A-3)	球技⑦ ゴール型 サッカー (A-3,15) (B-9)			武道⑧ 柔道 (B-7)(C-17)			器械運動⑧ マット運動5 跳び箱3 (A-4)(B-8)			体づくり② 体の動きを高める運動	球技⑦ネット型 卓球 (A-3)(B-11)			理論 ①	球技⑩ ゴール型 バスケットボール (A-3)(B-6)(C-15)																																																
	保健	理論 ①			保健 ④			健康な生活と疾病の予防 (D-19)			保健 ④			心身の機能の発達と心の健康 (B-9)			理論 ①			保健 ④			心身の機能の発達と心の健康 (B-9)			理論 ①																																																						
2 学年	体づくり 体ほぐし運動 ③ (A-1,2,5) B-(10)	陸上⑥ 長距離走 (A-3)			体づくり 体の動きを高める運動② (A-1,2,5)	陸上⑤ 短距離走・ハードル (A-4)			陸上④ 走り幅跳び (A-14)	球技⑦ ネット型 バレーボール (B-9) (C-10,11,15)			ダンス⑦ 現代的なリズムのダンス (B-6)(C-16) (D-21)			水泳③ ※校外施設利用予定 (A-3,4) (D-19)	球技⑦ ベースボール型ソフトボール (A-3)	球技⑦ ゴール型 サッカー (A-3,15) (B-9)			武道⑧ 柔道 (B-7)(C-17)			器械運動⑧ マット運動5 跳び箱3 (A-4)(B-8)			体づくり② 体の動きを高める運動	球技⑦ネット型 卓球 (A-3)(B-11)			理論 ①	球技⑩ ゴール型 バスケットボール (A-3)(B-6)(C-15)																																																
	保健	理論 ①			保健 ④			傷害の防止 (C-19)			保健 ④			健康な生活と疾病の予防 (A-2)(C-19)			理論 ①			保健 ④			傷害の防止 (C-12,19)			理論 ①																																																						
3 学年	体づくり 体ほぐし運動 ③ (A-1,2,5) B-(10)	陸上⑥ 長距離走 (A-3)			体づくり 実生活に生かす運動の計画 ② (A-)	陸上⑤ 短距離走・ハードル (A-4)			陸上④ 走り幅跳び (A-14)	球技⑦ ネット型 バレーボール (B-9) (C-10,11,15)			ダンス⑦ 現代的なリズムのダンス (B-6)(C-16) (D-21)			球技⑨ ベースボール型ソフトボール (A-3)	球技⑧ ゴール型 サッカー (A-3,15) (B-9)			武道⑧ 柔道 (B-7)(C-17)			器械運動⑧ マット運動5 跳び箱3 (A-4)(B-8)			体づくり② 実生活に生かす運動の計画	球技⑦ネット型 卓球 (A-3)(B-11)			理論 ①	球技⑩ ゴール型 バスケットボール (A-3)(B-6)(C-15)																																																	
	保健	理論 ①			保健 ④			健康な生活と疾病の予防 (D-19)			保健 ④			健康と環境 (D-20)			理論 ①			保健 ④			健康な生活と疾病の予防 (D-19)			理論 ①																																																						

領域別時間数

第1学年					第2学年					第3学年														
A	体づくり	7	(6.7%)	G	ダンス	7	(6.7%)	A	体づくり	7	(6.7%)	G	ダンス	7	(6.7%)	A	体づくり	7	(6.7%)	G	ダンス	7	(6.7%)	H
B	器械運動	8	(7.6%)	H	理論	3	(2.9%)	B	器械運動	8	(7.6%)	H	理論	3	(2.9%)	B	器械運動	8	(7.6%)	H	理論	3	(2.9%)	H
C	陸上競技	15	(14.3%)		保健	16	(15.2%)	C	陸上競技	15	(14.3%)		保健	16	(15.2%)	C	陸上競技	15	(14.3%)		保健	16	(15.2%)	
D	水泳	3	(2.9%)					D	水泳	3	(2.9%)					D	水泳	0	(0.0%)					
E	球技	38	(36.2%)					E	球技	38	(36.2%)					E	球技	41	(39.0%)					
F	武道	8	(7.6%)		合計	105	(100.0%)	F	武道	8	(7.6%)		合計	105	(100.0%)	F	武道	8	(7.6%)		合計	105	(100.0%)	