

2013年度 体育年間指導計画 (読谷村立古堅小学校)

〈1学期〉

月	4月	5月	6月	7月	1学期合計
時数	8H	11H	12H	8H	39H
1年	運動場サブ 体ほぐしの運動② 固定遊び③	体育館 多様な動きをつくる 運動遊び③ マット遊び⑥	運動場サブ・プール 鉄棒遊び④ くねくね走(かけっこ)③ リズム遊び② 水遊び(18日～)	ミニプール 水遊び⑩ ※6月～7月で最低10時間 実施する	33時間
2年	運動場サブ 体ほぐしの運動② 多様な動きをつくる 運動遊び④	体育館 多様な動きをつくる 運動遊び② マット遊び⑦	運動場サブ・プール 鉄棒遊び⑤ シグザグ走 (かけっこ・リレー)④ リズム遊び② 水遊び(18日～)	ミニプール 水遊び⑩ ※6月～7月で最低10時間 実施する	36時間
3年	運動場メイン 体ほぐしの運動④ 多様な動きをつくる 運動④	運動場サブ 鉄棒運動⑤ かけっこ・リレー⑤	体育館・プール マット運動⑧ 浮く・泳ぐ運動	プール 浮く・泳ぐ運動⑩ ※6月～7月で最低10時間 実施する	36時間
4年	運動場メイン 体ほぐしの運動④ 多様な動きをつくる 運動④	運動場サブ 鉄棒運動⑤ かけっこ・リレー⑤	体育館・プール マット運動⑧ 浮く・泳ぐ運動	プール 浮く・泳ぐ運動⑩ ※6月～7月で最低10時間 実施する	36時間
5年	体育館 体ほぐしの運動③ マット運動⑤	保健・プール 保健(心の健康)③ 水泳(21日～)	プール 水泳⑩ ※5月～6月で最低10時間 実施する フォークダンス②	運動場メイン 短距離走・リレー⑤ フォークダンス③ (エイサーを含む)	31時間
6年	体育館 体ほぐしの運動③ マット運動⑤	保健・プール 保健(病気の予防)⑤ 水泳(21日～)	プール 水泳⑩ ※5月～6月で最低10時間 実施する フォークダンス②	運動場メイン 短距離走・リレー⑤ フォークダンス③ (エイサーを含む)	33時間

〈2学期〉

月	9月	10月	11月	12月	2学期合計
時数	11H	12H	11H	9H	43h
1年	運動場 いろんなものにへんし ん(表現遊び)⑥ くねくね走(かけっこ)③	運動場メイン まあとてゲーム⑥ (ボール投げゲーム) まあとてゲーム⑥ (ボールけりゲーム)	運動場サブ 体ほぐしの運動② ハードルリレー④ 幅とび遊び⑤	体育館 ポールキープゲーム④ (ボール遊び) とび箱遊び⑤	42時間
2年	運動場 生き物たちの冒険 (表現遊び)⑧ ジグザグ走 (かけっこ・リレー)③	運動場メイン スローゴルフ⑤ (ボール遊び) キックベースボール⑥ (ボールけりゲーム)	運動場サブ 体ほぐしの運動② ハードルリレー③ ドッジボール⑥ (ボール投げゲーム)	体育館 高とび遊び④ とび箱遊び⑤	42時間
3年	運動場 ちびっこ忍者の対決 (表現)⑧ かけっこ・リレー③	体育館 多様な動きをつくる 運動④ プレルボール⑦ (ネット型)	運動場メイン 体ほぐしの運動② ボール運びゲーム⑤ (ゴール型) 小型ハードル走④	運動場サブ 走り幅とび⑤ 鉄棒運動④	42時間
4年	運動場 出発! ○○探検 (表現)⑧ かけっこ・リレー③	体育館 多様な動きをつくる 運動④ キャッチパレーボール⑦ (ネット型)	運動場メイン 体ほぐしの運動② 三角ベースボール⑤ (ベースボール型) 小型ハードル走④	運動場サブ 走り高跳び⑤ 鉄棒運動④	42時間
5年	運動場 フォークダンス (日本の踊り)⑤ リズムダンス③ 短距離走・リレー③	運動場サブ 走り幅跳び④ 鉄棒運動③ 体力を高める運動②	体育館 とび箱運動⑤ ソフトパレーボール④ (ネット型)	運動場メイン タグラグビー⑦ (ゴール型)	36時間
6年	運動場 フォークダンス (世界の踊り)⑤ リズムダンス③ 短距離走・リレー③	運動場サブ 体力を高める運動② 走跳の2種競技⑤ (ハードル走・走り高跳び)	体育館 とび箱運動⑤ 走り高跳び⑤	運動場メイン タグラグビー⑧ (ゴール型)	36時間

〈3学期〉

月	1月	2月	3月	3学期合計
時数	9H	12H	8H	29h
1年	運動場サブ リズム遊び④ 多様な動きをつくる 運動遊び④	運動場メイン インベーダーゲーム⑦ (ボール遊び) 鬼遊び④	運動場サブ 多様な動きをつくる 運動遊び⑤ 固定遊具遊び③	27時間
2年	運動場サブ リズム遊び④ 多様な動きをつくる 運動遊び④	運動場メイン めざせ! 島鳥ゲーム⑦ (ボールけりゲーム) 鬼遊び④	運動場サブ 多様な動きをつくる 運動遊び⑤ 固定遊具遊び③	27時間
3年	運動場メイン リズム遊び② ハンドボール⑥ (ゴール型)	運動場サブ ポートボール⑦ (ゴール型) 保健(健康な生活)④	体育館 多様な動きをつくる 運動あそび② とび箱運動⑥	27時間
4年	運動場メイン タグラグビー⑧	運動場サブ ポートボール⑦ (ゴール型) 保健④ (育ちゆく体とわたし)	体育館 多様な動きをつくる 運動② とび箱運動⑥	27時間
5年	運動場サブ 保健⑤ (けがの防止) 体力を高める運動③	体育館 バスケットボール⑦ (ゴール型)	運動場メイン サッカー⑧ (ゴール型)	23時間
	運動場サブ	体育館	運動場メイン	

6年	保健③ (病気の予防) 体力を高める運動③	フライングフットボール⑨ (ゴール型)	サッカー⑧ (ゴール型)		23時間
----	-----------------------------	------------------------	-----------------	--	------