

8. 中学校各教科の単元（題材）配当表

（教科名 保健体育）

月	1年		2年		3年	
	単元（題材）名	時間	単元（題材）名	時間	単元（題材）名	時間
4	オリエンテーション 体づくり運動「バランス」 体育理論 器械運動（マット）	1 5 1 2	オリエンテーション 体づくり運動「バランス」 体育理論 器械運動（マット）	1 5 1 2	オリエンテーション 体づくり運動「バランス」 体育理論 器械運動（マット）	1 5 1 2
5	器械運動（マット） 体育理論 陸上（短距離）	4 2 3	器械運動（マット） 体育理論 陸上（短距離）	4 2 3	器械運動（マット） 体育理論 陸上（短距離）	4 2 3
6	陸上（リレー） 調和のとれた生活 新体力テスト	5 3 4	陸上（リレー） 生活習慣の健康への影響 新体力テスト	5 3 4	陸上（リレー） <small>感染症の予防と健康を守る社会の取り組み</small> 新体力テスト	5 3 4
7.8	新体力テスト 調和のとれた生活 心身の発達と心の健康 体づくり運動「体力」 球技「バレーボール」	1 1 4 2 4	新体力テスト 生活習慣の健康への影響 体づくり運動「体力」 球技「バレーボール」	1 5 2 4	新体力テスト <small>感染症の予防と健康を守る社会の取り組み</small> 体づくり運動「体力」 球技「バレーボール」	1 5 2 4
9	球技「バレーボール」 心身の発達と心の健康 武道「柔道」	4 3 2	球技「バレーボール」 けがの防止と応急手当 武道「柔道」	3 4 2	球技「バレーボール」 環境の健康への影響 ダンス	4 4 1
10	武道（柔道） 心身の発達と心の健康 球技「サッカー」	4 4 4	武道（柔道） けがの防止と応急手当 球技「サッカー」	4 4 4	ダンス 環境の健康への影響 球技「サッカー」	4 4 4
11	球技「サッカー」 器械運動「跳び箱」	4 8	球技「サッカー」 器械運動「跳び箱」	4 8	球技「サッカー」 器械運動「跳び箱」	4 8
12.1	球技「バスケットボール」 軽スポーツ 体づくり運動「体力」	10 2 3	球技「バスケットボール」 軽スポーツ 体づくり運動「体力」	10 2 3	球技「バスケットボール」 軽スポーツ 体づくり運動「動きを高める」	10 2 3
2	ダンス 体づくり運動「柔軟」	6 3	ダンス 救命救急講習	6 3	体づくり運動「心と体をほぐす」 軽スポーツ	6 3
3	ダンス 軽スポーツ	3 3	ダンス 軽スポーツ	3 3	体づくり運動「柔軟性を高める」 軽スポーツ	3 3
年間 総時数	105		105		105	