

教 科		科 目		担 当 者	
保健体育		体 育		単位数： 2 単位 沢田 久見子	
指導目標					
<p>体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。</p>					
高校通信講座	あり	講座数：全 10 回	教科書	現代高等保健体育	
スクーリング	2 単位時間×3 回	合格時間数 4 時間以上	学習図書	自校作成の教材資料を使用	
レポート	全 2 回	合格枚数 2 枚	副教材	ステップアップ高校スポーツ	
期末試験	なし		評 定	100 点法 5 段階評定	
回	配信日	高校通信教育講座 (単元・学習内容)	レポート (締切期日)	スクーリング (日程と内容)	
1	10/5	入門講座		【A クラス男子】 11/6・12/18・1/29 14 時	
2				【A クラス女子】 10/2：15 時・11/20・1/8：14 時	
3	10/13	社交ダンス	第 1 回 11/16	【W クラス男子】 22Wf：10/21：14 時・12/2：13 時 1/20：14 時	
4					
5	10/27	ソフトテニス			
6					
7	11/9	自分の運動能力を知る			
8					
9	11/23	スポーツの始まりと文化	第 2 回 12/28	【W クラス女子】 22Wf：11/4・12/9・1/27：13 時	
10					
11	12/7	スキー・スノーボード			
12					
13	12/21	体操			
14					
15	1/4	アウトドア ～カヌー～	<p>●内容 卓球や体づくり運動を中心に、健康的な生活を送るための基本的な態度や能力を学ぶ。体力の違う者どうし、協力する事や安全に楽しく運動を行うためのコミュニケーションや工夫を実践する。さらに自分の体力や、身体特性を客観的に知り、今後の生活においてどのような体力的強化を図るべきかを考える。</p> <p>●持ち物・運動靴、ジャージに更衣すること、タオル、水分補給用の飲料。(靴、ジャージ忘れは参加不可) *厚底の靴・デニムは不可</p> <p>●スクーリングは、実施日時を確認のうえ指定された日時に出席のこと。</p> <p>●スクーリング会場… AW：高校校舎</p> <p>●期末試験… なし</p>		
16					
17	1/4	期末試験期間について			
18					
19	1/25	バスケットボール			
20					

教 科	科 目		担 当 者
保健体育	体育②	単位数：2単位	沢田 久見子
(到達目標) 運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育てる。健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。			
高校通信教育講座	あり	講座数：全10回	教科書 現代高等保健体育
スクーリング	2単位時間×3回	合格時間数4時間以上	学習図書 自校作成の教材資料を使用
レポート	全2回	合格枚数2枚	副教材 ステップアップ 高校スポーツ大修館
期末試験	なし	体育標準単位7単位	評 定 100点法5段階評定

## ○シラバス 授業進度表

回	配信日付	高校通信教育講座 (学習項目)	レポート (締切期日)	スクーリング (日程と内容)
1	10/5	入門講座		<b>【Aクラス男子】</b> [11/6・1218・1/29 14時]
2				<b>【Aクラス女子】</b> [10/2：15時 11/20・1/8 14時]
3	10/13	社交ダンス	第1回 11/16	<b>【Wクラス男子】</b> 21W1-5組：[10/13・11/17・1/26：13時] 21W2組：[10/13・12/8・1/26：13時] 21W3組：[11/17・12/8・1/26：13時]  20W1-5組・20W2組・20W3組・4年次： [10/13・11/17・12/8：15時]
4				
5	10/27	ソフトテニス		
6				
7	11/9	自分の運動能力を知る		
8				
9	11/23	スポーツの始まりと文化	第2回 12/28	<b>【Wクラス女子】</b> 21W1-5組：[10/27/11/24：13時]・[1/26：15時] 21W2組：[10/27・12/22：13時]・[1/26：15時] 21W3組：[11/24・12/22：13時]・[1/26：15時]  20W1-5組・20W2組・20W3組・4年次： [10/27・11/24・12/22：15時]
10				
11	12/7	スキー・スノーボード		
12				
13	12/21	体操		
14				○内容 卓球や体づくり運動を中心に、健康的な生活を送るための基本的な態度や能力を学ぶ。体力の違う者どうし、協力する事や安全に楽しく運動を行うためのコミュニケーションや工夫を実践する。さらに自分の体力や、身体特性を客観的に知り、今後の生活においてどのような体力的強化を図るべきかを考える。 ○持ち物…運動靴、ジャージに更衣すること、タオル、水分補給用の飲料。(靴,ジャージ忘れは参加不可) ○厚底の靴・デニムは不可。 ○スクーリングは、Aは男女、Wは細分化しているため、実施日時を確認のうえ指定された日時に出席のこと。 ○スクーリング会場… AW：高校校舎 ○期末試験… なし
15	1/4	アウトドア ～カヌー～		
16				
17	1/4	期末試験期間について		
18				
19	1/25	バスケットボール		
20				

教 科	科 目		担 当 者	
保健体育	保 健	単位数：2単位	大嶋 輝也	
指導目標 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。				
高校通信教育講座	あり	講 座 数：全20回	教 科 書	最新高等保健体育
スクーリング	1単位時間×3回	合格時間数：1時間以上	学 習 図 書	自校作成の教材資料を使用
レポ ー ト	全6回	合格枚数：6枚	副 教 材	なし
期 末 試 験	あり	期末試験評価割合 70%	評 定	100点法5段階評定

回	配信日	高校通信教育講座 (学習項目)	レポート (締切期日)	スクーリング (日程と内容)
1	10/7	健康の考え方と成り立ち		【第1回】 A：10/16(日) W：10/21(金)
2	10/7	生活習慣病	第1回 10月21日	※喫煙と健康 喫煙の影響
3	10/14	生活習慣～食事・運動・休養～		
4	10/21	生活習慣～喫煙・飲酒～	第2回 11月4日	喫煙の開始・継続要因 個人への喫煙対策
5	10/28	薬物乱用		
6	11/4	感染症	第3回 11月18日	社会環境への喫煙対策 【第2回】 A：12/4(日) W：12/2(金)
7	11/11	心の機能		
8	11/18	心の機能	第4回 12月2日	※飲酒と健康 飲酒の健康影響 飲酒による社会問題
9	11/25	交通事故		
10	12/2	応急手当	第5回 12月16日	飲酒の開始要因 個人への対策
11	12/9	心肺蘇生		
12	12/16	思春期と健康	第6回 1月6日	社会環境への対策 【第3回】 A：1/15(日) W：1/20(金)
13	12/23	妊娠・出産		
14	12/30	中高年期と健康		※薬物乱用と健康 薬物乱用の危険性 薬物乱用の社会影響 薬物乱用の開始要因 薬物乱用への対策
15	1/6	医薬品・医療サービス		
16	1/6	期末試験について①		
17	1/6	期末試験について②		
18	1/20	環境汚染～大気・水質・土壌～		
19	1/27	食品の安全	期末試験：2/7(火) 6時間目(15:10～16:00) 試験範囲：【通信講座】第1週～第11週 【レポート】第1回～第5回	
20	1/27	働くこと		

教科	科目		担当者	
保健体育	保健	単位数：2単位	大嶋 輝也	
指導目標				
保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。				
(1) 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。				
(2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。				
(3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。				
高校通信教育講座	あり	講座数：全20回	教科書	現代高等保健体育
スクーリング	1単位時間×3回	合格時間数：1時間以上	学習図書	自校作成の教材資料を使用
レポート	全6回	合格枚数：6枚	副教材	なし
期末試験	あり	期末試験評価割合 70%	評定	100点法5段階評定

回	配信日	高校通信教育講座 (学習項目)	レポート (締切期日)	スクーリング (日程と内容)
1	10/7	健康の考え方と成り立ち		【第1回】 A：11/6(日) W：10/21(金)
2	10/7	生活習慣病	第1回 10月21日	※喫煙と健康 喫煙の影響
3	10/14	生活習慣～食事・運動・休養～		
4	10/21	生活習慣～喫煙・飲酒～	第2回 11月4日	喫煙の開始・継続要因 個人への喫煙対策
5	10/28	薬物乱用		
6	11/4	感染症	第3回 11月18日	社会環境への喫煙対策 【第2回】 A：12/18(日) W：12/2(金)
7	11/11	心の機能		
8	11/18	心の機能	第4回 12月2日	※飲酒と健康 飲酒の健康影響 飲酒による社会問題
9	11/25	交通事故		
10	12/2	応急手当	第5回 12月16日	飲酒の開始要因 個人への対策
11	12/9	心肺蘇生		
12	12/16	思春期と健康	第6回 1月6日	社会環境への対策 【第3回】 A：1/29(日) W：1/20(金)
13	12/23	妊娠・出産		
14	12/30	中高年期と健康		※薬物乱用と健康 薬物乱用の危険性 薬物乱用の社会影響 薬物乱用の開始要因 薬物乱用への対策
15	1/6	医薬品・医療サービス		
16	1/6	期末試験について①		
17	1/6	期末試験について②		
18	1/20	環境汚染～大気・水質・土壌～		
19	1/27	食品の安全	期末試験：2/7(火) 6時間目(15:10～16:00) 試験範囲：【通信講座】第1週～第11週 【レポート】第1回～第5回	
20	1/27	働くこと		