

科目番号	0604	科目名	保健①			
単位数	区分		レポート回数	必要出席時数	視聴票免除時数	テスト
1	○ 必修 ・選択		3	1	0	年間1回
教科書		新高等 保健体育 702 (大修館書店)				
副教材		なし				
デジタル教材等		第一学習社 My bestie				
学習目標		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とともに、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。				

学習方法

(1) 単位を修得するために

1. 教科書または My bestie を参考に、レポートに取り組みましょう。

【知識・技能】70 点分

My bestie のデジタルレポートに取り組みましょう。

※視聴報告課題は任意です。

【思考力・判断力・表現力】30 点分

Meta MoJi に配信されたレポートに取り組みましょう。

2. スクーリングに出席して、分からないところがあれば質問しましょう。
3. 視聴票によるスクーリングの免除はありません。
4. レポートを中心に復習し、テストに臨みましょう。

(2) 大学受験に向けて

大学受験に保健が必要な人は、教科書を中心に理解を深めましょう。

レポートの内容

レポート	教科書	学習内容	スクーリング	デジタル教材 (第一学習社 My bestie)
第 1 回	第 1 章 現代社会と健康	第 1 節 健康の考え方 ①国民の健康水準の向上と変化する健康課題 ②健康の保持増進とヘルスプロモーション 第 2 節 現代の感染症とその予防 ①感染症の予防 ②性感染症とその予防 第 3 節 生活習慣病などの予防と回復 ①生活習慣病と予防 ②食事と健康 ③健康と運動・休養・睡眠 ④がんの発生と予防 《レポート〆切 6/22》	6 月 9 日 (火)	学習内容と同様
前期テストなし				
第 2 回	第 1 章 現代社会と健康	第 4 節 喫煙、飲酒、薬物乱用とその予防 ①喫煙と健康 ②飲酒と健康 ③薬物乱用とその防止 第 5 節 精神疾患の予防と回復 ①脳と神経の働き ②欲求不満と適応機制 ③心の健康と精神疾患 ④精神疾患の予防と回復のために 《レポート〆切 10/13》	1 0 月 6 日 (火)	学習内容と同様
第 3 回	第 2 章 安全な社会生活	第 1 節 安全な社会づくり ①交通事故と安全の確保 ②安全・安全な社会づくり 第 2 節 応急手当 ①適切な応急手当 ②心肺蘇生法の実践 ③日常的な応急手当 《レポート〆切 12/14》	1 2 月 8 日 (火)	学習内容と同様
単位認定審査				

科目番号	0605	科目名	保健②			
単位数	区分		レポート回数	必要出席時数	視聴票免除時数	テスト
1	○ 必修 ・選択		3	1	0	年間1回
教科書		新高等 保健体育 702 (大修館書店)				
副教材		なし				
デジタル教材等		第一学習社 My bestie				
学習目標		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とともに、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。				

学習方法

(1) 単位を修得するために

1. 教科書または My bestie を参考に、レポートに取り組みましょう。

【知識・技能】70 点分

My bestie のデジタルレポートに取り組みましょう。

※視聴報告課題は任意です。

【思考力・判断力・表現力】30 点分

Meta MoJi に配信されたレポートに取り組みましょう。

2. スクーリングに出席して、分からないところがあれば質問しましょう。

3. 視聴票によるスクーリングの免除はありません。

4. レポートを中心に復習し、テストに臨みましょう。

(2) 大学受験に向けて

大学受験に保健が必要な人は、教科書を中心に理解を深めましょう。

レポートの内容

レポート	教科書	学習内容	スクーリング	デジタル教材 (第一学習社 My bestie)
第1回	第3章 生涯を通じる健康	第1節 生涯の格段階おける健康 ①思春期と健康 ②思春期の体と健康 ③結婚生活と健康 ④新しい生命の誕生 ⑤家族計画と不妊治療 ⑥加齢と健康 《レポート㍻切 6/15》	6月10日(水)	学習内容と同様
前期テストなし				
第2回	第3章 生涯を通じる健康 第4章 健康を支える環境づくり	第2節 労働と健康 ①労働者の健康・安全と健康問題 ②労働災害・職業病とその予防 ③労働者の健康づくりと「働き方改革」 第1節 環境・食品と健康 ①環境汚染の広がりとその影響 ②大気汚染の健康への影響と対策 ③水質汚濁と土壌汚染の健康への影響と対策 ④廃棄物の処理と健康 ⑤環境衛生活動 《レポート㍻切 10/13》	10月7日(水)	学習内容と同様
第3回	第4章 健康を支える環境づくり	第1節 環境・食品と健康 ⑥食品の安全性の確保 第2節 保健・医療制度と機関 ①保健・医療制度 ②地域の保健機関・医療機関の活用 ③医薬品と健康 ④さまざまな保健活動や社会的対策 ⑤健康に関する環境づくりと社会参加 《レポート㍻切 12/7》	11月25日 (水)	学習内容と同様
単位認定考査				

科目番号	0601	科目名	体育①			
単位数	区分		レポート回数	必要出席時数	視聴票免除時数	テスト
2	必修・選択		2	10	6	年間1回
教科書		高等学校保健体育（第一学習社）				
副教材		なし				
デジタル教材等		第一学習社 My bestie				
学習目標		体育の見方・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ととして、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目指す。				

学習方法

（１）単位を修得するために

1. My bestie を視聴して、レポートに取り組みましょう。

【知識・技能】70 点分

My bestie のデジタルレポートに取り組みましょう。

※視聴報告課題は任意です。

【思考力・判断力・表現力】30 点分

Meta MoJi に配信されたレポートに取り組みましょう。

2. 体力の向上を目指して、安全に留意しながらスクーリングに出席しましょう。

体調不良でスクーリングを見学する場合は、体育見学シートに記入しましょう。

3. 視聴票を利用する場合は、My bestie を視聴し、デジタル教材の中から1項目（体づくり～ハンドボール2）を選び、視聴票にまとめましょう。視聴票1枚につき、スクーリング1時間が免除になります。

※視聴票の利用は年間6回までです。

4. レポートを中心に復習し、テストに臨みましょう。

注意：事前にスクーリングでの種目は連絡しますが、参加人数が少ない場合は変更の可能性があります。

（２）大学受験に向けて

大学受験に体育が必要な人は、個別に指導します。

レポートの内容

レポート	教科書	学習内容	スクーリング	デジタル教材 (第一学習社 My bestie)
第 1 回	第 5 章 スポーツの文化的特 性と現代スポーツの 発展	①スポーツの歴史的発展 と多様な変化 ②オリンピック・パ ラリンピック 「器械運動」 「陸上競技」 《レポート×切 7/6》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール ニュースポーツ	保健体育 体育 I ・体づくり ・器械運動 1 ・器械運動 2 ・器械運動 3 ・陸上競技 1 ・陸上競技 2 ・陸上競技 3 ・陸上競技 4 ・水泳競技 1 ・水泳競技 2 ・水泳競技 3 ・ハンドボール 1 ・ハンドボール 2
前期テストなし				
第 2 回	第 5 章 スポーツの発祥と成 立 2	③ドーピングとアンチ・ド ーピング ④スポーツの経済効果と スポーツの価値 ⑤スポーツが環境や社会 にもたらす影響 「水泳競技」 「ハンドボール」 《レポート×切 12/7》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール ニュースポーツ	保健体育 体育 I ・体づくり ・器械運動 1 ・器械運動 2 ・器械運動 3 ・陸上競技 1 ・陸上競技 2 ・陸上競技 3 ・陸上競技 4 ・水泳競技 1 ・水泳競技 2 ・水泳競技 3 ・ハンドボール 1 ・ハンドボール 2
単位認定考査				

科目番号	0602	科目名	体育②			
単位数	区分		レポート回数	必要出席時数	視聴票免除時数	テスト
2	必修・選択		2	10	6	年間1回
教科書		新高等 保健体育 702 (大修館書店)				
副教材		なし				
デジタル教材等		第一学習社 My bestie				
学習目標		体育の見方・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とおり、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目指す。				

学習方法

(1) 単位を修得するために

1. My bestie を視聴して、レポートに取り組みましょう。

【知識・技能】70 点分

My bestie のデジタルレポートに取り組みましょう。

※視聴報告課題は任意です。

【思考力・判断力・表現力】30 点分

Meta MoJi に配信されたレポートに取り組みましょう。

2. 体力の向上を目指して、安全に留意しながらスクーリングに出席しましょう。

体調不良でスクーリングを見学する場合は、体育見学シートに記入しましょう。

3. 視聴票を利用する場合は、My bestie を視聴し、デジタル教材の中から1項目（サッカー1～バスケットボール2）を選び、視聴票にまとめましょう。視聴票1枚につき、スクーリング1時間が免除になります。

※視聴票の利用は年間6回までです。

4. レポートを中心に復習し、テストに臨みましょう。

注意：事前にスクーリングでの種目は連絡しますが、参加人数が少ない場合は変更の可能性があります。

(2) 大学受験に向けて

大学受験に体育が必要な人は、個別に指導します。

レポートの内容

レポート	教科書	学習内容	スクーリング	デジタル教材 (第一学習社 My bestie)
第 1 回	第 6 章 運動・スポーツの効果的な学習方法	①運動やスポーツの技術と技能 ②運動技能の上達過程方 「サッカー」 「ラグビー」 《レポート×切 7/13》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール ニュースポーツ	保健体育 体育Ⅱ ・サッカー 1 ・サッカー 2 ・サッカー 3 ・ラグビー 1 ・ラグビー 2 ・バレーボール 1 ・バレーボール 2 ・バスケットボール 1 ・バスケットボール 2
前期テストなし				
第 2 回	第 2 章 運動・スポーツの効果的な学習方法	③運動技能の高め方と運動課題の解決方法 ④運動やスポーツの種類に応じた体力 「バレーボール」 「バスケットボール」 《レポート×切 12/14》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール ニュースポーツ	保健体育 体育Ⅱ ・サッカー 1 ・サッカー 2 ・サッカー 3 ・ラグビー 1 ・ラグビー 2 ・バレーボール 1 ・バレーボール 2 ・バスケットボール 1 ・バスケットボール 2
単位認定考査				

科目番号	0603	科目名	体育③			
単位数	区分		レポート回数	必要出席時数	視聴票免除時数	テスト
3	必修・選択		3	15	9	年間1回
教科書		新高等 保健体育 702 (大修館書店)				
副教材		なし				
デジタル教材等		第一学習社 My bestie				
学習目標		体育の見方・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ととして、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目指す。				

学習方法

(1) 単位を修得するために

1. My bestie を視聴して、レポートに取り組みましょう。

【知識・技能】70 点分

My bestie のデジタルレポートに取り組みましょう。

※視聴報告課題は任意です。

【思考力・判断力・表現力】30 点分

Meta MoJi に配信されたレポートに取り組みましょう。

2. 体力の向上を目指して、安全に留意しながらスクーリングに出席しましょう。

体調不良でスクーリングを見学する場合は、体育見学シートに記入しましょう。

3. 視聴票を利用する場合は、My bestie を視聴し、デジタル教材の中から1項目（テニス1～剣道2）を選び、視聴票にまとめましょう。視聴票1枚につき、スクーリング1時間が免除になります。

※視聴票の利用は年間9回までです。

4. レポートを中心に復習し、テストに臨みましょう。

注意：事前にスクーリングでの種目は連絡しますが、参加人数が少ない場合は変更の可能性がります。

(2) 大学受験に向けて

大学受験に体育が必要な人は、個別に指導します。

レポートの内容

レポート	教科書	学習内容	スクーリング	デジタル教材 (第一学習社 My bestie)
第 1 回	第 6 章 運動やスポーツの効果的な学習方法	⑤自分の体力を知り、高めるために ⑥運動・スポーツの健康と安全の確保 「テニス」 「卓球」 《レポート×切 6/29》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール ニュースポーツ	保健体育 体育Ⅲ ・テニス 1 ・テニス 2 ・卓球 1 ・卓球 2 ・バドミントン 1 ・バドミントン 2 ・ソフトボール 1 ・ソフトボール 2 ・柔道 1 ・柔道 2 ・剣道 1 ・剣道 2
第 2 回	第 7 章 豊かなスポーツライフの設計	①ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方 ②スポーツライフの設計 「バドミントン」 「ソフトボール」 《レポート×切 10/13》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール ニュースポーツ	保健体育 体育Ⅲ ・テニス 1 ・テニス 2 ・卓球 1 ・卓球 2 ・バドミントン 1 ・バドミントン 2 ・ソフトボール 1 ・ソフトボール 2 ・柔道 1 ・柔道 2 ・剣道 1 ・剣道 2
前期テストなし				
第 3 回	第 7 章 豊かなスポーツライフの設計	③スポーツを支援する取り組み ④スポーツの可能性 「柔道」 「剣道」 「ダンス」 《レポート×切 11/24》	体づくり運動 卓球 バドミントン バレーボール バスケットボール レクリエーションスポーツ	保健体育 体育Ⅲ ・テニス 1 ・テニス 2 ・卓球 1 ・卓球 2 ・バドミントン 1 ・バドミントン 2 ・ソフトボール 1 ・ソフトボール 2 ・柔道 1 ・柔道 2 ・剣道 1 ・剣道 2
単位認定考査				