令和8年度　年間指導計画

沖学園高等学校　通信制課程

教科	保健体育	科目	保健（1年用）	履修区分	必履修	使用教科書	大修館書店『現代高等保健体育改訂版(050-901)』『現代高等保健体育(701)』
添削指導回数	3	面接指導回数	2	単位認定試験回数	1	副教材等	NHK高校講座

学習の目標

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通して，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・能力を次のとおり育成することを目指す。（1）運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに，それらの技能を身に付けるようにする。（2）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，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。（3）公正に取り組む，互いに協力する，自己の責任を果たす，参画する，一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに，健康・安全を確保して，生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

学習に取り組む際の注意事項

単位認定試験	添削指導，面接指導を全て修了後に受験。

単位修得（認定）に当たっての基準

評価方法	各単元ごとに3観点で評価（ABC）し、すべての学習内容修了後に総合的に判断する。

学習内容計画

単元名（教科書ページ）	添削指導 No.	面接指導	単位認定試験	観点別評価 観点	評価規準
・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた ・生活習慣病の予防と回復 ・がんの原因と予防 ・がんの治療と回復 ・運動と健康 ・休養・睡眠と健康 （教科書p.4～31）	1	6月6日 12月19日	添削指導，面接指導から問題を選出し、出題する。	知識技能	生活習慣病のリスクを軽減し予防するには，適切な運動，食事，休養及び睡眠など，調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること，定期的な検診が必要であることについて理解している。
				思考判断表現	単元の内容が，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。
				主体的に学習に取り組む態度	生活習慣病とその予防，生活習慣とがんのリスク要因の関連性，睡眠の重要性などの要点を理解し，それに含まれる課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復 ・現代の感染症 ・性感染症・エイズとその予防 ・健康に関する意思決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり （教科書p.34～53）	2	8月1日		知識技能	衛生的な環境の整備や検疫，正しい情報の発信，予防接種の普及など社会的な対策とともに，それらを前提とした個人の取組が必要であること，原因，及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について，理解している。
				思考判断表現	単元の内容が，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。
				主体的に学習に取り組む態度	現代の感染症とその予防，予防接種の効果的な要因について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
・事故の現状と発生要因 ・安全な社会の形成 ・交通における安全 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心肺蘇生法 （教科書p.58～71）	3	10月31日		知識技能	一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに，自ら進んで行う態度が必要であること，さらに，社会の救急体制の整備を進めること，救急体制を適切に利用することが必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。
				思考判断表現	応急手当について，安全に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。
				主体的に学習に取り組む態度	応急手当について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。

令和8年度　年間指導計画

沖学園高等学校　通信制課程

教科	保健体育	科目	保健（2年用）	履修区分	必履修	使用教科書	大修館書店『現代高等保健体育(701)』
添削指導回数	3	面接指導回数	2	単位認定試験回数	1	副教材等	NHK高校講座

学習の目標

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通して，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・能力を次のとおり育成することを目指す。（1）運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに，それらの技能を身に付けるようにする。（2）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，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。（3）公正に取り組む，互いに協力する，自己の責任を果たす，参画する，一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに，健康・安全を確保して，生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

学習に取り組む際の注意事項

単位認定試験	添削指導，面接指導を全て修了後に受験。

単位修得（認定）に当たっての基準

評価方法	各単元ごとに3観点で評価（ABC）し、すべての学習内容修了後に総合的に判断する。

学習内容計画

単元名（教科書ページ）	添削指導 No.	面接指導	単位認定試験	観点別評価 観点	評価規準
・ライフステージと健康 ・思春期と健康 ・妊娠、出産と健康 ・避妊法と人工妊娠中絶 ・結婚生活と健康 ・中高年期と健康 （教科書p.76～91）	1	6月6日 12月19日	添削指導，面接指導から問題を選	知識技能	若いときから，健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと，生きがいをもつこと，運動やスポーツに取り組むこと，家族や友人などとの良好な関係を保つこと，地域における交流をもつことなどが関係することについて，理解している。
				思考判断表現	生涯の各段階における健康について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。
				主体的に学習に取り組む態度	生涯の各段階における健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
・働くことと健康 ・労働災害と健康 ・健康な職業生活 ・大気汚染と健康 ・環境と健康にかかわる対策 ・ごみの処理と上下水道の整備	2	8月1日		知識技能	健康への影響や被害を防止するためには，汚染物質の排出をできるだけ抑制したり，排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて，理解している。
				思考判断表現	環境と健康について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。

・応急処置と全体像の把握 （教科書p. 92～107）			ら問題を選出し、出題する。	主体的に学習に取り組む態度	環境と健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
・食品の安全性 ・食品衛生にかかわる活動 ・保健サービスとその活用 ・医薬品の制度とその活用 ・さまざまな保険活動や社会的対策 ・健康に関する環境づくりと社会参加 （教科書p. 110～127）	3	10月31日		知識技能	我が国には，人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し，行政及びその他の機関などから健康に関する情報，医療の供給，医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて，理解している。
				思考判断表現	保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。
				主体的に学習に取り組む態度	保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。