

令和8年度北海道有朋高等学校 通信制課程 シラバス		【科目】 体育1	
単位数：2単位	教科書：現代高等保健体育（大修館）	学習書・ 入門書 ・補助教材：④・無	
試験：2回	報告課題：2回	最低面接時間数	: 10

<この科目は、体育を分割して履修するものです。>

1 学習の到達目標

○健康の増進と体力の向上を図り、生涯を通して継続的に運動に親しむ態度を身につける。

2 科目の特色

○実技中心の面接である。

3 評価の観点・方法（年間の評価）

①評価の観点（評価は次の3つの観点から行います。）

知識・技能	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につけているか。
思考・判断・表現	運動を継続するための課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて思考し判断し、他者に伝える力を身につけているか。
主体的に学習に取り組む態度	自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を身につけているか。

②評価方法

「知識・技能」：報告課題の評定平均をもとに評価します。

「思考・判断・表現」：中間試験・終末試験の評定平均をもとに評価します。

「主体的に学習に取り組む態度」：報告課題の提出状況をもとに評価します。

4 年間学習計画

報告課題 試験	単元名（指導内容）	提出期間	関連するNHKテレビ 高校講座保健体育
第1回	01 スポーツの始まりと変遷 02 文化としてのスポーツ 特設3 競技スポーツにおける競争の意味 （現代高等保健体育より） バドミントン（最新スポーツルールより）	6/11～6/29	保健体育 6・27回 体育実技 1・10回
第2回	03 オリンピックとパラリンピックの意義 04 スポーツが及ぼす効果（現代高等保健体育より） バドミントン（最新スポーツルールより）	10/9～10/21	保健体育 7・28回 体育実技 1・10回
中間試験	9月～10月（実技試験）		
終末試験	出題範囲と要点、通教YUHO第3号参照		

5 学習のすすめかた

○教科書、最新スポーツルール、解説をよく読み学習に臨みましょう。

○面接に出席する時は、報告課題（レポート）に取り組んでから出席すると理解しやすいでしょう。また、面接の場合は運動着と体育館シューズを忘れないように注意しましょう。

令和8年度北海道有朋高等学校 通信制課程 シラバス		【科目】 体育2
単位数：2単位	教科書：現代高等保健体育（大修館）	学習書・ 入門書 ・補助教材：⑤・無
試験：2回	報告課題：2回	最低面接時間数：10

<この科目は、体育を分割して履修するものです>

1 学習の到達目標

○健康の増進と体力の向上を図り、生涯を通して継続的に運動に親しむ態度を身につける。

2 科目の特色

○実技中心の面接である。

3 評価の観点・方法（年間の評価）

①評価の観点（評価は次の3つの観点から行います）

知識・技能	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につけているか。
思考・判断・表現	運動を継続するための課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて思考し判断し、他者に伝える力を身につけているか。
主体的に学習に取り組む態度	自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を身につけているか。

②評価方法

「知識・技能」：報告課題の評定平均をもとに評価します。

「思考・判断・表現」：中間試験・終末試験の評定平均をもとに評価します。

「主体的に学習に取り組む態度」：報告課題の提出状況をもとに評価します。

4 年間学習計画

報告課題・試験	単元名（指導内容）	提出期間	関連するNHK高校講座 保健体育
第1回	スポーツの高潔さとドーピング、スポーツと環境（現代高等保健体育より） 卓球（最新スポーツルールより）	6/12～6/30	保健8・29回 体育1・6・10回
第2回	スポーツにおける技能と体力、スポーツにおける技術と戦術（現代高等保健体育より） 卓球・テニス（最新スポーツルールより）	10/11～10/23	保健13・14回 体育1・6・10回
中間試験	9月～10月（実技試験）		
終末試験	出題範囲と要点、通教YUHO第3号参照		

5 学習のすすめかた

○教科書、最新スポーツルール、解説をよく読み学習に臨みましょう。

○面接に出席する時は、報告課題（レポート）に取り組んでから出席すると理解しやすいでしょう。また、面接の時は運動着と体育館シューズを忘れないように注意しましょう。

令和8年度北海道有朋高等学校 通信制課程 シラバス		【科目】 体育3	
単位数：2単位	教科書：現代保健体育（大修館）	教科書・ 入門書 ・補助教材：①・無	
試験：2回	報告課題：2回	最低面接時間数：10	

<この科目は、体育を分割して履修するものです>

1 学習の到達目標

○健康の増進と体力の向上を図り、生涯を通して継続的に運動に親しむ態度を身につける。

2 科目の特色

○実技中心の面接である。

3 評価の観点・方法（年間の評価）

①評価の観点（評価は次の3つの観点から行います）

知識・技能	運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につけているか。
思考・判断・表現	運動を継続するための課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて思考し判断し、他者に伝える力を身につけているか。
主体的に学習に取り組む態度	自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を身につけているか。

②評価方法

「知識・技能」： 報告課題の評点平均をもとに評価します。

「思考・判断・表現」： 中間試験・終末試験の評点平均をもとに評価します。

「主体的に取り組む態度」： 報告課題の提出状況をもとに評価します。

4 年間学習計画

報告課題 試験	単元名（指導内容）	提出期間	関連するNHKテレビ 高校講座保健体育
第1回	・03 技能の上達過程と練習 ・04 効果的な動きのメカニズム （現代高等保健体育より） ・卓球（最新スポーツルールより）	6/11～6/29	保健体育：20 体育実技：6
第2回	・05 体力トレーニング ・06 運動やスポーツでの安全確保 （現代高等保健体育より） ・卓球、サッカー （最新スポーツルール）	10/9～10/21	保健体育：21 体育実技：1
中間試験	9月～10月（実技試験）		
終末試験	出題範囲と要点、 通教YUHO第3号参照		

5 学習のすすめかた

○教科書、最新スポーツルール、解説をよく読み学習に臨みましょう。

○面接に出席する時は、報告課題（レポート）に取り組んでから出席すると理解しやすいでしょう。また、面接の時は運動着と体育館シューズを忘れないように注意しましょう。

令和8年度北海道有朋高等学校 通信制課程 シラバス		【科 目】 体育4
単位数：1単位	教科書：現代高等保健体育（大修館）	学習書・ 入門書 ・補助教材：㊦・無
試験：2回	報告課題：1回	最低面接時間数：5

<この科目は、体育を分割して履修するものです>

1 学習の到達目標

○健康の増進と体力の向上を図り、生涯を通して継続的に運動に親しむ態度を身につける。

2 科目の特色

○実技中心の面接である。

3 評価の観点・方法（年間の評価）

①評価の観点（評価は次の3つの観点から行います）

知識・技能	運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につけているか。
思考・判断・表現	運動を継続するための課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて思考し判断し、他者に伝える力を身につけているか。
主体的に学習に取り組む態度	自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を身につけているか。

②評価方法

「知識・技能」： 報告課題の評点平均をもとに評価します。

「思考・判断・表現」： 中間試験・終末試験の評点平均をもとに評価します。

「主体的に取り組む態度」： 報告課題の提出状況をもとに評価します。

4 年間学習計画

報告課題 試験	単元名（指導内容）	提出期間	関連するNHKテレビ 高校講座保健体育
第1回	・生涯スポーツの見方・考え方、ライフスタイルに応じたスポーツ、自分でスポーツライフを設計しよう、スポーツを推進する取り組み（現代高等保健体育より）バレーボール（最新スポーツルールより）	7/10～7/29	体育実技：1・10 保健体育：27・28
中間試験	9月～10月（実技試験）		
終末試験	出題範囲と要点、通教YUHO第3号参照		

5 学習のすすめかた

○教科書、最新スポーツルール、解説をよく読み学習に臨みましょう。

○面接に出席する時は、報告課題（レポート）に取り組んでから出席すると理解しやすいでしょう。また、面接の時は運動着と体育館シューズを忘れないように注意しましょう。

令和8年度北海道有朋高等学校 通信制課程 シラバス		【科 目】 保 健	
単位数：2単位	教科書：現代高等保健体育（大修館）	学習書・ 入門書 ・補助教材：④・無	
試験：2回	報告課題：6回	最低面接時間数：2	

1 学習の到達目標

○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身につける。

2 科目の特色

○現在だけでなく将来の生活のためにも役立つように、生涯を通じた健康づくりの基礎を学びます。

3 評価の観点・方法（年間の評価）

①評価の観点（評価は次の3つの観点から行います）

知識・技能	個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身につけているか。
思考・判断・表現	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し、判断しているとともに、それらを他者に伝えているか。
主体的に学習に取り組む態度	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習を主体的に取り組もうとしているか。

②評価方法

「知識・技能」：報告課題の評点平均をもとに評価します。

「思考・判断・表現力」：中間試験・終末試験の評点平均をもとに評価します。

「主体的に学習に取り組む態度」：報告課題の提出状況をもとに評価します。

4 年間学習計画

報告課題・試験	単元名（指導内容）	提出期間	関連する NHK テレビ 高校講座【保健体育】
第1回	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、食事と健康、休養・睡眠と健康	4/28～5/17	・1～5回 ・9、10回
第2回	喫煙と健康、飲酒と健康、薬物乱用と健康、精神疾患の特徴、精神疾患の予防、精神疾患からの回復	6/9～6/17	・11、12回 ・15、16回
第3回	現代の感染症、感染症の予防、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	7/9～7/18	・17～19回
第4回	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	9/15～9/25	・22～26回
第5回	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、働くことと健康	10/28～11/6	・30～34回
第6回	大気汚染と健康、水質汚濁、土壌汚染と健康、環境と健康にかかわる対策、食品の安全性、ごみの処理と上下水道の整備、食品安全性、保健サービスとその活用、医療サービスとその活用、医薬品の制度とその活用、さまざまな保健活動や社会的対策、健康に関する環境づくりと社会参加	12/8～12/18	・35～37回 ・39～42回
中間試験	出題範囲と要点、通教 YUHO 第2号参照		
終末試験	出題範囲と要点、通教 YUHO 第3号参照		

5 学習のすすめかた

○解説・教科書をよく読み学習に臨みましょう。

○面接に出席するときは、報告課題（レポート）に取り組んでから出席すると理解しやすいでしょう。