

令和8年度「体育Ⅰ」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
選択必履修	2	通年	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書（出版社）		教材等（出版社）		
現代高等保健体育 改訂版（大修館書店）		Active Sports 総合版（大修館書店）		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
19 (含水 5、ウォークラリー3)	10	前後期 各1回	前後期 各1回	

○「体育Ⅰ」の学習目標

- ・運動の実践を通して運動に親しみ、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し、運動に親しむための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

Ⅰ単元 スポーツの発祥と発展

体を動かして楽しむ文化として生まれ、発展を続けているスポーツについて学び、スポーツの意義や歴史、文化的特徴や現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…（学習の態度・心構え）

- ・レポートでは、スポーツや健康を理論的にとらえるようにしましょう。
- ・スクーリングは、自分の体と対話しながら、積極的・主体的に取り組みましょう。

◎ 学習計画

・スクーリング

「体づくり運動系」「球技系」「ダンス系」の中から各自で種目を選択し、授業をおこないます。

日曜スクーリング	1年間で11回あります。講座（体育Ⅰ～Ⅴ）ごとに、授業時間が決まっています。 種目：バドミントン、ヨガ、卓球、ソフトバレーボール、スポレック、ダンス、筋トレ、ピラティス、スラックライン、タグラグビー、フットサル、スポーツレクリエーション、ネオホッケー
水曜スクーリング	1年間で5回あります。体育を受講していれば、誰でも出席することができます。出席した場合、自分が受講している講座の中から選択し、1時間分の出席とします。 種目：バドミントン、ヨガ、卓球、ダンス、ピラティス
ウォークラリー	学校周辺をウォーキングしながら課題をクリアしていく学校行事です。ウォークラリーに参加した場合、自分が受講している講座の中から選択し、3時間分の出席とします。 (11/8予定)

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	6	17	水
2	11	25	水

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(前期1回、後期1回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・レポート最終提出日 前期 6/17(水)、後期 11/25(水) ※17時までに学校必着!!
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
前期	7月上旬頃～9月上旬 (前期レポートが完了後随時)	<体育理論> I 単元 01 スポーツの始まりと変遷 特設① 世界の民族スポーツについて調べてみよう 02 文化としてのスポーツ 特設② 日本生まれのスポーツ 特設③ 競技スポーツにおける競争の意味 <体育実技> 陸上競技
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	<体育理論> I 単元 03 オリンピックとパラリンピックの意義 特設④ オリンピックの課題 特設⑤ パラリンピックの課題 <体育実技> ダンス

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
知識・技能	・様々な運動の実践を通して、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようになるため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。
思考・判断・表現	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力するとともに、健康・安全を確保している。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 体育ノートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全2回(半期に1回)に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「体育2」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
選択必履修	2	通年	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(出版社)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
19 (含水5、ウォークラリー3)	10	前後期 各1回	前後期 各1回	

○「体育2」の学習目標

- ・運動の実践を通して運動に親しみ、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し、運動に親しむための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

1単元 スポーツの発祥と発展

体を動かして楽しむ文化として生まれ、発展を続けているスポーツについて学び、スポーツの意義や歴史、文化的特徴や現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について学習します。

2単元 運動・スポーツの学び方

運動やスポーツの合理的な動きやトレーニングの仕方、生涯にわたって継続していくための効果的な学び方について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ・・・(学習の態度・心構え)

- ・レポートでは、スポーツや健康を理論的にとらえるようにしましょう。
- ・スクーリングは、自分の体と対話しながら、積極的・主体的に取り組みましょう。

◎ 学習計画

・スクーリング

「体づくり運動系」「球技系」「ダンス系」の中から各自で種目を選択し、授業をおこないます。

日曜スクーリング	1年間で11回あります。講座(体育1～5)ごとに、授業時間が決まっています。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ソフトバレーボール、スポレック、ダンス、筋トレ、ピラティス、ネオホッケー、タグラグビー、フットサル、スポーツレクリエーション、スラックライン
水曜スクーリング	1年間で5回あります。体育を受講していれば、誰でも出席することができます。出席した場合、自分が受講している講座の中から選択し、1時間分の出席とします。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ダンス、ピラティス
ウォークラリー	学校周辺をウォーキングしながら課題をクリアしていく学校行事です。ウォークラリーに参加した場合、自分が受講している講座の中から選択し、3時間分の出席とします。 (11/8予定)

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	6	17	水
2	11	25	水

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(前期1回、後期1回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・レポート最終提出日 前期 6/17(水)、後期 11/25(水) ※17時までに学校必着!!
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
前期	7月上旬頃～9月上旬 (前期レポートが完了後随時)	<体育理論> 1 単元 スポーツの発祥と発展 05 スポーツの高潔さとドーピング 特設⑥ スポーツの価値について考えてみよう 特設⑦ なぜドーピングは許されないのか 06 スポーツと環境 <体育実技> 水泳
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	<体育理論> 2 単元 運動・スポーツの学び方 01 スポーツにおける技能と体力 02 スポーツにおける技術と戦術 特設① スポーツルールはなぜ変わるのか考えて、みよう 特設② スポーツとメディアの関係性 <体育実技> ハンドボール

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
知識・技能	・様々な運動の実践を通して、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。
思考・判断・表現	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力するとともに、健康・安全を確保している。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 体育ノートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全2回(半期に1回)に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「体育3」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
選択必履修	2	通年	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(出版社)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
21 (含水5、ウォークラリー3)	10	前後期 各1回	前後期 各1回	

○「体育3」の学習目標

- ・運動の実践を通して運動に親しみ、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し、運動に親しむための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

2単元 運動・スポーツの学び方

運動やスポーツの合理的な動きやトレーニングの仕方、生涯にわたって継続していくための効果的な学び方について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…(学習の態度・心構え)

- ・レポートでは、スポーツや健康を理論的にとらえるようにしましょう。
- ・スクーリングは、自分の体と対話しながら、積極的・主体的に取り組みましょう。

◎ 学習計画

・スクーリング

「体づくり運動系」「球技系」「ダンス系」の中から各自で種目を選択し、授業をおこないます。

日曜スクーリング	1年間で13回あります。講座(体育1～5)ごとに、授業時間が決まっています。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ソフトバレーボール、スポレック、ダンス、筋トレ、ピラティス、ネオホッケー、タグラグビー、フットサル、スポーツレクリエーション、スラックライン
水曜スクーリング	1年間で5回あります。体育を受講していれば、誰でも出席することができます。出席した場合、自分が受講している講座の中から選択し、1時間分の出席とします。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ダンス、ピラティス
ウォークラリー	学校周辺をウォーキングしながら課題をクリアしていく学校行事です。ウォークラリーに参加した場合、自分が受講している講座の中から選択し、3時間分の出席とします。 (11/8予定)

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	6	17	水
2	11	25	水

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(前期1回、後期1回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・レポート最終提出日 前期 6/17(水)、後期 11/25(水) ※17時までに学校必着!!
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
前期	7月上旬頃～9月上旬 (前期レポートが完了後随時)	<体育理論> 2単元 03 技能の上達過程と練習 特設③ 球技における戦術の特徴を比較してみよう 04 効果的な動きのメカニズム 特設⑤ 運動・スポーツと脳 <体育実技> バスケットボール
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	<体育理論> 2単元 05 体カトレーニング 06 運動やスポーツでの安全の確保 特設⑧ スポーツ外傷・障害とその原因 特設⑨ 健康づくりのために運動を実践してみよう <体育実技> テニス

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
知識・技能	・様々な運動の実践を通して、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。
思考・判断・表現	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力するとともに、健康・安全を確保している。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 体育ノート取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全2回(半期に1回)に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「体育4(前)」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
選択必履修	1	前期	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(学習書等)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
10(含水2)	5	前期 1回	前期 1回	

○「体育4(前)」の学習目標

- ・運動の実践を通して運動に親しみ、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し、運動に親しむための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

3単元 豊かなスポーツライフの設計

生涯にわたって健康で豊かな生活を送るために、ライフステージやライフスタイルに応じたスポーツライフの設計の仕方について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…(学習の態度・心構え)

- ・レポートでは、スポーツや健康を理論的にとらえるようにしましょう。
- ・スクーリングは、自分の体と対話しながら、積極的・主体的に取り組みましょう。

◎ 学習計画

・スクーリング

「体づくり運動系」「球技系」「ダンス系」の中から各自で種目を選択し、授業をおこないます。

日曜スクーリング	前期で8回あります。講座(体育1～5)ごとに、授業時間が決まっています。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ソフトバレーボール、スポレック、ダンス、筋トレ、ピラティス、スラックライン、タグラグビー、フットサル、スポーツレクリエーション、ネオホッケー
水曜スクーリング	前期で2回あります。体育を受講していれば、誰でも出席することができます。出席した場合、自分が受講している講座の中から選択し、1時間分の出席とします。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ピラティス

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	6	17	水

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(前期1回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・レポート最終提出日 6/17(水) ※17時までに学校必着!!
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
前期	7月上旬頃～9月上旬 (前期レポートが完了後随時)	<体育理論> 3単元 01 生涯スポーツの見方・考え方 特設① スポーツ科学のすすめ 特設② スポーツにかかわる職業 <体育実技>卓球

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
知識・技能	・様々な運動の実践を通して、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。
思考・判断・表現	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力するとともに、健康・安全を確保している。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 体育ノートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全1回に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「体育4(後)」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
選択必履修	1	後期	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(学習書等)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
11 (含水3、ウォークラリー3)	5	後期 1回	後期 1回	

○「体育4(後)」の学習目標

- ・運動の実践を通して運動に親しみ、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し、運動に親しむための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

3単元 豊かなスポーツライフの設計

生涯にわたって健康で豊かな生活を送るために、ライフステージやライフスタイルに応じたスポーツライフの設計の仕方について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…(学習の態度・心構え)

- ・レポートでは、スポーツや健康を理論的にとらえるようにしましょう。
- ・スクーリングは、自分の体と対話しながら、積極的・主体的に取り組みましょう。

◎ 学習計画

・スクーリング

「体づくり運動系」「球技系」「ダンス系」の中から各自で種目を選択し、授業をおこないます。

日曜スクーリング	後期で5回あります。講座(体育1～5)ごとに、授業時間が決まっています。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ソフトバレーボール、スポレック、ダンス、筋トレ、ピラティス、スラックライン、タグラグビー、フットサル、スポーツレクリエーション、ネオホッケー
水曜スクーリング	後期で3回あります。体育を受講していれば、誰でも出席することができます。出席した場合、自分が受講している講座の中から選択し、1時間分の出席とします。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ダンス
ウォークラリー	学校周辺をウォーキングしながら課題をクリアしていく学校行事です。ウォークラリーに参加した場合、自分が受講している講座の中から選択し、3時間分の出席とします。 (11/8予定)

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	11	25	水

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(後期1回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・レポート最終提出日 後期 11/25(水) ※17時までに学校必着!!
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	<体育理論> 3単元 02 ライフスタイルに応じたスポーツ 特設④) 自分でスポーツライフを設計してみよう <体育実技> サッカー、アルティメット

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
知識・技能	・様々な運動の実践を通して、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。
思考・判断・表現	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力するとともに、健康・安全を確保している。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 体育ノートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全1回に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「体育5」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
選択必履修	1	後期	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(学習書等)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
12 (含水3、ウォークラリー3)	5	後期 1回	後期 1回	

○「体育5」の学習目標

- ・運動の実践を通して運動に親しみ、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
- ・生涯にわたって心身の健康を保持増進し、運動に親しむための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

3単元 豊かなスポーツライフの設計

生涯にわたって健康で豊かな生活を送るために、ライフステージやライフスタイルに応じたスポーツライフの設計の仕方について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…(学習の態度・心構え)

- ・レポートでは、スポーツや健康を理論的にとらえるようにしましょう。
- ・スクーリングは、自分の体と対話しながら、積極的・主体的に取り組みましょう。

◎ 学習計画

・スクーリング

「体づくり運動系」「球技系」「ダンス系」の中から各自で種目を選択し、授業をおこないます。

日曜スクーリング	後期で6回あります。講座(体育1～5)ごとに、授業時間が決まっています。 昨年度実施種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ソフトバレーボール、スポレック、ダンス、筋トレ、ピラティス、スラックライン、タグラグビー、フットサル、ネオホッケー
水曜スクーリング	後期で3回あります。体育を受講していれば、誰でも出席することができます。出席した場合、自分が受講している講座の中から選択し、1時間分の出席とします。 種目:バドミントン、ヨガ、卓球、ダンス、ピラティス
ウォークラリー	学校周辺をウォーキングしながら課題をクリアしていく学校行事です。ウォークラリーに参加した場合、自分が受講している講座の中から選択し、3時間分の出席とします。 (11/8予定)

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	11	25	水

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(後期1回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・レポート最終提出日 後期 11/25(水) ※17時までに学校必着!!
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	<体育理論> 3単元 03 スポーツを推進する取り組み 特設⑤) 諸外国のスポーツを推進する取り組みを調べてみよう <体育実技> ラグビー

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
知識・技能	・様々な運動の実践を通して、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。
思考・判断・表現	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。
主体的に学習に取り組む態度	・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力するとともに、健康・安全を確保している。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 体育ノートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全1回に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「保健(1)」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
必履修	1	後期	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(出版社)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
3(含水1)	1	後期1回	後期 3回	

○「保健(1)」の学習目標

- ・健康・安全について学び、知識や理解を深めることができるようにする。
- ・個人や社会での問題・課題について考え、解決していく力を育てる。
- ・日常生活に学びを生かし、生涯にわたって健康・安全な生活を営むための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

1 単元 現代社会と健康

生活習慣病、薬物乱用、精神疾患など、現代の健康問題や新しい健康の考え方について学習します。

2 単元 安全な社会生活

交通事故だけでなく、そのほかの事故、自然災害、犯罪への備えについて、応急手当に関する知識や技能について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…(学習の態度・心構え)

学習を進めていくにあたり、科学的根拠に基づきながら健康安全について考えてもらいたいと思います。ぜひ、自分ごととして健康安全について考え、学びましょう。学校で学ぶさまざまな教科とともに、保健体育を学んでよかったという思いをもって高校生活を終わられることを望んでいます。

◎ 学習計画

・スクーリング

2つの内容の中から各自で興味関心がある内容を選択し、スクーリングに参加します。

	校時	内容	レポートとの対応	内容	レポートとの対応
第1回 10/18(日)	5	生活習慣病、がん	第1回	精神疾患	第2回
第2回 11/29(日)	1	薬物乱用	第2回	感染症	第2回
第3回 1/13(水)	2	交通安全、応急手当、心肺蘇生	第3回		

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	10	29	木
2	11	25	水
3	12	23	水

※2回分以上のレポートをまとめて提出したり、レポートの合否を確認する前に次のレポートを出したりすることはできません。

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(後期3回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	1単元 現代社会と健康 2単元 安全な社会生活

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
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、技能を身に付けている。
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・判断している。
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に主体的に取り組もうとしている。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 ワークシートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全3回分に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。

令和8年度「保健(2)」シラバス

群馬県立前橋清陵高等学校 通信制

必履修・選択	単位数	期間	学科・コース等	学年
必履修	1	後期	普通科・衛生看護科	第1～4年次
教科書(出版社)		教材等(出版社)		
現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)		Active Sports 総合版(大修館書店)		
開講時間数	必要面接時間数	テスト回数	レポート提出回数	
3(含水1)	1	後期 1回	後期 3回	

○「保健(2)」の学習目標

- ・健康・安全について学び、知識や理解を深めることができるようにする。
- ・個人や社会での問題・課題について考え、解決していく力を育てる。
- ・日常生活に学びを生かし、生涯にわたって健康・安全な生活を営むための資質や能力を育てる。

○ 学習内容の概要

3単元 生涯を通じる健康

思春期から中高年期までに出会うさまざまな健康問題について学ぶとともに、労働と健康との関係や、働く人々の健康が保持されるしくみなどについて学習します。

4単元 健康を支える環境づくり

環境・食品と健康との関係を学ぶと同時に、社会全体の健康を高めるために、私たち1人ひとりが環境作りに積極的に参加する意義やその方法について学習します。

○ 保健体育科からのメッセージ…(学習の態度・心構え)

学習を進めていくにあたり、科学的根拠に基づきながら健康安全について考えてもらいたと思います。ぜひ、自分ごととして健康安全について考え、学びましょう。学校で学ぶさまざまな教科とともに、保健体育を学んでよかったという思いをもって高校生活を終わられることを望んでいます。

◎ 学習計画

・スクーリング

2つの内容の中から各自で興味関心がある内容を選択し、スクーリングに参加します。

	校時	内容	レポートとの対応	内容	レポートとの対応
第1回 10/18(日)	4	思春期と性	第1回	結婚生活、妊娠・出産	第1回
第2回 11/29(日)	2	環境と健康	第2回	食品衛生	第3回
第3回 1/13(水)	2	保健・医療サービス	第3回		

・レポート提出締切

回	月	日	曜日
1	10	29	木
2	11	25	水
3	12	23	水

※2回分以上のレポートをまとめて提出したり、レポートの可否を確認する前に次のレポートを出したりすることはできません。

○ レポートについて

- ・教科書と学習書の両方を参考にして、レポートを作成します。(後期3回)
- ・問題にすべて取り組んでおり、80点以上であれば合格とします。
- ・空欄があるなどの不備なもの、80点未満のものは再提出となります。
- ・インターネットを用いてレポートを完成させることもありますが、もし自宅等にインターネット環境がない場合は、体育の先生に相談に来てください。

・テスト

	期間	出題内容など
後期	11月下旬頃～2月上旬 (後期レポートが完了後随時)	3単元 生涯を通じる健康 4単元 健康を支える環境づくり

○ 評価について

(1) 評価の観点および内容(評価規準)

評価の観点および内容(評価規準)	
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、技能を身に付けている。
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・判断している。
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に主体的に取り組もうとしている。

(2) 評価方法と評定

(a) 評価方法

評価方法・観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的な態度	具体的な評価ポイント
スクーリング	○	○	◎	授業準備・取り組み状況 ワークシートの取り組み状況
レポート	○	◎	○	記述内容・取り組みの丁寧さ等
テスト	◎	◎	○	観点ごとの点数

(b) 評定

- ・スクーリング出席規定回数を満たし、レポート全3回分に合格し、テストを受けると評価対象になります。
- ・評価方法に則り、5段階で評価します。
- ・評定の「5」～「2」は単位の修得を示しています。「1」は履修認定のみです。