

令和8年度 東京都立砂川高等学校 通信教育実施計画

教科	保健体育	レポート通数	2		
科目	体育	必要面接指導時数／実施時数	10	対象	全生徒
単位数	2	試験	なし		

教科書	現代高等保健体育（大修館書店）
学習書等	現代高等保健体育学習書（NHK出版）
その他	なし

○教科（保健体育）の目標

知識及び技能	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、技能を身に着けるようにする。
思考力・判断力・表現力等	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・判断し、他者に伝える力を養う。
学びに向かう力、人間性等	生涯にわたって継続して運動に親しみ、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。

○科目（体育）の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
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。	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。	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。

○ 評価の方法

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
添削課題の取組、提出物	添削課題の取組、提出物	添削課題の取組、面接指導時の課題

※ 単位の修得は、定められた通数のレポートに合格し、必要面接指導時数を満たし、学期末の定期試験を受験した上で、各観点の目標の達成状況が十分と判断されれば認められる。各観点の達成状況は上記の評価に基づいて評価する。

○年間指導計画

月	単元	単元の具体的な指導目標	教科書・学習書 該当ページ	添削 課題	提出 期限	面接指導	メディア利用 (NHK高校講座)
4	スポーツの変遷とスポーツ文化	【知識及び技能】 ・スポーツは、人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきたこと、近代になって、スポーツは娯楽から競技に変化し、一般の人びとに広がっていったこと、現代では、競技だけでなく、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきており、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・近年では、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している 【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 3 6～1 4 3	第1回	5/27	4/25	第6回 スポーツの変遷とスポーツ文化

5	オリンピックとパラリンピックの意義	【知識及び技能】 ・現代のスポーツは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・オリンピックムーブメントは、オリンピック競技大会を通じて、人々の友好を深め世界の平和に貢献しようとするものであること、パラリンピック等の国際大会が、障害の有無等を超えてスポーツを楽しむことができる共生社会の実現に寄与していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している 【学びに向かう力、人間性等】 健康に関する環境づくりと社会参加について、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	P 1 4 4 ～ 1 4 7	第 1 回	5/27	5/2	第 7 回 オリンピックとパラリンピックの意義
5	スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ	【知識及び技能】 ・現代のスポーツの経済的効果には、スポーツの実施による直接的な効果のみならず、広範な業種から構成されるスポーツ産業による効果、スポーツイベント等による波及的な経済的効果があり、経済活動に大きな影響を及ぼしていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・競技会での勝利が個人や国家等に多大な利益をもたらすようになるとドーピング（禁止薬物使用等）が社会問題として取り上げられるようになったこと、ドーピングは不当に勝利を得ようとするフェアプレイの精神に反する不正な行為であり、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせる行為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 ・スポーツの経済的波及効果が高まることに伴って、スポーツの価値をおとしめる可能性が生じることから、スポーツに関わる全ての人々に、スポーツの価値を一層高める関わり方が求められていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・スポーツの経済的効果と高潔さやスポーツが環境や社会へもたらす影響について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 健康に関する環境づくりと社会参加について、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	P 1 4 8 ～ 1 5 3	第 1 回	5/27	5/9	第 8 回 スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ
5	スポーツにおける技能と体力	【知識及び技能】 ・運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・運動やスポーツの技能を発揮する際には、個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 5 8 ～ 1 5 9	第 1 回	5/27	5/16	第 1 3 回 スポーツにおける技能と体力

5	スポーツにおける技術と戦術	【知識及び技能】 ・個々の運動やスポーツを特徴付けている技術は、練習を通して身に付けられた合理的な動き方としての技能という状態で発揮されること、技能には、クローズドスキル型とオープンスキル型の技能があること、オープンスキル型の技能は、対人的な競技などで絶えず変化する状況の下で多く発揮されること、クローズドスキル型の技能は、個人的な競技などで状況の変化が少ないところで多く発揮されること、その型の違いによって学習の仕方が異なることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・スポーツの技術や戦術、ルールは、用具や用品、施設などの改良によって変わり続けていること、特に現代では、テレビやインターネットなどのメディアの発達などによっても影響を受けていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 6 0 ～ 1 6 3	第 1 回	5/27	5/30	第 1 4 回 スポーツにおける技術と戦術
6	技能の上達過程と効果的な動きのメカニズム	【知識及び技能】 ・運動やスポーツの技能の上達過程を試行錯誤の段階、意図的な調整の段階及び自動化の段階の三つに分ける考え方があること、また、これらの段階に応じて、効果的に上達を図るためには、良い動きを参考として自己の課題を設定すること、課題解決のための自己に適した練習方法を選択すること、自己観察や他者観察を通して課題を発見し解決すること、上達に応じて次の課題を設定することといった取り組み方が運動の継続に有効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 ・技能の獲得には、一定の期間がかかることを踏まえ、解決すべき課題を意識した上で、繰り返し取り組むことが安定した技能の定着につながるについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 6 4 ～ 1 7 1	第 1 回	5/27	6/6	第 2 0 回 技能の上達過程と効果的な動きのメカニズム

6	体力トレーニングと運動やスポーツにおける安全の確保	【知識及び技能】 ・運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・運動やスポーツの技能を発揮する際には、個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 7 2 ～ 1 8 0	第 2 回	6/24	6/13	第 2 1 回 体力トレーニングと運動やスポーツにおける安全の確保
6	生涯スポーツの見方・考え方やライフスタイルに応じたスポーツ	【知識及び技能】 ・スポーツには、乳・幼児期から高齢期に至るライフステージごとに、体格や体力の変化などに見られる身体的特徴、精神的ストレスの変化などに見られる心理的特徴、人間関係や所属集団の変化などに見られる社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・各ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方は、個人のスポーツ経験や学習によって育まれたスポーツに対する欲求や考え方、健康や体力を求める必要性や個人の健康目標などによっても変化するもの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 ・生涯にわたって「する、みる、支える、知る」などのスポーツを多様に継続するためには、ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方を見付けることに加え、それぞれの生き方や暮らし方といったライフスタイルに応じた無理のないスポーツへの関わり方が大切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 ・ライフステージやライフスタイルによっては、仕事の種類や暮らし方によって運動に関わる機会が減少することもあるため、仕事と生活の調和を図ること、運動の機会を生み出す工夫をすること、多様な関わり方を実現するための具体的な設計の仕方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 8 2 ～ 1 8 9	第 2 回	6/24	6/20	第 2 7 回 生涯スポーツの見方・考え方やライフスタイルに応じたスポーツ

6	スポーツを推進する取り組み	【知識及び技能】 ・国や地方自治体は、スポーツの推進のために様々な施策を行っており、人や財源、施設や用具、情報などを人々に提供するなどの条件整備を行っていること、また、スポーツの推進を支援するために、企業や競技者の社会貢献、スポーツボランティアや非営利組織（NPO 等）などが見られるようになっていくことについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 9 0 ～ 1 9 3	第 2 回	6/24	6/27	第 2 8 回 スポーツを推進する取り組み
7	スポーツと環境	【知識及び技能】 ・スポーツに関わる人々の増加は、例えば、地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようになっていくことについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・スポーツを行う際には、提供者、利用者の双方が持続可能な社会の実現や共生社会の実現を視野に入れた取組が求められることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している ・スポーツの経済的効果と高潔さやスポーツが環境や社会へもたらす影響について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 5 4 ～ 1 5 6	第 2 回	6/24	7/4	第 2 9 回 スポーツと環境
7	豊かなスポーツライフの創造	【知識及び技能】 ・スポーツを、人生に潤いをもたらす貴重な文化的財産として未来に継承するためには、スポーツには健康で生き生きとした生活をもたらしたり、様々な人々とつながったりするなどの可能性がある反面、過度な運動による健康への悪影響や勝利を優先する余り人間関係を悪化させるなどの問題点があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・人生に潤いをもたらす適切な関わり方を継続するためには、「する」だけでなく、豊かなスポーツライフを実現するための「みる」、「支える」、「知る」などの卒業後のスポーツへの多様な関わり方を構想したり、設計したりすることが重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 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 9 4 ～ 1 9 5	第 2 回	6/24	7/11	第 3 8 回 豊かなスポーツライフの創造

7	豊かなスポーツ ライフの設計	【知識及び技能】 ・スポーツを，人生に潤いをもたらす貴重な文化的財産として未来に継承するためには，スポーツには健康で生き生きとした生活をもたらしたり，様々な人々とつながったりするなどの可能性がある反面，過度な運動による健康への悪影響や勝利を優先する余り人間関係を悪化させるなどの問題点があることについて，理解したことを言ったり書いたりしている ・人生に潤いをもたらす適切な関わり方を継続するためには，「する」だけでなく，豊かなスポーツライフを実現するための「みる」，「支える」，「知る」などの卒業後のスポーツへの多様な関わり方を構想したり，設計したりすることが重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 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について，自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し，自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について，これまで学習したことを基に，将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている	P 1 9 4 ～ 1 9 5	第 2 回	6/24	7/18	体育実技 豊かなスポーツライフの設計
---	-------------------	---	-----------------	-------	------	------	-----------------------

令和8年度 東京都立砂川高等学校 通信教育実施計画

教科	保健体育	レポート通数	2		
科目	体育	必要面接指導時数／実施時数	10	対象	全生徒
単位数	2	試験	なし		

教科書	現代高等保健体育（大修館書店）
学習書等	現代高等保健体育学習書（NHK出版）
その他	なし

○教科（保健体育）の目標

知識及び技能	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、技能を身に着けるようにする。
思考力・判断力・表現力等	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・判断し、他者に伝える力を養う。
学びに向かう力、人間性等	生涯にわたって継続して運動に親しみ、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。

○科目（体育）の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
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。	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。	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。

○評価の方法

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
添削課題の取組、提出物	添削課題の取組、提出物	添削課題の取組、面接指導時の課題

※ 単位の修得は、定められた通数のレポートに合格し、必要面接指導時数を満たし、学期末の定期試験を受験した上で、各観点の目標の達成状況が十分と判断されれば認められる。各観点の達成状況は上記の評価に基づいて評価する。

○年間指導計画

月	単元	単元の具体的な指導目標	教科書・学習書 該当ページ	添削 課題	提出 期限	面接指導	メディア利用 (NHK高校講座)
4	スポーツの変遷とスポーツ文化	【知識及び技能】 ・スポーツは、人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきたこと、近代になって、スポーツは娯楽から競技に変化し、一般の人びとに広がっていったこと、現代では、競技だけでなく、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきており、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・近年では、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している 【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 3 6 ～ 1 4 3	第 1 回	10/28	10/3	第 6 回 スポーツの変遷とスポーツ文化

5	オリンピックとパラリンピックの意義	【知識及び技能】 ・現代のスポーツは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・オリンピックムーブメントは、オリンピック競技大会を通じて、人々の友好を深め世界の平和に貢献しようとするものであること、パラリンピック等の国際大会が、障害の有無等を超えてスポーツを楽しむことができる共生社会の実現に寄与していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している 【学びに向かう力、人間性等】 健康に関する環境づくりと社会参加について、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	P 1 4 4 ～ 1 4 7	第 1 回	10/28	10/10	第 7 回 オリンピックとパラリンピックの意義
5	スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ	【知識及び技能】 ・現代のスポーツの経済的効果には、スポーツの実施による直接的な効果のみならず、広範な業種から構成されるスポーツ産業による効果、スポーツイベント等による波及的な経済的効果があり、経済活動に大きな影響を及ぼしていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・競技会での勝利が個人や国家等に多大な利益をもたらすようになるとドーピング（禁止薬物使用等）が社会問題として取り上げられるようになったこと、ドーピングは不当に勝利を得ようとするフェアプレイの精神に反する不正な行為であり、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせる行為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 ・スポーツの経済的波及効果が高まることに伴って、スポーツの価値をおとしめる可能性が生じることから、スポーツに関わる全ての人々に、スポーツの価値を一層高める関わり方が求められていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・スポーツの経済的効果と高潔さやスポーツが環境や社会へもたらす影響について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 健康に関する環境づくりと社会参加について、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	P 1 4 8 ～ 1 5 3	第 1 回	10/28	10/17	第 8 回 スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ
5	スポーツにおける技能と体力	【知識及び技能】 ・運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・運動やスポーツの技能を発揮する際には、個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 5 8 ～ 1 5 9	第 1 回	10/28	10/24	第 1 3 回 スポーツにおける技能と体力

5	スポーツにおける技術と戦術	【知識及び技能】 ・個々の運動やスポーツを特徴付けている技術は、練習を通して身に付けられた合理的な動き方としての技能という状態で発揮されること、技能には、クローズドスキル型とオープンスキル型の技能があること、オープンスキル型の技能は、対人的な競技などで絶えず変化する状況の下で多く発揮されること、クローズドスキル型の技能は、個人的な競技などで状況の変化が少ないところで多く発揮されること、その型の違いによって学習の仕方が異なることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・スポーツの技術や戦術、ルールは、用具や用品、施設などの改良によって変わり続けていること、特に現代では、テレビやインターネットなどのメディアの発達などによっても影響を受けていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 6 0 ～ 1 6 3	第 1 回	10/28	10/31	第 1 4 回 スポーツにおける技術と戦術
6	技能の上達過程と効果的な動きのメカニズム	【知識及び技能】 ・運動やスポーツの技能の上達過程を試行錯誤の段階、意図的な調整の段階及び自動化の段階の三つに分ける考え方がること、また、これらの段階に応じて、効果的に上達を図るためには、良い動きを参考として自己の課題を設定すること、課題解決のための自己に適した練習方法を選択すること、自己観察や他者観察を通して課題を発見し解決すること、上達に応じて次の課題を設定することといった取り組み方が運動の継続に有効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 ・技能の獲得には、一定の期間がかかることを踏まえ、解決すべき課題を意識した上で、繰り返し取り組むことが安定した技能の定着につながるについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 6 4 ～ 1 7 1	第 1 回	10/28	11/7	第 2 0 回 技能の上達過程と効果的な動きのメカニズム

6	体力トレーニングと運動やスポーツにおける安全の確保	【知識及び技能】 ・運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・運動やスポーツの技能を発揮する際には、個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 7 2 ～ 1 8 0	第 2 回	11/25	11/14	第 2 1 回 体力トレーニングと運動やスポーツにおける安全の確保
6	生涯スポーツの見方・考え方やライフスタイルに応じたスポーツ	【知識及び技能】 ・スポーツには、乳・幼児期から高齢期に至るライフステージごとに、体格や体力の変化などに見られる身体的特徴、精神的ストレスの変化などに見られる心理的特徴、人間関係や所属集団の変化などに見られる社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・各ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方は、個人のスポーツ経験や学習によって育まれたスポーツに対する欲求や考え方、健康や体力を求める必要性や個人の健康目標などによっても変化するもの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 ・生涯にわたって「する、みる、支える、知る」などのスポーツを多様に継続するためには、ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方を見付けることに加え、それぞれの生き方や暮らし方といったライフスタイルに応じた無理のないスポーツへの関わり方が大切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 ・ライフステージやライフスタイルによっては、仕事の種類や暮らし方によって運動に関わる機会が減少することもあるため、仕事と生活の調和を図ること、運動の機会を生み出す工夫をすること、多様な関わり方を実現するための具体的な設計の仕方があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 8 2 ～ 1 8 9	第 2 回	11/25	11/21	第 2 7 回 生涯スポーツの見方・考え方やライフスタイルに応じたスポーツ

6	スポーツを推進する取り組み	【知識及び技能】 ・国や地方自治体は、スポーツの推進のために様々な施策を行っており、人や財源、施設や用具、情報などを人々に提供するなどの条件整備を行っていること、また、スポーツの推進を支援するために、企業や競技者の社会貢献、スポーツボランティアや非営利組織（NPO 等）などが見られるようになっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 9 0 ～ 1 9 3	第 2 回	11/25	11/28	第 2 8 回 スポーツを推進する取り組み
7	スポーツと環境	【知識及び技能】 ・スポーツに関わる人々の増加は、例えば、地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようになっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・スポーツを行う際には、提供者、利用者の双方が持続可能な社会の実現や共生社会の実現を視野に入れた取組が求められることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している ・スポーツの経済的効果と高潔さやスポーツが環境や社会へもたらす影響について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 5 4 ～ 1 5 6	第 2 回	11/25	12/5	第 2 9 回 スポーツと環境
7	豊かなスポーツライフの創造	【知識及び技能】 ・スポーツを、人生に潤いをもたらす貴重な文化的財産として未来に継承するためには、スポーツには健康で生き生きとした生活をもたらしたり、様々な人々とつながったりするなどの可能性がある反面、過度な運動による健康への悪影響や勝利を優先する余り人間関係を悪化させるなどの問題点があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・人生に潤いをもたらす適切な関わり方を継続するためには、「する」だけでなく、豊かなスポーツライフを実現するための「みる」、「支える」、「知る」などの卒業後のスポーツへの多様な関わり方を構想したり、設計したりすることが重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 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている	P 1 9 4 ～ 1 9 5	第 2 回	11/25	12/12	第 3 8 回 豊かなスポーツライフの創造

7	豊かなスポーツ ライフの設計	【知識及び技能】 ・スポーツを，人生に潤いをもたらす貴重な文化的財産として未来に継承するためには，スポーツには健康で生き生きとした生活をもたらしたり，様々な人々とつながったりするなどの可能性がある反面，過度な運動による健康への悪影響や勝利を優先する余り人間関係を悪化させるなどの問題点があることについて，理解したことを言ったり書いたりしている ・人生に潤いをもたらす適切な関わり方を継続するためには，「する」だけでなく，豊かなスポーツライフを実現するための「みる」，「支える」，「知る」などの卒業後のスポーツへの多様な関わり方を構想したり，設計したりすることが重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 【思考力・判断力・表現力等】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について，自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し，自己や社会についての課題を発見している ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について，これまで学習したことを基に，将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている 【学びに向かう力、人間性等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている	P 1 9 4 ～ 1 9 5	第 2 回	11/25	12/19	体育実技 豊かなスポーツライフの設計
---	-------------------	---	-----------------	-------	-------	-------	-----------------------

令和 8 年度 東京都立砂川高等学校 通信教育実施計画

教 科	保健体育	レポート通数	6		
科 目	保健	必要面接指導時数／実施時数	2	対 象	全生徒
単位数	2	試験	1 回		

教科書	現代高等保健体育（大修館書店）
学習書等	現代高等保健体育学習書（NHK出版）
その他	なし

○教科（ 保健体育 ） の目標

知識及び技能	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、技能を身に着けるようにする。
思考力・判断力・表現力等	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・判断し、他者に伝える力を養う。
学びに向かう力、人間性等	生涯にわたって継続して運動に親しみ、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。

○科目（ 保健 ） の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
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、技能を身に着けるようにする。	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。	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。

○ 評価の方法

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
添削課題の取組、定期試験	添削課題の取組、定期試験	添削課題の取組、面接指導時の課題

※ 単位の修得は、定められた通数のレポートに合格し、必要面接指導時数を満たし、学期末の定期試験を受験した上で、各観点の目標の達成状況が十分と判断されれば認められる。各観点の達成状況は上記の評価に基づいて評価する。

○年間指導計画

月	単元	単元の具体的な指導目標	教科書・学習書 該当ページ	添削 課題	提出 期限	面接指導	メディア利用 (NHK高校講座)
4	健康のすがた	【知識及び技能】 ・健康指標や疾病構造の変化を通して国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康水準、及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む社会の状況が関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・免疫、遺伝、生活行動などの主体要因と、自然、経済、文化、保健・医療サービスなどの環境要因が互いに影響し合いながら健康の成立に関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・健康の考え方について、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 ・国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している ・健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 健康の考え方について、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	P 6 ～ 1 1	第 1 回	5/13	4/25	第 1 回 健康の考え方と成り立ち 第 2 回 私たちの健康のすがた

5	生活習慣病	【知識及び技能】 ・脳血管疾患，虚血性心疾患，高血圧症，脂質異常症，糖尿病などを適宜取り上げ，これらの生活習慣病など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が続けることが必要であること，定期的な健康診断を受診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 ・生活習慣病などの予防と回復には，個人の取組とともに，健康診断の普及，正しい情報の発信など社会的な対策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 【思考力・判断力・表現力等】 ・生活習慣病などの予防と回復について，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 ・生活習慣病などの予防と回復について，習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し，リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している ・生活習慣病などの予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 生活習慣病とその予防について，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	P 1 2 ～ 1 3 2 0 ～ 3 5	第 2 回	5/20	5/2	第 3 回 生活習慣病とその予防
5	がん	【知識及び技能】 ・がん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が続けることが必要であること，定期的な健康診断やがん検診などを受診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 ・がんは，肺がん，大腸がん，胃がんなど様々な種類があり，生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて，理解したことを言ったり書いたりしている ・がんの予防と回復には，個人の取組とともに，健康診断やがん検診の普及，正しい情報の発信など社会的な対策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 【思考力・判断力・表現力等】 ・がんの予防と回復について，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 ・がんの予防と回復について，習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し，リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している ・がんの予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 がんとその予防について，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	P 1 4 ～ 1 9	第 2 回	5/20	5/9	第 4 回 がんの原因と予防 第 5 回 がんの治療と回復

5	感染症	【知識及び技能】 ・時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られること、交通網の発達により短時間で広がりやすくなっていること、新たな病原体の出現、感染症に対する社会の意識の変化等によって、新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・感染症のリスクを軽減し予防するには、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、エイズ及び性感染症についても、その原因、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、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・現代の感染症とその予防について、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 ・感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している ・現代の感染症とその予防について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 現代の感染症とその予防について、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	P 4 4～5 1	第3回	6/3	5/16	第18回 現代の感染症とその予防 第19回 性感染症・エイズとその予防
5	精神疾患	【知識及び技能】 ・精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態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 ・精神疾患は、誰もが罹患しうること、若年で発症する疾患が多いこと、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能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 ・精神疾患の予防と回復には、身体健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重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 ・心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・人々が精神疾患について正しく理解するとともに、専門家への相談や早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・精神疾患の予防と回復について、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 ・精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理している ・精神疾患の予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 精神疾患の予防とその回復について、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	P 3 6～4 3	第3回	6/3	5/30	第15回 精神疾患の特徴 第16回 精神疾患予防と回復

6	安全な社会形成	【知識及び技能】 ・事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携など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 ・交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備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 【思考力・判断力・表現力等】 ・安全な社会づくりについて、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 ・安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用している ・交通安全について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会づくりについて、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	P 6 0 ～ 6 7	第 3 回	6/3	6/6	第 2 2 回 事故の現状と発生要因 第 2 3 回 安全な社会の形成
6	応急手当と心肺蘇生法	【知識及び技能】 ・適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには、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 ・日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを、実習を通して理解し、応急手当ができるようにする ・心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、AED などを用いて心肺蘇生法ができる 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用している ・応急手当について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 6 8 ～ 7 4	第 4 回	6/17	6/13	第 2 5 回 応急手当の意義と日常的な応急手当 第 2 6 回 心肺蘇生法

6	思春期と健康	【知識及び技能】 ・思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・思春期の心身の変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること、及び性に関する情報等への適切な対処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 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関わる情報を適切に整理している ・生涯の各段階における健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 7 6 ～ 9 1	第 4 回	6/17	6/20	第 3 0 回 思春期における健康課題と性行動の選択 第 3 1 回 妊娠・出産と家族計画
6	労働と健康	【知識及び技能】 ・労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変化してきたことについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理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 【思考力・判断力・表現力等】 ・労働と健康について、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 ・働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に応用している。 ・労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理している ・労働と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 労働と健康について、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	P 9 2 ～ 9 8	第 4 回	6/17	6/27	第 3 4 回 働くことと健康

7	環境と健康	【知識及び技能】 ・人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・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、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康への影響や被害を防止するために環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用している ・環境と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 1 0 0 ～ 1 0 9	第 5 回	7/1	7/4	第 3 5 回 大気・水質・土壌汚染と健康
7	食品と健康	【知識及び技能】 ・人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重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 ・食品の安全性を確保するために、食品衛生法などの法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや、食品の製造・加工・保存・流通など、各段階での適切な管理が重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 ・食品衛生に関わる健康被害の防止と健康の保持増進には、適切に情報を公開、活用するなど行政・生産者・製造者・消費者などが互いに関係を保ちながら、それぞれの役割を果たすことが重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 【思考力・判断力・表現力等】 ・食品と健康について、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 ・食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている ・食品と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 食品と健康について、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	P 1 1 0 ～ 1 1 5	第 5 回	7/1	7/11	第 3 7 回 食品の安全性と食品衛生活動

7	保健・医療サービス 医薬品	【知識及び技能】 ・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、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなど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 ・医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・疾病からの回復や悪化の防止には、個々の医薬品の特性を理解した上で、使用法に関する注意を守り、正しく使う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 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・医薬品の制度とその活用について、医薬品には承認制度があり、販売に規制が設けられていることと関連付けながら、生活の質の向上のために利用の仕方を整理している ・保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 1 1 6 ～ 1 2 3	第 6 回	7/15	7/18	第 3 9 回 保健サービスとその活用 第 4 0 回 医療サービスとその活用
---	------------------	---	-----------------	-------	------	------	--

令和８年度 東京都立砂川高等学校 通信教育実施計画

教 科	保健体育	レポート通数	6		
科 目	保健	必要面接指導時数／実施時数	2	対 象	全生徒
単位数	2	試験	1 回		

教科書	現代高等保健体育（大修館書店）
学習書等	現代高等保健体育学習書（NHK出版）
その他	なし

○教科（ 保健体育 ） の目標

知識及び技能	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、技能を身に着けるようにする。
思考力・判断力・表現力等	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・判断し、他者に伝える力を養う。
学びに向かう力、人間性等	生涯にわたって継続して運動に親しみ、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。

○科目（ 保健 ）の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
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、技能を身に着けるようにする。	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。	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。

○ 評価の方法

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
添削課題の取組、定期試験	添削課題の取組、定期試験	添削課題の取組、面接指導時の課題

※ 単位の修得は、定められた通数のレポートに合格し、必要面接指導時数を満たし、学期末の定期試験を受験した上で、各観点の目標の達成状況が十分と判断されれば認められる。各観点の達成状況は上記の評価に基づいて評価する。

○年間指導計画

月	単元	単元の具体的な指導目標	教科書・学習書 該当ページ	添削 課題	提出 期限	面接指導	メディア利用 (NHK高校講座)
1 0	健康のすがた	【知識及び技能】 ・健康指標や疾病構造の変化を通して国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康水準、及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む社会の状況が関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・免疫、遺伝、生活行動などの主体要因と、自然、経済、文化、保健・医療サービスなどの環境要因が互いに影響し合いながら健康の成立に関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・健康の考え方について、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 ・国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している ・健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 健康の考え方について、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	P 6 ～ 1 1	第 1 回	10/7	10/3	第 1 回 健康の考え方と成り立ち 第 2 回 私たちの健康のすがた

10	生活習慣病	【知識及び技能】 ・脳血管疾患，虚血性心疾患，高血圧症，脂質異常症，糖尿病などを適宜取り上げ，これらの生活習慣病など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が続けることが必要であること，定期的な健康診断を受診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 ・生活習慣病などの予防と回復には，個人の取組とともに，健康診断の普及，正しい情報の発信など社会的な対策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 【思考力・判断力・表現力等】 ・生活習慣病などの予防と回復について，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 ・生活習慣病などの予防と回復について，習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し，リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している ・生活習慣病などの予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 生活習慣病とその予防について，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	P 1 2～1 3 2 0～3 5	第 2 回	10/21	10/10	第 3 回 生活習慣病とその予防
10	がん	【知識及び技能】 ・がん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が続けることが必要であること，定期的な健康診断やがん検診などを受診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 ・がんは，肺がん，大腸がん，胃がんなど様々な種類があり，生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて，理解したことを言ったり書いたりしている ・がんの予防と回復には，個人の取組とともに，健康診断やがん検診の普及，正しい情報の発信など社会的な対策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 【思考力・判断力・表現力等】 ・がんの予防と回復について，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 ・がんの予防と回復について，習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し，リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している ・がんの予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 がんとその予防について，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	P 1 4～1 9	第 2 回	10/21	10/17	第 4 回 がんの原因と予防 第 5 回 がんの治療と回復

10	感染症	【知識及び技能】 ・時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られること、交通網の発達により短時間で広がりやすくなっていること、新たな病原体の出現、感染症に対する社会の意識の変化等によって、新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・感染症のリスクを軽減し予防するには、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、エイズ及び性感染症についても、その原因、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、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・現代の感染症とその予防について、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 ・感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している ・現代の感染症とその予防について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 現代の感染症とその予防について、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	P 4 4～5 1	第 3 回	11/4	10/24	第 1 8 回 現代の感染症とその予防 第 1 9 回 性感染症・エイズとその予防
10	精神疾患	【知識及び技能】 ・精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態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 ・精神疾患は、誰もが罹患しうること、若年で発症する疾患が多いこと、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能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 ・精神疾患の予防と回復には、身体健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重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 ・心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・人々が精神疾患について正しく理解するとともに、専門家への相談や早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・精神疾患の予防と回復について、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 ・精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理している ・精神疾患の予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 精神疾患の予防とその回復について、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	P 3 6～4 3	第 3 回	11/4	10/31	第 1 5 回 精神疾患の特徴 第 1 6 回 精神疾患予防と回復

1 1	安全な社会形成	【知識及び技能】 ・事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携など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 ・交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備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 【思考力・判断力・表現力等】 ・安全な社会づくりについて、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 ・安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用している ・交通安全について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会づくりについて、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	P 6 0 ～ 6 7	第 3 回	11/4	11/7	第 2 2 回 事故の現状と発生要因 第 2 3 回 安全な社会の形成
1 1	応急手当と心肺蘇生法	【知識及び技能】 ・適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには、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 ・日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを、実習を通して理解し、応急手当ができるようにする ・心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、AED などを用いて心肺蘇生法ができる 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用している ・応急手当について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 6 8 ～ 7 4	第 4 回	11/18	11/14	第 2 5 回 応急手当の意義と日常的な応急手当 第 2 6 回 心肺蘇生法

1 1	思春期と健康	【知識及び技能】 ・思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・思春期の心身の変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること、及び性に関する情報等への適切な対処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 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関わる情報を適切に整理している ・生涯の各段階における健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 7 6 ～ 9 1	第 4 回	11/18	11/21	第 3 0 回 思春期における健康課題と性行動の選択 第 3 1 回 妊娠・出産と家族計画
1 1	労働と健康	【知識及び技能】 ・労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量に変化してきたことについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理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 【思考力・判断力・表現力等】 ・労働と健康について、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 ・働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に応用している。 ・労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理している ・労働と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 労働と健康について、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	P 9 2 ～ 9 8	第 4 回	11/18	11/28	第 3 4 回 働くことと健康

1 2	環境と健康	【知識及び技能】 ・人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・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、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康への影響や被害を防止するために環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用している ・環境と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 1 0 0 ～ 1 0 9	第 5 回	12/2	12/5	第 3 5 回 大気・水質・土壌汚染と健康
1 2	食品と健康	【知識及び技能】 ・人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重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 ・食品の安全性を確保するために、食品衛生法などの法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや、食品の製造・加工・保存・流通など、各段階での適切な管理が重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 ・食品衛生に関わる健康被害の防止と健康の保持増進には、適切に情報を公開、活用するなど行政・生産者・製造者・消費者などが互いに関係を保ちながら、それぞれの役割を果たすことが重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 【思考力・判断力・表現力等】 ・食品と健康について、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 ・食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている ・食品と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 食品と健康について、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	P 1 1 0 ～ 1 1 5	第 5 回	12/2	12/12	第 3 7 回 食品の安全性と食品衛生活動

1 2	保健・医療サービス 医薬品	【知識及び技能】 ・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、理解したことを言ったり書いたりしている ・健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなど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 ・医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている ・疾病からの回復や悪化の防止には、個々の医薬品の特性を理解した上で、使用法に関する注意を守り、正しく使う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 【思考力・判断力・表現力等】 ・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 ・医薬品の制度とその活用について、医薬品には承認制度があり、販売に規制が設けられていることと関連付けながら、生活の質の向上のために利用の仕方を整理している ・保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している 【学びに向かう力、人間性等】 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	P 1 1 6 ～ 1 2 3	第 6 回	12/16	12/19	第 3 9 回 保健サービスとその活用 第 4 0 回 医療サービスとその活用
--------	------------------	---	-----------------	-------	-------	-------	--