

令和7年度 通信教育実施計画

教科・科目担当:岡井幸紀・清水ひなた

1	教科	保健体育	2 単位数	2		3 教科書 教材			現代高等保健体育	
	科目	体育(1 年)								
4 添削課題 レポート		2回	5 スクーリング	必要回数	実時間数				6 視聴学習レ ポート	6回
				10	前期	5	後 期	5		
7 成績の基準		(1)学習課題 添削課題レポート 40%								
		(2)スクーリング出席・視聴学習レポート・ワーク 20%								
		(3)考査(前期・後期) 40%								

8 添削課題レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	人間にとって動くとは何か	7	
2	世界の民族スポーツ	8	
3		9	
4		10	
5		11	
6		12	

9 スクーリング

回	テーマ	回	テーマ
1	身体作り運動	7	ソフトボール
2	集中カトレニング	8	卓球
3	バドミントン	9	バドミントン
4	卓球・なわとび	10	バレーボール
5	卓球・トレーニング	11	
6	ドッチボール	12	

10 視聴学習レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	がんの原因と予防	5	スポーツにおける技術と戦術
2	スポーツの変遷とスポーツ文化	6	現代の感染症とその予防
3	オリンピックとパラリンピックの意義	7	
4	喫煙、飲酒と健康	8	

令和7年度 通信教育実施計画

教科・科目担当:岡井幸紀・清水ひなた

1	教科	保健体育	2 単位数	2		3 教科書 教材			現代高等保健体育	
	科目	体育(2 年)								
4 添削課題 レポート		2回	5 スクーリング	規定回数	実時間数				6 視聴学習レ ポート	9 回
				15	前期	5	後期	5		
7 成績の基準		(1)学習課題 添削課題レポート 40%								
		(2)スクーリング出席・視聴学習レポート・ワーク 20%								
		(3)考査(前期・後期) 40%								

8 添削課題レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	スポーツの技術と戦術	7	
2	効果的な動きのメカニズム	8	
3		9	
4		10	
5		11	
6		12	

9 スクーリング

回	テーマ	回	テーマ
1	身体作り運動	7	ソフトボール
2	集中カトレニング	8	卓球
3	バドミントン	9	バドミントン
4	卓球・なわとび	10	バレーボール
5	卓球・トレーニング	11	
6	ドッチボール	12	

10 視聴学習レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ	6	中高年期と健康
2	食事と健康	7	環境衛生活動と環境と健康にかかわる対策
3	精神疾患予防と回復	8	豊かなスポーツライフの創造
4	性感染症・エイズとその予防	9	様々な保健活動や社会的対策
5	事故の現状と発生要因		

令和7年度 通信教育実施計画

教科・科目担当:岡井幸紀・清水ひなた

1	教科	保健体育	2 単位数	3		3 教科書 教材		現代高等保健体育	
	科目	体育(3年)							
4 添削課題 レポート		3 回	5 スクーリング	必要回数	実時間数			6 視聴学習レ ポート	6 回
				15	前期	5	後期		
7 成績の基準		(1)学習課題 添削課題レポート 40%							
		(2)スクーリング出席・視聴学習レポート・ワーク 20%							
		(3)考査(前期・後期) 40%							

8 添削課題レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	技能と体力・体カトレーニング	7	
2	生涯スポーツの見方・考え方	8	
3	ライフスタイルに応じたスポーツ	9	
4		10	
5		11	
6		12	

9 スクーリング

回	テーマ	回	テーマ
1	身体作り運動	7	ソフトボール
2	集中カトレーニング	8	卓球
3	バドミントン	9	バドミントン
4	卓球・なわとび	10	バレーボール
5	卓球・トレーニング	11	
6	ドッチボール	12	

10 視聴学習レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	健康の考え方と成り立ち	6	薬物乱用と健康
2	私たちの健康のすがた		
3	生活習慣病とその予防		
4	がんの治療と回復		
5	運動、休養、睡眠と健康		

令和7年度 通信教育実施計画

教科・科目担当:岡井幸紀

1	教科	保健体育	2 単位数	1		3 教科書 教材			現代高等保健体育 図説高等保健体育	
	科目	1年 保健								
4 添削課題 レポート		3回	5 スクーリング	必要回数	実時間数				6 視聴学習レ ポート	0回
				1	前期	2	後 期	2		
7 成績の基準		(1)学習課題 添削課題レポート 40% (2)スクーリング出席・視聴学習レポート・ワーク 20% (3)考査(前期・後期) 40%								

8 添削課題レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	現代の健康のすがたや考え方を学ぶ	7	
2	生活習慣病の予防について学ぶ	8	
3	心の健康について学ぶ	9	
4		10	
5		11	
6		12	

9 スクーリング

回	テーマ	回	テーマ
1	現代社会と健康について学ぶ	7	
2		8	
3		9	
4		10	
5		11	
6		12	

10 視聴学習レポート

回	テーマ	回	テーマ
1		5	
2		6	
3		7	
4		8	

令和7年度 通信教育実施計画

教科・科目担当:岡井幸紀

1	教科	保健体育	2 単位数	1		3 教科書 教材		現代高等保健体育 図説高等保健体育	
	科目	2年 保健							
4 添削課題 レポート		3回	5 スクーリング	必要回数	実時間数			6 視聴学習レ ポート	0回
				1	前期	2	後期		
7 成績の基準		(1)学習課題 添削課題レポート 40% (2)スクーリング出席・視聴学習レポート・ワーク 20% (3)考査(前期・後期) 40%							

8 添削課題レポート

回	テーマ	回	テーマ
1	生涯における健康問題について学ぶ	7	
2	保健・医療制度について学ぶ	8	
3	労働と健康について学ぶ	9	
4		10	
5		11	
6		12	

9 スクーリング

回	テーマ	回	テーマ
1	生涯を通じる健康について学ぶ	7	
2		8	
3		9	
4		10	
5		11	
6		12	

10 視聴学習レポート

回	テーマ	回	テーマ
1		5	
2		6	
3		7	
4		8	