

## 令和8年度 仙台育英学園高等学校ILC 通信教育実施計画

教科等	科目	必・選択	単位数	報告課題数	面接指導数	試験回数	
体育	体育Ⅰ(a.b)	必	3	3	15	2	
発行者番号	教科書番号	教科書名			副教材等		
50	保体701	現代高等学校保健体育			なし		
学習目標							
<p>「互譲・切磋」の精神に基づき、運動の実践を通して、以下の資質・能力を育成する。</p> <p>1.知識・技能：各種の運動の合理的な実践を通して運動技能を高め、その楽しさや喜びを深く味わうとともに、健康・安全に関する理解を深める。</p> <p>2.思考・判断・表現：自己の体力の状況を客観的に把握して適切な目標を立て、体の調子を整えながら体力の向上を図る能力を養う。</p> <p>3.学びに向かう力・人間性： 互いに譲り合い明るい人間関係を築く「互譲」と、互いに磨き合い高め合う「切磋」の態度を重んじ、公正・協力・責任を果たす。生涯を通じて継続的に運動に親しむ資質を育てる。</p>							
学習内容及び方法							
学習項目	報告課題		面接指導		メディア視聴		試験
	回	提出期限	面接指導実施日	減免回数	9	範囲・実施日	
体育Ⅰ (a)	スポーツの発祥と発展（スポーツの始まりと変遷） 学習の目標 ・スポーツがどのように始まったのか説明できる。 ・なぜスポーツが世界中に広まったのか説明できる。	1	【前期】6月下旬	【前期】①S1 【後期】①S1	【NHK高校講座】 ・スポーツの変遷とスポーツ文化	【試験範囲】 「報告課題」 第1回～第6回の内容を中心に出題  【前期テスト週間】 8月1日(土)～ 8月8日(土)  【後期テスト週間】 1月16日(土)～ 1月23日(土)	
			【後期】11月中旬	【前期】②S2 【後期】②S2	【Lネットスクーリング】 ・体育Ⅰa 1～4		
	スポーツの発祥と発展（文化としてのスポーツ） 学習の目標 ・運動との比較から文化としてのスポーツの特徴を説明できる。 ・多様なかわり方によるスポーツの変容について例をあげて説明できる。	2	【前期】7月上旬	【前期】③S3 【後期】③S3	【NHK高校講座】 ・スポーツの変遷とスポーツ文化		
			【後期】12月下旬	【前期】④S4 【後期】④S4	【Lネットスクーリング】 ・体育Ⅰa 5・6		
	スポーツの発祥と発展（オリンピックとパラリンピックの意義） 学習の目標 ・オリンピズムとオリンピックの価値について説明できる。 ・パラリンピックの価値について具体例をあげながら、パラリンピックの意義について説明ができる。	1	【前期】7月上旬	【前期】⑤S5 【後期】⑤S5	【NHK高校講座】 ・オリンピック/パラリンピック意義		
			【後期】12月下旬	【前期】⑥S6 【後期】⑥S6	【Lネットスクーリング】 ・体育Ⅰa 7・8		
スポーツの発祥と発展（スポーツが経済に及ぼす効果） 学習の目標 ・スポーツが経済活動でどのように重要な役割を果たしているかを説明できる。 ・スポーツにかかわる業種について例をあげて説明できる。	2	【前期】7月上旬	【前期】⑦S7 【後期】⑦S7	【NHK高校講座】 ・スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ			
		【後期】12月下旬	【前期】⑧S8 【後期】⑧S8	【Lネットスクーリング】 ・体育Ⅰa 9～12			
体育Ⅰ (b)	スポーツの発祥と発展（スポーツの高潔さとドーピング） 学習の目標 ・スポーツの高潔さを脅かす要因について例をあげて説明できる。 ・ドーピングがなぜスポーツを破壊する行為になるのかを具体的に説明できる。	1	【前期】7月上旬	【前期】⑨S9 【後期】⑨S9	【NHK高校講座】 ・スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ	【試験範囲】 「報告課題」 第1回～第6回の内容を中心に出題  【前期テスト週間】 8月1日(土)～ 8月8日(土)  【後期テスト週間】 1月16日(土)～ 1月23日(土)	
			【後期】12月下旬	【前期】⑩S10 【後期】⑩S10	【Lネットスクーリング】 ・体育Ⅰb 1・2		
	スポーツの発祥と発展（スポーツと環境） 学習の目標 ・スポーツにおける環境問題について例をあげて説明できる。 ・スポーツは環境とどのように調和していけばよいのか説明ができる。	2	【前期】12月下旬	【前期】⑪S11 【後期】⑪S11	【NHK高校講座】 ・スポーツと環境		
			【後期】12月下旬	【前期】⑫S12 【後期】⑫S12	【Lネットスクーリング】 ・体育Ⅰb 3～6		
				【前期】12月下旬	【前期】⑬S13 【後期】⑬S13		
				【後期】12月下旬	【前期】⑭S14 【後期】⑭S14		
			【前期】12月下旬	【前期】⑮S15 【後期】⑮S15			
			【後期】12月下旬	【後期】⑮S15			
評価及び単位の修得に当たったの基準							
<p>【評価】「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点について、それぞれ「A・B・C」の3段階で評価を行い、その組み合わせによって5段階評定を算出します。各科目の評価基準については、「単元シラバス」をご参照ください。</p> <p>【単位認定】単位の認定は、学期末(9月・3月)に行います。次の3つの条件をすべて満たした場合に、単位が認定されます。</p> <p>① 所定の報告課題を提出し、合格すること。② 所定の面接時数を充足すること。③ 学期末考査に合格すること。</p>							
備考欄							
<p>※「面接指導」の①～⑮は取り扱う学習内容を示しています。囲み数字が同じであれば、同じ学習内容ですので、囲み数字が重複しないように面接指導に出席しましょう。</p> <p>※ILC青森・ILC沖縄における面接指導の実施日については、各ILCの年間行事計画および時間割をご参照ください。</p> <p>※多様なメディアを活用した学習による面接指導の減免を希望する場合は、事前に各教科担当へ相談し、視聴範囲等を確認してください。</p>							

## 令和8年度 仙台育英学園高等学校ILC 通信教育実施計画

教科等	科目	必・選択	単位数	報告課題数	面接指導数	試験回数	
保健体育	体育2(a.b)	必	2	2	10	2	
発行者番号	教科書番号	教科書名		副教材等			
50大修館	保体701	現代高等学校保健体育		全国高等学校通信制教育研究会編「保健体育」			
学習目標							
<p>「互譲・切磋」の精神に基づき、運動の実践を通して、以下の資質・能力を育成する。</p> <p>1.知識・技能：各種の運動の合理的な実践を通して運動技能を高め、その楽しさや喜びを深く味わうとともに、健康・安全に関する理解を深める。</p> <p>2.思考・判断・表現：自己の体力の状況を客観的に把握して適切な目標を立て、体の調子を整えながら体力の向上を図る能力を養う。</p> <p>3.学びに向かう力・人間性： 互いに譲り合い明るい人間関係を築く「互譲」と、互いに磨き合い高め合う「切磋」の態度を重んじ、公正・協力・責任を果たす。生涯を通じて継続的に運動に親しむ資質を育てる。</p>							
学習内容及び方法							
学習項目	報告課題		面接指導		メディア視聴		試験
	回	提出期限	面接指導実施日	減免回数	6	範囲・実施日	
<b>体育2 (a)</b> 体づくりと集団行動（体の見方・考え方を働かせ、課題を発見） 学習の目標 ・体を動かす楽しさや味わい、体づくりの運動の行い方。 ・集合、整頓、列の増減、方向転換などの仕方を身に付け、能率的で安全な集団としての行動説明できる。 運動・スポーツの学び方(スポーツにおける技術と体力) 学習の目標 ・技能と体力の関係について説明できる。 ・技能や体力を高めるときに気をつけるべき点をあげることができる。 運動・スポーツの学び方(スポーツにおける技術と戦術) 学習の目標 ・技能の型の違いやそれぞれの練習のしかたを説明できる。 ・用具の改良やメディアの発達などによる技術や戦術、ルールの変化を説明できる。 運動・スポーツの学び方(技能の上達過程と練習) 学習の目標 ・体の動きはどのようにしくみで開始され、持続していくのか説明できる。 ・練習によって技能が上達すると、どのような特徴がみられるかをあげることができる。	1	【前期】 7月上旬  【後期】 12月下旬	【前期】①S1 【後期】①S1	【NHK高校講座】 ・スポーにおける技術と体力	【試験範囲】 「報告課題」 第1回～第2回の内容を中心に出題 「実技テスト」 別紙案内参照  【前期テスト週間】 7月28日(火) ～ 7月30日(木)  【後期テスト週間】 1月27日(水) ～ 1月29日(金)		
			【前期】②S3 【後期】②S3	【Lネットスクーリング】 ・体育2a 1・2			
			【前期】③S5 【後期】③S5	【NHK高校講座】 ・スポーツにおける技術戦術			
			【前期】④S7 【後期】④S7	【Lネットスクーリング】 ・体育2a 3・4			
<b>体育2 (b)</b> 運動・スポーツの学び方(効果的な動きのメカニズム) 学習の目標 ・スポーツが経済活動でどのように重要な役割を果たしているかを説明できる。 ・スポーツにかかわる業種について例をあげて説明できる。 運動・スポーツの学び方(体カトレーニング) 学習の目標 ・目的に応じたさまざまなトレーニングの方法を説明できる。 ・筋力、持久力、調整力、柔軟性を高める具体的な方法をあげることができる。 運動・スポーツの学び方(運動やスポーツでの安全の確保) 学習の目標 ・スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを説明できる。 ・スポーツ活動中に起きる重大な事故をあげ、その発生原因と予防方法を説明できる。	2	【前期】 7月上旬  【後期】 12月下旬	【前期】⑦S2 【後期】⑦S2	【NHK高校講座】 ・体カトレーニング	【試験範囲】 「報告課題」 第1回～第2回の内容を中心に出題 「実技テスト」 別紙案内参照  【前期テスト週間】 7月28日(火) ～ 7月30日(木)  【後期テスト週間】 1月27日(水) ～ 1月29日(金)		
			【前期】⑧S4 【後期】⑧S4	【Lネットスクーリング】 ・体育2b 1・2			
			【前期】⑨S6 【後期】⑨S6	【NHK高校講座】 ・運動やスポーツでの安全の確保			
			【前期】⑩S8 【後期】⑩S8	【Lネットスクーリング】 ・体育2b 3・4			
			【前期】⑪S10 【後期】⑪S10	【NHK高校講座】 ・体育理論	【前期テスト週間】 7月28日(火) ～ 7月30日(木)  【後期テスト週間】 1月27日(水) ～ 1月29日(金)		
			【前期】⑫S12 【後期】⑫S12	【Lネットスクーリング】 ・体育2b 5・6			
評価及び単位の修得に当たっての基準							
<p>【評価】「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点について、それぞれ「A・B・C」の3段階で評価を行い、その組み合わせによって5段階評定を算出します。各科目の評価基準については、「単元シラバス」をご参照ください。</p> <p>【単位認定】単位の認定は、学期末(9月・3月)に行います。次の3つの条件をすべて満たした場合に、単位が認定されます。</p> <p>① 所定の報告課題を提出し、合格すること。② 所定の面接時数を充足すること。③ 学期末考査に合格すること。</p>							
備考欄							
<p>※「面接指導」の①～⑫は取り扱う学習内容を示しています。囲み数字が同じであれば、同じ学習内容ですので、囲み数字が重複しないように面接指導に出席しましょう。</p> <p>※ILC青森・ILC沖縄における面接指導の実施日等については、各ILCの年間行事計画および時間割をご参照ください。</p> <p>※多様なメディアを活用した学習による面接指導の減免を希望する場合は、事前に各教科担当へ相談し、視聴範囲等を確認してください。</p>							

## 令和8年度 仙台育英学園高等学校ILC 通信教育実施計画

教科等	科目	必・選択	単位数	報告課題数	面接指導数	試験回数	
保健体育	体育3(a.b)	必	2	2	10	2	
発行者番号	教科書番号	教科書名		副教材等			
50大修館	保体701	現代高等学校保健体育		全国高等学校通信制教育研究会編「保健体育」			
学習目標							
<p>「互譲・切磋」の精神に基づき、運動の実践を通して、以下の資質・能力を育成する。</p> <p>1.知識・技能：各種の運動の合理的な実践を通して運動技能を高め、その楽しさや喜びを深く味わうとともに、健康・安全に関する理解を深める。</p> <p>2.思考・判断・表現：自己の体力の状況を客観的に把握して適切な目標を立て、体の調子を整えながら体力の向上を図る能力を養う。</p> <p>3.学びに向かう力・人間性： 互いに譲り合い明るい人間関係を築く「互譲」と、互いに磨き合い高め合う「切磋」の態度を重んじ、公正・協力・責任を果たす。生涯を通じて継続的に運動に親しむ資質を育てる。</p>							
学習内容及び方法							
学習項目	報告課題		面接指導		メディア視聴		試験
	回	提出期限	面接指導実施日	減免回数	6	範囲・実施日	
<b>体育3(a)</b> 体づくりと集団行動（体の見方・考え方を働かせ、課題を発見） 学習の目標 ・体を動かす楽しさや味わい、体づくりの運動の行い方。 ・集合、整頓、列の増減、方向転換などの仕方を身に着け、能率的で安全な集団としての行動説明できる。 豊かなスポーツライフの設計（生涯スポーツの見方・考え方） 学習の目標 ・社会の変化にともななってスポーツの役割がどのように変化したのかを説明できる。 ・ライフステージに対応したスポーツの楽しみ方を説明できる。 豊かなスポーツライフの設計（ライフスタイルに応じたスポーツ） 学習の目標 ・「する」スポーツライフスタイルについて例をあげて説明できる。 ・現在の自分のスポーツライフの諸条件を整理し、今後の豊かな設計のための諸条件や工夫のしかたの例をあげられる。 豊かなスポーツライフの設計(スポーツを推進する取り組み) 学習の目標 ・オリンピックとオリンピックの価値について説明できる。 ・パラリンピックの価値について具体例をあげながら、パラリンピックの意義について説明ができる。	1	【前期】 7月上旬  【後期】 12月下旬	【前期】①S1 【後期】①S1	【NHK高校講座】 ・生涯スポーツ見方・考え方	第1回～第2回の内容を中心に出題  「実技テスト」 別紙案内参照  【前期テスト週間】 7月28日(火) ～ 7月30日(木)  【後期テスト週間】 1月27日(水) ～ 1月29日(金)		
			【前期】②S3 【後期】②S3	【Lネットスクーリング】 ・体育3a 1・2			
			【前期】③S5 【後期】③S5	【NHK高校講座】 ・ライフスタイルに応じたスポーツ			
			【前期】④S7 【後期】④S7	【Lネットスクーリング】 ・体育3a 3・4			
<b>体育3(b)</b> 豊かなスポーツライフの設計（豊かなスポーツライフの創造） 学習の目標 ・これまでとこれからのスポーツライフの違いを説明できる。 ・豊かなスポーツライフを創造していくための課題について例をあげて説明できる。	1	【前期】 7月上旬  【後期】 12月下旬	【前期】⑦S2 【後期】⑦S2	【NHK高校講座】 ・豊かなスポーツライフの創造	第1回～第2回の内容を中心に出題  「実技テスト」 別紙案内参照  【前期テスト週間】 7月28日(火) ～ 7月30日(木)  【後期テスト週間】 1月27日(水) ～ 1月29日(金)		
			【前期】⑥S4 【後期】⑥S4	【Lネットスクーリング】 ・体育3b 1～6			
			【前期】⑨S6 【後期】⑨S6				
			【前期】⑩S8 【後期】⑩S8				
	1	【前期】 7月上旬  【後期】 12月下旬	【前期】⑪S10 【後期】⑪S10		第1回～第2回の内容を中心に出題  「実技テスト」 別紙案内参照  【前期テスト週間】 7月28日(火) ～ 7月30日(木)  【後期テスト週間】 1月27日(水) ～ 1月29日(金)		
			【前期】⑫S12 【後期】⑫S12				
評価及び単位の修得に当たっての基準							
<p>【評価】「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点について、それぞれ「A・B・C」の3段階で評価を行い、その組み合わせによって5段階評定を算出します。各科目の評価基準については、「単元シラバス」をご参照ください。</p> <p>【単位認定】単位の認定は、学期末(9月・3月)に行います。次の3つの条件をすべて満たした場合に、単位が認定されます。</p> <p>① 所定の報告課題を提出し、合格すること。② 所定の面接時数を充足すること。③ 学期末考査に合格すること。</p>							
備考欄							
<p>※「面接指導」の①～⑫は取り扱う学習内容を示しています。囲み数字が同じであれば、同じ学習内容ですので、囲み数字が重複しないように面接指導に出席しましょう。</p> <p>※ILC青森・ILC沖縄における面接指導の実施日等については、各ILCの年間行事計画および時間割をご参照ください。</p> <p>※多様なメディアを活用した学習による面接指導の減免を希望する場合は、事前に各教科担当へ相談し、視聴範囲等を確認してください。</p>							

## 令和8年度 仙台育英学園高等学校ILC 通信教育実施計画

教科等	科目	必・選択	単位数	報告課題数	面接指導数	試験回数
保健体育	保健	必履修	2	6	2	2
発行者番号	教科書番号	教科書名		副教材等		
50 大修館	保体701	現代高等保健体育		全国高等学校通信制教育研究会編「現代高等保健体育」		

### 学習目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて入々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための「質実・能力」を次の通り育成する。

- (1) 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、技能を身につけるようにする。
- (2) 健康について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。
- (3) 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。

### 学習内容及び方法

学習項目	報告課題		面接指導	メディア視聴		試験
	回	提出期限	面接指導実施日	減免回数	0	範囲・実施日
保健 (a)	1	【前期】 5月上旬	【前期】 ◎S1・S3	【NHK高校講座】 ・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた ・生活習慣病とその予防 ・がんの原因と予防 ・がんの治療と回復 【Lネットスクーリング】 ・私たちの健康のすがた ・生活習慣病とその予防	【試験範囲】 「報告課題」 第1回～第3回の 内容を中心に出 題	
		【後期】 10月中旬	【後期】 ◎S1・S3			
		2	【前期】 6月上旬			【前期】 ◎S5・S8
【後期】 10月下旬	【後期】 ◎S5・S7					
3	【前期】 7月上旬	【前期】 ◎S10・S12	【NHK高校講座】 ・事故の現状と発生要因 ・安全な社会の形成 ・交通安全 ・応急手当の意義と日常的 応急手当 ・心肺蘇生法	【後期テスト週間】 1月16日(土) ～ 1月23日(土)		
	【後期】 11月下旬	【後期】 ◎S9・S11				
保健 (b)	4	【前期】 5月上旬	【前期】 ◎S2・S4	【NHK高校講座】 ・思春期における健康課 題と性行動の選択 ・妊娠・出産と家族計画 ・結婚生活と健康 ・中高年期と健康 ・働くことと健康 【Lネットスクーリング】 ・思春期と健康	【試験範囲】 「報告課題」 第1回～第3回の 内容を中心に出 題	
		【後期】 10月中旬	【後期】 ◎S2・S4			
		5	【前期】 6月上旬			【前期】 ◎S6・S9
【後期】 10月下旬	【後期】 ◎S6・S8					
6	【前期】 7月上旬	【前期】 ◎S11	【NHK高校講座】 ・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 ・様々な保健活動や社会的 的対策	【後期テスト週間】 1月16日(土) ～ 1月23日(土)		
	【後期】 11月下旬	【後期】 ◎S10・S12				

### 評価及び単位の修得に当たっての基準

【評価】「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点について、それぞれ「A・B・C」の3段階で評価を行い、その組み合わせによって5段階評定を算出します。各科目の評価基準については、「単元シラバス」をご参照ください。

【単位認定】単位の認定は、学期末(9月・3月)に行います。次の3つの条件をすべて満たした場合に、単位が認定されます。

- ① 所定の報告課題を提出し、合格すること。
- ② 所定の面接時数を充足すること。
- ③ 学期末考査に合格すること。

### 備考欄

※「面接指導」の◎～⑥は取り扱う学習内容を示しています。囲み数字が同じであれば、同じ学習内容ですので、囲み数字が重複しないように面接指導に出席しましょう。

※ILC青森・ILC沖縄における面接指導の実施日等については、各ILCの年間行事計画および時間割をご参照ください。

※多様なメディアを活用した学習による面接指導の減免を希望する場合は、事前に各教科担当へ相談し、視聴範囲等を確認してください。