

1. 「現代保健体育」P6～P17 までを読み、「保健体育ノート」P2～P10 までの左側のページを回答する。
  
2. パソコン、スマートフォン等で、NHK 高校講座、保健体育を開き、
  - 1 回「私たちの健康のすがた」
  - 2 回「さまざまな健康のとらえ方」
  - 3 回「健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり」
  - 6 回「生活習慣病とその予防」

上記 4 回を「番組を見る」から視聴し、「理解度チェック」にある問題と正答を、該当する保健体育ノートの右側のページに記入する。

※ ページの開き方 NHK 高校講座 → 保健体育