年間授業計画

高等学校 令和８年度（１学年用） 教科 保健体育 科目 保健

教 科： 保健体育　　科 目： 保健　　単位数： 1 単位

対象学年組：第 1 学年 1 組～ 5 組

教科担当者：（１組：三浦 ）（２組：三浦 ）（３組：三浦 ）（４組：宮田 ）（５組：宮田 ）

使用教科書：（ 現代高等保健体育 改訂版、現代高等保健体育ノート 改訂版（大修館書店） ）

教科 保健 の目標：

【知識及び技能】各種の運動の特性の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。

【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し判断するとともに、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。

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、技能を身に付けるようにする。	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。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当時数
1学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 健康指標や疾病構造の変化から、日本の健康課題を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 健康水準や疾病構造の変化には社会の状況が関わっていることを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 健康の考え方がどのように変化してきたのか理解する。 健康の成立には様々な要因が関わっていることを理解する。	○現代社会と健康 ・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた ・生活習慣病の予防と回復 ・がんの原因と予防 ・がんの治療と回復 ・運動と健康 ・食事と健康 ・休養・睡眠と健康	【知識・技能】 健康の考え方と成り立ちについての知識や技能を身に付けることができる。 【思考・判断・表現】 日本の健康課題と社会状況との関わりについて思考・判断し、その変遷について表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 日本の多くの健康課題と社会状況との関わりについて、意欲的に学習に取り組むことができる。	○	○	○	10
		期末考査		○	○		1
2学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 生活習慣病のリスクを軽減し予防するらめに必要な個人の取り組みについて理解する。 生活習慣病の予防や回復のために必要な社会の取り組みについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 日常的な生活態度を見直し、より健康的な生活に向かうよう判断し、表現できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 法に触れてないことならどのような生活態度でもいいのかということを考えながら学ぶ。	○現代社会と健康 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 ・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復 ・現代の感染症 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防 ・健康に関する意思決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり	【知識・技能】 生活習慣病と共に喫煙・飲酒・薬物などはどのような結末となるのか、理解できているか。 【思考・判断・表現】 日常生活から将来に自分をシュミレーションし、こうなりたいと思うと同時に、こうなりたくないと思うことが出来ているか。 【主体的に学習に取り組む態度】 自分の事としても、自分の親や家族の事として学ぶことが出来ているか。	○	○	○	14
		期末考査					1
3学期	安全な社会生活 【知識及び技能】 事故の現状と事故防止・応急手当について基本的な知識技能について学ぶ。 【思考力、判断力、表現力等】 事故や怪我の時にどのような行動・判断ををすればいいのか理解してできるようにしていく。 【学びに向かう力、人間性等】 事故や怪我をした場面で、どのような行動ができるのかシュミレーションし選択肢を整理しておく。	○安全な社会生活 ・事故の現状と発生要因 ・安全な社会の形成 ・交通における安全 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心配蘇生法	【知識・技能】 どのような場面・場所で事故が多いのか、また応急処置の基本技能を学べているか。 【思考・判断・表現】 判断力が遅いと大けがや事故死につながることを理解しているか。 【主体的に学習に取り組む態度】 将来の自分の身に必ず起きる問題として捉え、真剣に学ぶことが出来ているか。	○	○	○	8
		学年末考査		○	○		1
							合計 35