年間授業計画　様式例

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　A　組～　F　組

教科担当者：

使用教科書：（　新　高等保健体育　）

教科　保健体育　の目標：

【 知 識 及 び 技 能 】生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。

【思考力、判断力、表現力等】健康の保持増進のための実践力の育成。

【学びに向かう力、人間性等】体力の向上を図り，明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

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へ伝える力を養う。	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、明るく豊かで活力の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	・筋肉系・骨格系の名称 ・日本における健康課題の変遷 ・健康の考え方と成り立ち ・ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり ・健康に関する意思決定・行動選択	・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。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。 ・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。 ・ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりの重要性を理解する。健康を保持・増進するための環境について理解する。 ・健康を保持・増進するには適切な意思決定・行動選択が重要であることを理解する。	【知識・技能】 我が国の死亡率，受療率，平均寿命，健康寿命など各種の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。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	7
	・現代における感染症の問題 ・感染症の予防 ・性感染症、エイズとその予防	・感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響することについて理解する。 ・新興感染症や再興感染症の発生や流行の現状とその理由について理解する。 ・感染症予防の三原則について理解する。 ・感染症を予防するために必要な社会および個人の取り組みについて理解する。 ・性感染症・エイズの現状と今後の課題について理解する。 ・性感染症・エイズの予防に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	【知識・技能】 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・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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自主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	8
	定期考査			○	○		1
2学期	生活習慣病の予防と回復 身体活動・運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康 がんの予防と回復	・生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要な個人の取り組みについて理解する。 ・身体活動・運動と健康の関係について理解する。 ・食事と健康の関係について理解する。 ・休養・睡眠と健康の関係について理解する。 ・がんには様々な種類があることやがんの発生要因について理解する。	【知識・技能】 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・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	6
	喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康 精神疾患の特徴 精神疾患への対応	・喫煙による健康への影響について理解する。 ・飲酒による健康への影響について理解する。 ・薬物乱用による健康および社会への影響について理解する。 ・精神疾患の発症，回復のポイントを理解する。	【知識・技能】 薬物乱用を防止するには，正しい知識の普及，健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ，及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への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。 ・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・判断・表現】 喫煙，飲酒，薬物乱用の防止について，我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり，諸外国と比較したりして，防止策を評価している。 【主体的に学習に取り組む態度】 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自主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	7
	定期往査			○	○		1
3学期	事故の現状と発生要因 交通事故防止の取り組み 安全な社会の形成 応急手当の意義と救急医療体制 心肺蘇生法 日常的な応急手当	・交通事故防止には個人の取り組みと交通環境の整備が必要であることを理解する。 ・応急手当の意義と，その手順や方法を身につける必要性について理解する。 ・心肺蘇生法の意義や方法，手順について理解する。	【知識・技能】 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。 【思考・判断・表現】 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。・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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	8
	定期考査			○	○		1
							合計
							39