年間授業計画　新様式例

高等学校　令和5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～

教科担当者：（１組：岡本）

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】各種の運動の特性に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試行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、技能を身に付けている。	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試行し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。	生涯を通し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が身に付いている。

	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	健康の考え方 【知識及び技能】 ・国民の健康課題について、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理解できるようにする。 ・健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて理解できるようにする。 ・健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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に踏まえて整理すること。 ・現代社会と健康における辞書や情報などについて、健康にかか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すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・健康の考え方について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むこと。	・指導事項 ①日本における健康課題の変遷 ②健康の考え方と成り立ち ③ヘルスプロモーションと健康にかかわる環境づくり ④健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり ・教材 教科書「新高等保健体育」 ・一人１台端末の活用	【知識及び技能】 ・国民の健康課題について、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理解している。 ・健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて理解している。 ・健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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に踏まえて整理することができる。 ・現代社会と健康における辞書や情報などについて、健康にかか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することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・健康の考え方について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むことができる。	○	○	○	6
	現代の感染症とその予防 【知識及び技能】 ・感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・現代の感染症について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むこと。	・指導事項 ①現代における感染症の問題 ②感染症の予防 ③性感染症・エイズとその予防 ・教材 教科書「新高等保健体育」 ・一人１台端末の活用	【知識及び技能】 ・感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られることを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・現代の感染症について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むことができる。	○	○	○	6
2学期	生活習慣病などの予防と回復 【知識及び技能】 ・がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適立取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることなどを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・生活習慣病などの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取り組みや社会的な対策を整理すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・生活習慣病などの予防と回復について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むこと。	・指導事項 ①生活習慣病の予防と回復 ②身体活動・運動と健康 ③食事と健康 ④休養・睡眠と健康 ⑤がんの予防と回復 ・教材 教科書「新高等保健体育」 ・一人１台端末の活用	【知識及び技能】 ・がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適立取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることなどを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・生活習慣病などの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取り組みや社会的な対策を整理することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 生活習慣病などの予防と回復について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むことができる。	○	○	○	7
	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 【知識及び技能】 ・喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり、心身の健康を損ねることを理解できるようにする。 ・コカイン、MDMAなどの麻薬、覚せい剤、大麻、など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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、防止策を評価すること。 【学びに向かう力、人間性等】 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むこと。	・指導事項 ①喫煙と健康 ②飲酒と健康 ③薬物乱用と健康 ・教材 教科書「新高等保健体育」 ・一人１台端末の活用	【知識及び技能】 ・喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり、心身の健康を損ねることを理解している。 ・コカイン、MDMAなどの麻薬、覚せい剤、大麻、など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・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、防止策を評価することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むことができる。	○	○	○	6
3学期	精神疾患の予防と回復 【知識及び技能】 ・精神の疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については休ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要である事を理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理すること。 【学びに向かう力、人間性等】 精神疾患の予防と回復について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むこと。	・指導事項 ①精神疾患の特徴 ②精神疾患への対応 ・教材 教科書「新高等保健体育」 ・一人１台端末の活用	【知識及び技能】 ・精神の疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については休ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要である事を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・精神疾患の予防と回復について自ら学び主体的かつ協働的に取り組むことができる。	○	○	○	4
	安全な社会生活 【知識及び技能】 ・事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連している事を理解できるようにする。 ・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を理解できるようにする。 ・交通事故を防止するには、自他の生命の尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・安全な社会生活における事象や情報などについて、安全にかか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すること。 ・安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用すること。 ・交通安全について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・安全な社会づくりについて自ら学び主体的かつ協働的に取り組むこと。	・指導事項 ①事故の現状と発生要因 ②交通事故防止の取組 ③安全な社会の形成 ・教材 教科書「新高等保健体育」 ・一人１台端末の活用	安全な社会生活 【知識及び技能】 ・事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連している事を理解している。 ・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を理解している。 ・交通事故を防止するには、自他の生命の尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・安全な社会生活における事象や情報などについて、安全にかか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することができる。 ・安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用することができる。 ・交通安全について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・安全な社会づくりについて自ら学び主体的かつ協働的に取り組むことができる。	○	○	○	6 合計 35