

令和 8 年度 年間授業計画 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

使用教科書:	現代高等学校保健体育
--------	------------

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、技能を身に付けられるようにする。	
【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】	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、技能を身に付けられるようにする。	【思考力、判断力、表現力等】	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。	【学びに向かう力、人間性等】	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ふれ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	
<b>単元 1</b> 現代社会と健康 <b>【知識及び技能】</b> 健康の成り立ちを身体的・精神的・社会的な視点から説明することができる。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 健康に関する考え方について仲間の考えや意見を聞き、健康を構成する要因について分類整理することができる。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 健康に対する考え方について仲間の考えや意見を聞き、自分自身の健康について深く見つめることができる。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 健康の考え方 現代高等学校保健体育	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> 健康の成り立ちについて、身体的・精神的・社会的な幅広い視点から自分の生活に当てはめて、健康について説明している。 <b>【思考力・判断力・表現力】</b> 健康に対する考え方について、仲間の意見や考え方を聞き、多角的に分類・整理している。				3	
	一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 健康をイメージして自ら進んで取り組もうとしている。	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 健康をイメージして自ら進んで取り組もうとしている。				
	<b>単元 2</b> 現代社会と健康 <b>【知識及び技能】</b> 健康の成り立ちを身体的・精神的・社会的な視点から説明することができる。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 健康の保持増進のために、必要な生活行動やがんの予防について課題を見つけ、自分の知識や経験などから、選択すべき行動を判断することができるようにする。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 生活習慣病などの予防について関心をもち、仲間と協力して意見交換しながら意欲的に学習できるようにする。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 健康の考え方 現代高等学校保健体育	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> 健康の成り立ちについて、身体的・精神的・社会的な幅広い視点から自分の生活に当てはめて、健康について説明している。 <b>【思考力・判断力・表現力】</b> がんや生活習慣病の予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病などにかかるリスクを軽減し、健康の保持増進をする方法を正しく選択することができる。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。				2
	一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。				
1 学期 <b>単元 3</b> 現代社会と健康 <b>【知識及び技能】</b> 生活習慣病などは、日ごろの生活習慣の乱れが要因となって起こっていること、また、調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 健康の保持増進のために、必要な生活行動やがんの予防について課題を見つけ、自分の知識や経験などから、選択すべき行動を判断することができるようにする。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 生活習慣病などの予防について関心をもち、仲間と協力して意見交換しながら意欲的に学習できるようにする。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 健康の保持増進と疾病の予防 現代高等学校保健体育	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> がんや生活習慣病の予防には、生活習慣の予防や適切な生活習慣を身に付けることが有効であることを理解し、具体的に言ったり書いたりしている。 <b>【思考力・判断力・表現力】</b> がんや生活習慣病の予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病などにかかるリスクを軽減し、健康の保持増進をする方法を正しく選択することができる。				3	
	一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。				
	<b>単元 4</b> 現代社会と健康 <b>【知識及び技能】</b> 生活習慣病などは、日ごろの生活習慣の乱れが要因となって起こっていること、また、調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 健康の保持増進のために、必要な生活行動やがんの予防について課題を見つけ、自分の知識や経験などから、選択すべき行動を判断することができるようにする。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 生活習慣病などの予防について関心をもち、仲間と協力して意見交換しながら意欲的に学習できるようにする。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 健康の保持増進と疾病の予防 現代高等学校保健体育	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> がんや生活習慣病の予防には、生活習慣の予防や適切な生活習慣を身に付けることが有効であることを理解し、具体的に言ったり書いたりしている。 <b>【思考力・判断力・表現力】</b> がんや生活習慣病の予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病などにかかるリスクを軽減し、健康の保持増進をする方法を正しく選択することができる。				1
	一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。				
定期考査(第1学期期末考査)/返却と解説						2	

令和 8 年度 年間授業計画 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

使用教科書:	現代高等学校保健体育
--------	------------

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、技能を身に付けられるようにする。	
【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】	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、技能を身に付けられるようにする。	【思考力、判断力、表現力等】	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。	【学びに向かう力、人間性等】	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ふれ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
単元 5 現代社会と健康	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				3
【知識及び技能】	・指導事項 健康の保持増進と疾病の予防	【知識及び技能】 がんや生活習慣病の予防には、生活習慣の予防や適切な生活習慣を身に付けることが有効であることを理解し、具体的に言ったり書いたりしている。				
生活習慣病などは、日ごろの生活習慣の乱れが要因となって起こっていること、また、調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。						
【思考力、判断力、表現力】	・教材 現代高等学校保健体育	【思考力・判断力・表現力】 がんや生活習慣病の予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病などにかかるリスクを軽減し、健康の保持増進をする方法を正しく選択することができる。				
健康の保持増進のために、必要な生活行動やがんの予防について課題を見つけ、自分の知識や経験などから、選択すべき行動を判断することができるようにする。						
【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	【学びに向かう力、人間性等】 がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。				
単元 6 現代社会と健康	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				4
【知識及び技能】	・指導事項 健康の保持増進と疾病の予防	【知識及び技能】 がんや生活習慣病の予防には、生活習慣の予防や適切な生活習慣を身に付けることが有効であることを理解し、具体的に言ったり書いたりしている。				
生活習慣病などは、日ごろの生活習慣の乱れが要因となって起こっていること、また、調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。						
【思考力、判断力、表現力】	・教材 現代高等学校保健体育	【思考力・判断力・表現力】 がんや生活習慣病の予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病などにかかるリスクを軽減し、健康の保持増進をする方法を正しく選択することができる。				
健康の保持増進のために、必要な生活行動やがんの予防について課題を見つけ、自分の知識や経験などから、選択すべき行動を判断することができるようにする。						
【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	【学びに向かう力、人間性等】 がんや生活習慣病についての学習活動を実生活に結び付け、意欲的に取り組むことができる。				
2 学期	定期考査(第2学期中間考査)/返却と解説					
単元 7 現代社会と健康	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				3
【知識及び技能】	・指導事項 精神の健康	【知識及び技能】 精神疾患の特徴・対処法及び学ぶ意義について、理解したことを言ったり書いたりしている。				
精神疾患の特徴・対処法及び学ぶ意義について理解することができるようにする。						
【思考力、判断力、表現力】	・教材 現代高等学校保健体育	【思考力・判断力・表現力】 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、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ための対策を発言したり、書いたりして、説明している。				
精神疾患の予防と回復について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して、解決の方歩を思考し判断するとともに、それらの説明することができるようにする。						
【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	【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、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。				
単元 8 現代社会と健康	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				3
【知識及び技能】	・指導事項 精神の健康	【知識及び技能】 精神疾患の特徴・対処法及び学ぶ意義について、理解したことを言ったり書いたりしている。				
精神疾患の特徴・対処法及び学ぶ意義について理解することができるようにする。						
【思考力、判断力、表現力】	・教材 現代高等学校保健体育	【思考力・判断力・表現力】 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、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ための対策を発言したり、書いたりして、説明している。				
精神疾患の予防と回復について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して、解決の方歩を思考し判断するとともに、それらの説明することができるようにする。						
【学びに向かう力、人間性等】	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	【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、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。				
定期考査(第2学期期末考査)/返却と解説						2

令和 8 年度 年間授業計画 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

使用教科書: 現代高等学校保健体育

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、技能を身に付けられるようにする。
【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、技能を身に付けられるようにする。	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ふれ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
<b>単元 9 安全な社会生活</b> <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置ができるようにする。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危機の予測やその回避の方法を考え、それら表現することができる。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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ことができる。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 交通安全	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置について説明することができる。				2
	・教材 現代高等学校保健体育	<b>【思考力・判断力・表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方歩を考え、それら表現している。				
	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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、主体的に取り組もうとする。				
<b>単元 10 安全な社会生活</b> <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置ができるようにする。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危機の予測やその回避の方法を考え、それら表現することができる。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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ことができる。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 交通安全	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置について説明することができる。				2
	・教材 現代高等学校保健体育	<b>【思考力・判断力・表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方歩を考え、それら表現している。				
	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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、主体的に取り組もうとする。				
<b>単元 11 安全な社会生活</b> <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置ができるようにする。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危機の予測やその回避の方法を考え、それら表現することができる。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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、主体的に取り組もうとする。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 応急手当	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置について説明することができる。				2
	・教材 現代高等学校保健体育	<b>【思考力・判断力・表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方歩を考え、それら表現している。				
	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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、主体的に取り組もうとする。				
<b>単元 12 安全な社会生活</b> <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置ができるようにする。 <b>【思考力、判断力、表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危機の予測やその回避の方法を考え、それら表現することができる。 <b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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、主体的に取り組もうとする。	指導項目に対し、次の教材等を活用する。 ・指導事項 応急手当	次の観点別評価規準に従い評価する。 <b>【知識及び技能】</b> 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当てを適切な処置について説明することができる。				1
	・教材 現代高等学校保健体育	<b>【思考力・判断力・表現力】</b> 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方歩を考え、それら表現している。				
	・一人1台端末の活用(場面) 調べ学習	<b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 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、主体的に取り組もうとする。				
定期考査(学年末考査)/返却と解説						2