

高等学校 令和8年度(2学年用) 教科 保健体育 科目

教科： 保健体育 科目： 保健 単位数： 1 単位
 対象学年組： 第 2 学年 1 組～ 6 組
 教科担当者： (1 組：橋本) (2 組：橋本) (3 組：渡部) (4 組：渡部) (5 組：渡部) (6 組：橋本)
 使用教科書： (現代高等保健体育 大修館)

教科 保健体育 の目標：
 【知識及び技能】 運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。
 【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な課題解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。
 【学びに向かう力、人間性等】 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

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】	【学びに向かう力、人間性等】

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価標準	知	思	態	配当 時数
1 学 期	A 生涯を通じる健康 【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る生活を営む態度を養う。	オリエンテーション 授業の進め方、持ち物、授業内のルール、評価方法、その他の注意 1. ライフステージと健康 ライフステージと健康について理解する。 社会からの法的支援があり利用できるようにする。	【知識・技能】 ・生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解している。 ・労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があることを理解している。 ・定期考査、小テストなど 【思考・判断・表現】 ・生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・ノートやプリントの内容など 【主体的に学習に取り組む態度】 ・生涯を通じる健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。 ・欠出席、授業態度、提出物など	○	○	○	3
		2. 思春期の体と心の健康 思春期の体と心の健康について、男女の違いを含めて理解する。 思春期の心の問題について自分で解決できないときは、周囲のサポートを求めよう。	○	○	○	2	
		3. 性意識と性行動の選択 性意識の男女差、セクハラ、ストーカー行為、デートDV、信頼できる情報と性行動の選択について理解する。	○	○	○	2	
		4. 妊娠・出産と健康 受精から妊娠、出産、産褥期の健康課題について理解する。	○	○	○	2	
	・定期考査 ・答案返却、解説			○	○		2
	A 生涯を通じる健康 【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る生活を営む態度を養う。	5. 避妊法と人工妊娠中絶 家族計画、避妊法、人工妊娠中絶について意義や注意点について理解する。	【知識・技能】 ・生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解している。 ・労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があることを理解している。 ・課題レポート、小テストなど 【思考・判断・表現】 ・生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・ノートやプリントの内容など 【主体的に学習に取り組む態度】 ・生涯を通じる健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。 ・欠出席、授業態度、提出物など	○	○	○	2
		6. 結婚生活と健康 家族計画、避妊法、人工妊娠中絶について意義や注意点について理解する。	○	○	○	2	
		7. 中高年期と健康 加齢とともに、心身の変化について例					

高等学校 令和8年度（2学年用） 教科 保健体育 科目

教科： 保健体育 科目： 保健 単位数： 1 単位
 対象学年組：第 2 学年 1 組～ 6 組
 教科担当者： (1 組：橋本) (2 組：橋本) (3 組：渡部) (4 組：渡部) (5 組：渡部) (6 組：橋本)
 使用教科書： (現代高等保健体育 大修館)
 教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】

運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。

【思考力、判断力、表現力等】

自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な課題解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。

【学びに向かう力、人間性等】

運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

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】
思春期から中高年期までに出会うさまざまな健康問題について学ぶとともに、労働と健康との関係や働く人々の健康が保持増進される仕組み、環境問題や食品に関する健康問題、社会の制度や保健活動について理解する。	健康についての自他や社会の課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。	現代社会のなかで自他の健康を保持増進し、それを支える環境づくりなど安全な社会生活についての学習に主体的に取り組もうとしている。

	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	A 生涯を通じる健康 【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る生活を営む態度を養う。	オリエンテーション 授業の進め方、持ち物、授業内のルール、評価方法、その他の注意 1. ライフステージと健康 ライフステージと健康について理解する。社会からの法的支援があり利用できるようにする。	【知識・技能】 ・生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解している。 ・労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があることを理解している。 ・定期考査、小テストなど 【思考・判断・表現】 ・生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ・ノートやプリントの内容など	○	○	○	3
		2. 思春期の体と心の健康 思春期の体と心の健康について、男女の違いを含めて理解する。 思春期の心の問題について自分で解決できないときは、周囲のサポートを求めよう。	【主体的に学習に取り組む態度】 ・生涯を通じる健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。 ・出欠席、授業態度、提出物など	○	○	○	2
		3. 性意識と性行動の選択 性意識の男女差、セクハラ、ストーカー行為、デートDV、信頼できる性情報と性行動の選択について理解する。		○	○	○	2
		4. 妊娠・出産と健康 受精から妊娠、出産、産褥期の健康課題について理解する。		○	○	○	2
	・定期考査 ・答案返却、解説			○	○		2

