都立光丘 高等学校 令和７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～　6 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館書店）　　）

教科　保健体育　　の目標：

【 知　識　及　び　技　能 】思春期の健康課題を理解する。

【思考力、判断力、表現力等】課題に対し考察し、自分の考えをまとめる。

【学びに向かう力、人間性等】積極的に学習し、他社の意見を聞き取る力を身に付ける。

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】
生涯を通じた健康課題を理解し、自分の考えを持つ。	生涯を通じた健康課題に対し、資料やデータを利用し、まとめる。	積極的に授業に参加し、他社の意見を聞いたり論じたりする。

	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	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代の健康課題を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な健康課題に対し疑問を持ち、調べる。 【学びに向かう力、人間性等】 授業内で上がった課題に対し、他者の意見を聞き取り、自分の考えを伝える。	・指導事項 健康の考え方と成り立ち ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 ノート、プリント 【思考・判断・表現】 ノート、プリント 【主体的に学習に取り組む態度】 ノート、プリント、授業内課題	○	○	○	1
		・指導事項 私たちの健康のすがた ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代の健康課題を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な健康課題に対し疑問を持ち、調べる。 【学びに向かう力、人間性等】 授業内で上がった課題に対し、他者の意見を聞き取り、自分の考えを伝える。	・指導事項 生活習慣病の予防と回復 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
		・指導事項 がんの原因と予防 がんの治療と回復 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
	定期考査			○	○		1
2学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代の健康課題を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な健康課題に対し疑問を持ち、調べる。 【学びに向かう力、人間性等】 授業内で上がった課題に対し、他者の意見を聞き取り、自分の考えを伝える。	・指導事項 運動と健康 食事と健康 休養と健康 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 ノート、プリント 【思考・判断・表現】 ノート、プリント 【主体的に学習に取り組む態度】 ノート、プリント、授業内課題	○	○	○	4
		・指導事項 喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代の健康課題を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な健康課題に対し疑問を持ち、調べる。 【学びに向かう力、人間性等】 授業内で上がった課題に対し、他者の意見を聞き取り、自分の考えを伝える。	・指導事項 現代の感染症 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
		・指導事項 感染症の予防 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査			○	○		1
3学期	現代社会と健康 【知識及び技能】 現代の健康課題を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な健康課題に対し疑問を持ち、調べる。 【学びに向かう力、人間性等】 授業内で上がった課題に対し、他者の意見を聞き取り、自分の考えを伝える。	・指導事項 交通における安全 応急手当の意義とその基本 日常的なな応急手当 心肺蘇生法 ・教材 ・一人１台端末の活用　等	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
			【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査			○	○		1
							合計 35