

井草 高等学校 令和7年度（1学年）

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～ G 組

教科担当者：伊藤、工藤、大黒

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：心身共に健全な人間を育成し、体育・スポーツの振興発展に寄与する資質や能力を育てる。

【知 識 及 び 技 能】健康課題、健康の考え方と成り立ち、健康の保持増進のための環境づくりなどを考える。

【思考力、判断力、表現力等】現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、適切な解決方法を選択し、説明できるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】自己、他者を理解し、生きがいのある生活が送れるようにする。

科目 保健の目標：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、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善してゆく能力を育てる。

【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】
筆記テストで評価する。	授業内のプリントや、個人カードで学習する。	グループワーク等、積極的に参加する。

	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	健康の考え方と成り立ち	健康についての多様な考え方	【知識・技能】 学期末の考查をもとに評価する。 【思考・判断・表現】 授業内のレポート 【主体的に学習に取り組む態度】 個人カードの提出状況、授業に取り組む姿勢を総合的に見て評価する。	○	○	○	10
	私たちの健康のすがた	わが国における健康水準の向上		○	○	○	
	生活習慣病の予防と回復	生活習慣病とその種類 予防から回復まで		○	○	○	
	がんの原因と予防	がんとその種類 がんの予防		○	○	○	
	がんの治療と回復	がんの治療と緩和ケア がんとともに生きる会社づくり		○	○	○	
	運動と健康	健康からみた運動の意義 健康により運動のしかた		○	○	○	
	食事と健康	健康的な食生活の意義 健康により食事のとり方		○	○	○	
2 学 期	喫煙と健康	喫煙の影響 喫煙への対策	【知識・技能】 調べ学習のテーマ設定、内容で評価する。 【思考・判断・表現】 調べ学習のレポート内容で評価する。 各班の発表後の個人カードで評価する。 【主体的に学習に取り組む態度】 調べ学習の提出状況、授業に取り組む姿勢、個人カードを総合的に見て評価する。	○	○	○	17
	飲酒と健康	飲酒の影響 飲酒への対策		○	○	○	
	薬物乱用と健康	薬物乱用の影響 薬物乱用の要因と対策		○	○	○	
	精神疾患の特徴	精神疾患の要因と種類 精神保健の今日的課題		○	○	○	
	精神疾患の予防	日常生活における精神疾患の予防 精神保健の早期発見・早期治療		○	○	○	
	精神疾患からの回復	専門家による支援と治療 社会環境の整備		○	○	○	
	現代の感染症	感染症とは さまざまな感染症		○	○	○	
	感染症の予防	感染症予防の3原則 現代の感染症対策		○	○	○	
	性感染症・エイズとその予防	性感染症・エイズとは 性感染症・エイズの予防		○	○	○	
	健康に関する意思決定・行動選択	意思決定・行動選択とそれに影響 を与える要因 適切な意思決定・行動選択を実現 する工夫		○	○	○	
	健康に関する環境づくり	健康を保持増進するための環境 ヘルスプロモーションの考え方 にもとづく環境づくり		○	○	○	
	事故の現状と発生要因	事故とその被害 事故の発生に関連する要因	【知識・技能】 調べ学習のテーマ設定、内容で評価する。 【思考・判断・表現】	○	○	○	

3 学 期	安全な社会の形成	自他の安全を確保する行動 安全を確保する社会の取り組み	調べ学習のレポート内容で評価する。 各班の発表後の個人カードで評価する。 【主体的に学習に取り組む態度】 調べ学習の提出状況、授業に取り組む姿勢、 個人カードを総合的に見て評価する。	○	○	○	8
	交通における安全	交通事故防止のための取り組み 交通事故と運転者の責任		○	○	○	
	応急手当の意義とその基本	応急手当の意義 応急手当の手順		○	○	○	
	日常的な応急手当	けがに応じた応急手当 熱中症の応急手当		○	○	○	
	心肺蘇生法	心肺蘇生法の意義と方法		○	○	○	
							合計
							35