年間授業計画 様式例

高等学校 令和８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　Ａ 組～　Ｇ 組

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について理解を深め、生涯を通じて自らの健康を管理、改善する力を育てる。

【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】
健康で安全な生活を実現する知識や技能を身につける。	健康で安全な生活を実現するために適切に意思決定力し、表現する力を身につける。	健康で安全な生活を実現しようとする態度を身につける。

	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 健康の成り立ちとその要因	【知識・技能】 学期末考査、提出物・レポートの内容 【思考・判断・表現】 提出物・レポートの内容 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢	○	○	○	9
	私たちの健康のすがた	わが国における健康水準の向上 わが国における健康問題の変化					
	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 健康によい運動のしかた					
	食事と健康	健康的な食生活の意義 健康によい食事のとり方					
	休養・睡眠と健康	健康からみた休養の意義 健康からみた睡眠の意義					
	定期考査			○	○		1
2学期	喫煙と健康	喫煙の影響 喫煙への対策	【知識・技能】 学期末考査、提出物・レポートの内容 【思考・判断・表現】 提出物・レポートの内容 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢	○	○	○	16
	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					
	定期考査			○	○		1
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	【知識・技能】 学期末考査、提出物・レポートの内容 【思考・判断・表現】 提出物・レポートの内容 【主体的に学習に取り組む態度】 授業に取り組む姿勢	○	○	○	7
	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					
	定期考査			○	○		1
							合計 35