

年間授業計画

高等学校 令和6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

教科担当者：A組：笹崎

使用教科書：「高等学校 保健体育 Textbook」「高等学校 保健体育 Activity」（第一学習社）

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、明るく豊かで活力の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
1 学 期	単元 応急手当 【知識及び技能】 正しい手順や方法を理解し、行動できる。 【思考力、判断力、表現力等】 どのような場面が想定できるかを考え、場面において手当ができる。 【学びに向かう力、人間性等】 迅速に応急手当ができるように互いに協力・連携ができる。	・指導事項 応急手当 ・教材 練習用AED、ダミー人形、三角巾、包帯、スマートスクール端末	【知識及び技能】 正しい手順や方法を理解し、行動できている。 【思考力、判断力、表現力等】 どのような場面が想定できるかを考え、場面において手当ができる。 【学びに向かう力、人間性等】 迅速に応急手当ができるように互いに協力・連携ができている。	○	○	○	3
	単元 健康の考え方 【知識及び技能】 国民の健康水準の向上や疾病構造の変化を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な要因を理解し、環境との相互作用を理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 個人の適切な意思決定や行動が環境や健康に大きく関わることを理解する。	・指導事項 健康の考え方 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 国民の健康水準の向上や疾病構造の変化を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 様々な要因を理解し、環境との相互作用を理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 個人の適切な意思決定や行動が環境や健康に大きく関わることを理解している。	○	○	○	4
	単元 生涯を通じる健康 【知識及び技能】 生涯の各段階における健康について理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 健康課題に応じた自己の健康委管理を理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 自己の健康と環境づくりをが重要であることを理解して行動できる。	・指導事項 生涯を通じる健康 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 生涯の各段階における健康について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 健康課題に応じた自己の健康委管理を理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 自己の健康と環境づくりをが重要であることを理解して行動できている。	○	○	○	4
	単元 精神疾患の予防と回復 【知識及び技能】 運動と食事、休養と睡眠の調和について理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 健康や安全に関する原則に着目して解決法を思考する。 【学びに向かう力、人間性等】 自他や社会の課題を発見し、精神疾患の予防と回復を理解する。	・指導事項 精神疾患の予防と回復 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 運動と食事、休養と睡眠の調和について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 健康や安全に関する原則に着目して解決法を思考できている。 【学びに向かう力、人間性等】 自他や社会の課題を発見し、精神疾患の予防と回復を理解している。	○	○	○	4
	定期考査			○	○		1

2 学 期	単元 生活習慣病などの予防と回復 【知識及び技能】 生活習慣病の原因を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の生活習慣を振り返り、運動・食事・休養・睡眠について把握する。 【学びに向かう力、人間性等】 生活の改善点を認識して、疾病の早期発見や社会的対策について理解する。	・指導事項 生活習慣病などの予防と回復 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 生活習慣病の原因を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の生活習慣を振り返り、運動・食事・休養・睡眠について把握している。 【学びに向かう力、人間性等】 生活の改善点を認識して、疾病の早期発見や社会的対策について理解している。	○	○	○	4
	単元 安全な社会づくり 【知識及び技能】 安全な社会づくりには、環境の整備と個人の取り組みが必要であることを理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 環境の整備が安全な社会づくりに必要であることを踏まえて取り組むことを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 自他の生命を尊重してする態度、また責任ある行動の大切さを理解する。	・指導事項 安全な社会づくり ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 安全な社会づくりには、環境の整備と個人の取り組みが必要であることを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 環境の整備が安全な社会づくりに必要であることを踏まえて取り組むことを理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 自他の生命を尊重してする態度、また責任ある行動の大切さを理解している。	○	○	○	3
	単元 食品と健康 【知識及び技能】 食品の安全性と健康の保持増進の重要性を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 食品の安全を確保する法律や規制について理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 正しい知識・情報をもとに安全な食品を選んで購入することができる。	・指導事項 食品と健康 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 食品の安全性と健康の保持増進の重要性を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 食品の安全を確保する法律や規制について理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 正しい知識・情報をもとに安全な食品を選んで購入することができる。	○	○	○	2
	単元 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 【知識及び技能】 生活習慣病との要因になること、心身の健康について理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 個人や社会環境への対策について考える。 【学びに向かう力、人間性等】 心身の健康や社会環境に及ぼす行動と責任を理解する。	・指導事項 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 生活習慣病との要因になること、心身の健康について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 個人や社会環境への対策について考えることが出来ている。 【学びに向かう力、人間性等】 心身の健康や社会環境に及ぼす行動と責任を理解している。	○	○	○	4
	定期考査						1
3 学 期	単元 現代の感染症とその予防 【知識及び技能】 感染症の発生要因について理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 時代や地域によっての違いを理解し、対策について理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 個人の取り組み及び社会的な対策を行うことの必要性を理解する。	・指導事項 現代の感染症とその予防 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 感染症の発生要因について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 時代や地域によっての違いを理解し、対策について理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 個人の取り組み及び社会的な対策を行うことの必要性を理解している。	○	○	○	3
	単元 がんの発生と予防 【知識及び技能】 がんの発生と要因や発がん物質について理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 がんの一次予防を理解し、早期発見の重要性を理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 早期発見と2次予防を考えた生活と生活習慣を理解する。	・指導事項 がんの発生と予防 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 がんの発生と要因や発がん物質について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 がんの一次予防を理解し、早期発見の重要性を理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 早期発見と2次予防を考えた生活と生活習慣を理解している。	○	○	○	2
	単元 欲求不満と適応機制 【知識及び技能】 欲求不満や葛藤が起こる要因を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 生きていくうえで、欲求とどのように対応していくか理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 自らの行動や考え方を見つめて、心や体のバランスを整えることを理解する。	・指導事項 欲求不満と適応機制 ・教材 プリント、教科書、スマートスクール端末	【知識及び技能】 欲求不満や葛藤が起こる要因を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 生きていくうえで、欲求とどのように対応していくか理解している。 【学びに向かう力、人間性等】 自らの行動や考え方を見つめて、心や体のバランスを整えることを理解している。	○	○	○	3
	定期考査						1
							合計
							39