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　 1 組～　　5 組

教科担当者：１～５組　杉村　悟

使用教科書：新高等保健体育（大修館）

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、技能を身に付けることができる。

【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ことができる。

【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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養うことができる。

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】
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、技能を身に付けることができる。	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、目的や状況に応じて他者に伝える力を養うことができる。	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ことができる。

	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 ・我が国の死亡率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・健康の考え方について、様々な考え方があるとともに、時代の変遷によって変化していることを理解することができる。 【思考・判断・表現】 ・平均寿命や死亡率などのグラフから、健康の移り変わりを分析し、ワークシートに書くことができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・健康について興味関心をもち、自らの健康について私生活に生かすことができる。		○	○	3
	現代の感染症とその予防 ・感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られることを理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・感染症の原因と発生について理解し、予防の重要性を理解することができる。 【思考・判断・表現】 ・現代における感染症に即して、私生活での予防方法を考えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・感染症を自分事として捉え、予防方法を主体的に学習することができる。	○	○		4
	生活習慣病の予防と回復 ・生活習慣病を取り上げ，これらのリスクを軽減し予防するには，生活習慣の改善や定期的な健康診断等を受診することが必要であることを理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・生活習慣病には様々な疾病があることを理解し、一次予防の重要性を理解することができる。 【思考・判断・表現】 ・生活習慣病にならないために、若い時からできる予防方法を考えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・生活習慣病を自分事として捉え、主体的に学習に取り組むことができる。	○	○	○	4
	定期考査			○	○		1
2学期	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ・喫煙や飲酒、薬物乱用は，生活習慣病の要因となることや心身の健康を損ねることを理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・喫煙や飲酒、薬物が健康に大きな影響を与えることを理解し、具体的な疾病や留意点を挙げることができる。 【思考・判断・表現】 ・喫煙や飲酒、薬物について、自己や周囲の人への影響について考え改善策を挙げることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・喫煙や飲酒、薬物について、身近な事として捉え、主体的に学習に取り組むことができる。	○	○	○	8
	精神疾患の予防と回復 ・精神疾患は、心理的、生物的、または社会的な機能の障害等が原因となり、精神活動が不全の状態であることを理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・精神疾患について、様々な状況で誰でもなり得ること、また、予防と回復の重要性を理解することができる。 【思考・判断・表現】 ・精神状態を安定させるための方法を考え、複数挙げることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・現代における精神疾患において、自分事として捉え、主体的に学習に取り組むことができる。		○	○	6
	定期考査			○	○		1

３学期	安全な社会づくり ・事故の防止や発生に伴う傷害等を軽減することは、環境の整備、環境に応じた適切な行動など、個人の取組を理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・安全な社会をつくるために必要な個人の取り組みについて理解できる。 【思考・判断・表現】 ・安全な社会をつくるために必要な個人の取り組みについて考え、具体例を挙げることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・安全な社会づくりについて、自分事として捉え、主体的に学習に取り組むことができる。		○	○	4
	応急手当 ・適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防ぎ、傷病者の苦痛を緩和したりすることを理解できる。	○指導事項 ○教材 ・教科書 ・ワークシート ・パワーポイント資料 ○一人１台端末の活用	【知識・技能】 ・心肺蘇生法を含めた日常的な怪我の基本的な対応について理解し、実践することができる。 【思考・判断・表現】 ・状況に応じて応急手当の方法を考え、仲間と協働しながら解決することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・応急手当について身近な事として捉え、主体的に学習に取り組むことができる。	○	○		4 合計 35
	学年末考査			○	○		