

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

教科担当者: 古原一輝

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】 単元ごとの専門的知識や健康を保持・増進する方法を身に付け、基礎的・基本的な能力の向上を目指す。

【思考力、判断力、表現力等】 単元に応じた学習方法について自ら考え、模索し、積極的に表現する力を高める。

【学びに向かう力、人間性等】 公正、協力、責任などの態度を身につけ、人間性を高める。

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】
健康の考え方について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活のかかわりを理解することができる。	健康の考え方について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表すことができる。	健康の考え方について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができる。

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
単元名 健康の考え方 【知識及び技能】 健康の考え方は個人によって多様な考え方があることを理解でき 【思考力、判断力、表現力等】 健康の成り立ちには、主体要因や環境要因が関与していること説明 【学びに向かう力、人間性等】 健康の考え方について話し合いや意見交換などに取り組むことがで	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 健康の考え方が変化していること及びわが国の健康水準の変化とその背景を説明している。 【思考力、判断力、表現力等】 自身の健康課題とつなげて考えている。 【学びに向かう力、人間性等】 身近に知っている健康課題について積極的に考えている。	○	○	○	3
単元名 精神疾患の予防と回復 【知識及び技能】 心身の健康を保持増進するには、飲酒やストレスに適切に対処する 【思考力、判断力、表現力等】 心身の健康を保持増進するための方法について、個人及び社会との事 【学びに向かう力、人間性等】 心身にわかる身近な経験を踏まえて、意見交換や発表に意欲的に	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 心身の健康を保持増進するための対処法について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 適切に管理するための方法やポイントを挙げている。 【学びに向かう力、人間性等】 生活習慣をよりよくするための方法について、仲間と協力して模索している。	○	○	○	4
単元名 生活習慣病とその予防 【知識及び技能】 健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決に役立つ基礎的 【思考力、判断力、表現力等】 健康の保持増進と疾病の予防について、総合的に考え、それらを説 【学びに向かう力、人間性等】 健康の保持増進と疾病の予防について、意欲的に学習に取り組むこ	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 生活習慣病の意味を理解し、具体的な疾病項目についてあげ、それぞれの関わりを理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 生活習慣病の例をあげ、その予防法について具体的に説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 生活習慣病の具体例から自分の今後の課題について見つけようとしている。	○	○	○	4
定期考査			○	○		1
単元名 喫煙・飲酒・薬物乱用 【知識及び技能】 喫煙や飲酒、薬物が及ぼす健康への影響について理解できる。 【思考力、判断力、表現力等】 健康リスクから自身の対策方法について考え、意見交換や発表でき 【学びに向かう力、人間性等】 健康リスクを回避するための対策について意欲的に考え、学習に参	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 喫煙・飲酒・薬物における法的な制限や害について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 身の回りの生活で経験したことを挙げ、知っている知識をもとに議論している。 【学びに向かう力、人間性等】 将来の健康を作るために、それぞれの害について理解しようとしている。	○	○	○	5
単元名 喫煙・飲酒・薬物乱用 【知識及び技能】 喫煙や飲酒、薬物による健康被害の防止に必要な個人および社会環 【思考力、判断力、表現力等】 レポートや発表会で広い視野を持った意見を述べることができ 【学びに向かう力、人間性等】 個人だけでなく社会レベルで予防をとしていく重要性について理解	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 喫煙・飲酒・薬物における日本や世界の対策の例をあげることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 生活にわたって自身の健康に及ぼす害について説明し、対策や予防法についてレポートをまとめている。 【学びに向かう力、人間性等】 互いの意見を尊重し、健康づくりの議論を進めている。	○	○	○	5
単元名 現代の感染症とその予防 【知識及び技能】 性感染症の現状や感染の放置による症状の重症化について理解でき 【思考力、判断力、表現力等】 予防法について考え、話し合いや意見交換で発言している。 【学びに向かう力、人間性等】 エイズとその予防について、課題の解決に向けて話し合いや意見	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 感染症の種類と体に及ぼす影響について理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 感染症の問題に関して例をあげて説明している。感染症の予防対策について、社会と個人に分けて説明できる。 【学びに向かう力、人間性等】 感染症予防に向けての方法を主体的に考えている。	○	○	○	4
定期考査			○	○		1
単元名 応急手当 【知識及び技能】 応急手当には、正しい手順や方法があることについて理解できる。 【思考力、判断力、表現力等】 実習等から課題を見つけたら、整理したりしてそれらを説明でき 【学びに向かう力、人間性等】 応急手当の意義や心肺蘇生法についての学習活動に意欲的に取り組	・ワークシート ・ICT機器 ・補助教材 ・アクティブラーニング	【知識及び技能】 人工呼吸、胸骨圧迫、AEDによる除細動の原理と意義を理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 心肺蘇生法の各手順のポイントを基に、実習を安全に行える。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力して実習に取り組んでいる。	○	○	○	7
定期考査			○	○		1
						合計
						35