年間授業計画 様式例

## 都立小平 高等学校 令和7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

教科担当者: ( 組: ) ( 組: ) ( 組: ) ( 組: ) ( 組: )

使用教科書: (新高等保健体育 大修館書店)

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w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。

科目 保健 の目標:

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かうカ、人間性等】
個人及び社会生活における健康・安全について 理解するとともに、技能を身に付けるようにす る。	合理的、計画的な解決に向けて思考し判断す	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	1 現代社会と健康 (ア)健康の考え方 【知識及び技能】 健康課題について、各種の指標や疾病構造の 変化を通して理解できるようにする。適切な意 思決定や行動選択により、リスク軽減するとと もに、自らの健康を適切に管理することが必必 で、健康づくりが重要であることを理解する。 【思考力、判断力、表現力】 健康に対しる事象や情報などについて、健康 の社会生活と関連付けたりして、自他や社会の 課題を発見する。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会における個人及び集団の健康につい て、健康の保持増進やそれを支える環境づくり を目指し、活力ある生活を営む態度を養う。	【指導項目】 ・日本における健康課題の変遷 ・健康の考え方と成り立ち ・ヘルスプロモーションと健康に関わる環境 づくり ・健康に関する意思決定・行動選択 【教材】 ・タブレットPC ・教科書 ・学習プリント 【一人1台端末の活用】 ・振り返りやまとめ(Classi) ・調ベ学習	【知識及び技能】 健康課題について、理解を深めるとともに適切な意思決定・行動選択をすることができる。 【思考力、判断力、表現力】 課題を発しし健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現している。 【主体的に取り組む態度】・授業に取り組む態度・投業中の発言など・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	5
	(1)現代社会と健康 (イ)現代の感染症とその予防 【知識及び技能】 時代や地域生や流行に違いが見られる対策とともに、機人の取組が必要であることをもに、個人の取組が必要であることをもに、個人の取組が必要であることをを理解す 【思考力、判断力、表現力】 感染症の発生や流行には時代や地域によって整連し、感染のリスクを軽減するための個人の取理し、感染のリスクを軽減するための個人の取理し、感染のリスクを軽減することができる。 【学びに向かう力・人間性等】 生涯を通じて、自他の健康の保持増進やそれを支援が気がなる場合では、自然を開けるく豊かで活力となる。	<ul> <li>【指導項目】</li> <li>・現代における感染症の問題</li> <li>・感染症・エイズとその予防</li> <li>【数材】</li> <li>・タブレットPC</li> <li>・教科書</li> <li>・学習ブリント</li> <li>【一人1台端末の活用】</li> <li>・振り返りやまとめ(Classi)</li> <li>・調ベ学習</li> </ul>	【知識及び技能】 感染症について、理解を深めるとともに個人・社会の取組 を理解している。 【思考力、判断力、表現力】 課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解 決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現してい る。 【主体的に取り組む態度】 ・授業に取り組む態度】 ・授業中の発言など ・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	4
	1)現代社会と健康 (ウ)生活習慣病などの予防と回復 ・予防と回復 ・身体活動、運動と健康 【知識及び技能・予防するには、適切な運動、食 生活を被けることが必要であること。定期的な 健康診断やがん検診などを受信することがと変制の表現解する。 【思考力】判断力、表現力】 生活習慣基底自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの手防と回復について、習得分析し、リスクの転譲と生活の質整理できる。 【学びに向かう力・人間性等】 生涯を通じて、自他の健康の保持増進やそれを支充る環境づくりを目指し、明るく豊かで活起で、自他の健康の保持増進やそれを支充る環境では、対していまれた。	<ul> <li>【指導項目】</li> <li>・生活習慣病の予防と回復</li> <li>・身体活動・運動と健康</li> <li>【数材】</li> <li>・タブレットPC</li> <li>・教科書</li> <li>・学習プリント</li> <li>【一人1台端末の活用】</li> <li>・振り返りやまとめ(Classi)</li> <li>・調ベ学習</li> </ul>	【知識及び技能】 生活習慣病について、理解を深めるとともに生涯にわたって健康的な生活を続けるためめの知識を理解している。 【思考力、判断力、表現力】 課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解 決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現している。 【主体的に取り組む態度】 ・授業に取り組む姿勢及び態度 ・授業中の発言など ・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	2
	定期考査			0	0		1

	(1)現代社会と健康 (ウ)生活習慣病などの予防と回復 ・食事を健康 ・が水の予防と回復 「魚事を健康 ・が水の予防と回復 「知識及び疾症 」リスク軽減・予防には、適切な運動、食事、 体養競技・予防には、適切な運動、食事、 体養成び睡性とが必要であること、定様的な建康的な健康 を続けることが必要で受信することが必要 「思考した知識を基に軽することが必要 「思考した知識を基に自他の生活習慣や社会 環境分析し、取和を基に自他の生活習慣の向点と 「登でが個し、即の金的な対策を整理する。 「学びに向して、助のなが策を整理すると 「学びに向しなり、自他・自性等」 生涯を通じづくり。自他・自情等】 もなる生活を愛覚むための学習に主体的に取り組むことができるようにする。	【指導項目】 ・食事と健康 ・体養・睡眠と健康 ・がんの予防と回復 【数材】 ・タブレットPC ・教習 ブリット ・教習 ブリント 【一人1台端末の活用】 ・振り返りやまとめ(Classi) ・調ベ学習	【知識及び技能】 生活習慣病について、理解を深めるとともに生涯にわたって健康的な生活を続けるためめの知識を理解している。 【思考力、判断力、表現力】 課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現している。 【主体的に取り組む態勢及び態度 ・授業中の発言など ・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	7
2 学期	(1)現代社会と健康 (エ)喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ②喫煙、飲酒と健康 「知識及び技能」 「製煙を添酒は、生活習慣病などの要因となり 心身の健康を指ねることを理解する。 「思考力、判断力、表現力」 「喫煙、飲酒の防止について、我が国のこれま 「吸煙、飲酒の防止について、我が国のこれま 「変の面からが打したり、諸外国と比較したりし て、防止策を評価する。 「学びに向かう自体の健康の保持増進やそれを 支える環境づづくりを目指し、明るく豊かで活力 ある生活を環境づづりを目指し、明るく豊かで活力 ある生活を環境づくりを目指し、明るく豊かで活力 ことができるようにする。	【指導項目】 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 【教材】 ・タイレットPC ・教科書 リント 【一人1 台端末の活用】 ・振り返りやまとめ(Classi) ・調ベ学習	知識及び技能】	0	0	0	5
	(1)現代社会と健康 (エ)喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ①薬物乱用と健康 ①素物乱用と健康 【知識及び技能】 薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全など 行ってはならないことを理解する。正しい知識 の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの の普及、健全な価値観や規範で設定が立めなども理解する。 【思考力・判断力、表現力】 薬物乱用防止について、これまでの取組をらなど がしたり、諸外国と比較したりして、防止策 肝したり、部外国と比較したりして、防止策 評価する。 【学びに向かう力・他の健康の限特増進やそれを力を発活を環境づざむための学習に主体的に取り組む とができるようにする。	【指導項目】 ・薬物乱用と健康 【教材】 ・タブレットPC ・教科書 ・学習プリント 【一人1台端末の活用】 ・振り返りやまとめ(Classi) ・調ベ学習	【知識及び技能】 薬物乱用について、理解を深めるとともに生涯にわたって 健康的な生活を続けるためめの知識を理解している。 【思考力、判断力、表現力】 課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解 次の方法を思考し判断するともに、それらを表現している。 【主体的に取り組む態度】 ・授業に取り組む態度】 ・授業中の発言など ・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	2
	定期考査			0	0		1

_							合計
	定期考査			0	0		1
	②安全社社会生活 (イ) 広急手当 (の広急手当の意義 (の日常的な応急手当の意義) (の日常的な応急手当の意義 (の日常的な応急・ (番) では、	【指導項目】 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心肺蘇生法 【教材】 ・タブレットPC ・教科書 ・学習プリント 【一人1台端末の活用】 ・振り返りやまとめ (Classi) ・調ベ学習	【知識及び技能】 傷害や疾病の悪化を防いだり、苦痛を緩和したりすること が理解できる。 【思考力、判断力、表現力】 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目 して危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現して 【主体的に取り組む態度】 ・授業に取り組む態度 ・授業に取り組む変勢及び態度 ・授業の発音など ・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	5
3 学期	生涯を通じて、目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 ある生活を営むための学習に主体的に取り組む ことができるようにする。	<ul> <li>【指導項目】</li> <li>事故の現状と発生要因</li> <li>安全な社会の形成</li> <li>交通における安全</li> <li>【教材】</li> <li>タブレットPC</li> <li>教科書</li> <li>学習プリント</li> <li>【一人1台端末の活用】</li> <li>振り返りやまとめ(Classi)</li> <li>調べ学習</li> </ul>	知識及び技能】 事故の現状と発生要因について理解を深めるとともに安全に対しての知識を深める。 [思考力、判例力、表現力] 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現して指生体的に取り組む態度】・接業に取り組む態度」・接撃の発言など・課題への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	3
	(1)現代社会と健康 (オ)精神疾患の予防と回復 (オ)精神疾患の予防と回復 (特神疾患の特徴 (分精神疾患のの対処 【知識及び技能】 精神機能の感害などが原因となけ記知、 情動、行動になが変しなが原因となが原因となけ記知、 情動、行動がとめ不ることを理解する。 【思考力、判断力、表現力】 精神疾患の予防と回復について、習得した知代を表し、心身の健康を保ち、不調に早く気付と、ために必要な個人の取組や社会的な対策を整理する。 【学びに向かう力・人間性等】 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ための学習に主体的に取り組むことができるようにする。	<ul> <li>【指導項目】</li> <li>・精神疾患の特徴・精神疾患への対応</li> <li>【教材】</li> <li>・タブレットPC・教科書・学習プリント</li> <li>【一人1台端末の活用】・振り返りやまとめ(Classi)・調べ学習</li> </ul>	【知識及び技能】 精神疾患について、理解を深めるとともに生涯にわたって 健康的な生活を続けるためめの知識を理解している。 【思考力、判断力、表現力】 課題を発し健康や安全に関する原則や概念に着目して解 決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現してい る。 【主体的に取り組む態度】 ・授業に取り組む態度】 ・授業中の発言など ・機関への取組、課題提出状況、小テストなど	0	0	0	3

合計 39