

都立小平 高等学校 令和7年度（2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2学年 A組～G組

教科担当者：（組： ）（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・安全について理解するとともに、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、目的や状況に応じて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<br>時数 |
|---|---|---|---|---|---|----------|
| <p>A 生涯を通じる健康</p> <p>【知識及び技能ア】<br/>生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解させる。</p> <p>【知識及び技能イ】<br/>労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する障害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】<br/>生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康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、それらを表現できるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】<br/>他者の考えを聞いて多様な考えを知り、話し合いの中で解決法を考えさせる。</p> | <p>【指導項目】<br/>ア. 生涯の各段階における健康<br/>・思春期と健康<br/>・結婚生活と健康<br/>・加齢と健康<br/><br/>イ. 労働と健康<br/>・労働災害と健康<br/>・働く人の健康の保持増進</p> <p>【教材】<br/>・タブレットPC<br/>・教科書<br/>・学習プリント</p> <p>【一人1台端末の活用】<br/>・振り返りやまとめ (Classi)<br/>・調べ学習</p> | <p>【知識・技能】<br/>生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解することができる。</p> <p>【知識及び技能②】<br/>労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する障害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解させる。</p> <p>【思考・判断・表現】<br/>生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康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、それらを表現することができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】<br/>他者の考えを聞いて多様な考えを知り、話し合いの中で解決法を考えることができる。</p>                         | ○ | ○ | ○ | 2        |
| 定期考査  |   |   | ○ | ○ |   | 1        |
| <p>B 健康を支える環境づくり</p> <p>食品と健康</p> <p>【知識及び技能】<br/>食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であること、安全性を確保するために、法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや適切な管理が重要であることを理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】<br/>食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して健康被害の防止と健康の保持増進のための計画を立てることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】<br/>他者の考えを聞いて多様な考えを知り、話し合いの中で解決法を考えさせる。</p>                            | <p>【指導項目】<br/>食品と健康<br/>・食品の安全性<br/>・食品衛生に関わる活動</p> <p>【教材】<br/>・タブレットPC<br/>・教科書<br/>・学習プリント</p> <p>【一人1台端末の活用】<br/>・振り返りやまとめ (Classi)<br/>・調べ学習</p>   | <p>【知識及び技能】<br/>食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であること、安全性を確保するために、法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや適切な管理が重要であることを理解することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】<br/>食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して健康被害の防止と健康の保持増進のための計画を立てることができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】<br/>他者の考えを聞いて多様な考えを知り、話し合いの中で解決法を考えることができる。</p>  | ○ | ○ | ○ | 7        |
| <p>2学年</p> <p>1)現代社会と健康<br/>(エ)喫煙、飲酒、薬物乱用と健康<br/>⑦喫煙、飲酒と健康</p> <p>【知識及び技能】<br/>喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解する。</p> <p>【思考力、判断力、表現力】<br/>喫煙、飲酒の防止について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価する。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】<br/>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。</p>                               | <p>【指導項目】<br/>・喫煙と健康<br/>・飲酒と健康</p> <p>【教材】<br/>・タブレットPC<br/>・教科書<br/>・学習プリント</p> <p>【一人1台端末の活用】<br/>・振り返りやまとめ (Classi)<br/>・調べ学習</p>   | <p>【知識及び技能】<br/>人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し、行政及びその他機関から保健・医療サービスが提供されていること、健康を保持増進するためには、自己の健康上の課題を把握し、保健機関・医療機関、保健・医療サービスを適切に活用していくことが重要であること、医薬品は大きく3つに大別され、その有効性や安全性が審査され販売に規制が設けられていることを理解することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】<br/>保健・医療サービスの適切な活用や、医薬品の制度とその活用について理解し、自他の生活の質の向上のために利用法を整理し、説明することができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】<br/>他者の考えを聞いて多様な考えを知り、話し合いの中で解決法を考えることができる。</p> | ○ | ○ | ○ | 5        |

