

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 1 学年 A 組～ F 組					
教科担当者：（A組：）		（B組：）		（C組：）	
				（D組：）	
				（E組：）	
				（E組：）	
使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館書店）					
）					
使用教材：（ なし					
）					
教科 保健体育		の目標：			
【知 識 及 び 技 能】		各種運動の特性に応じた技能や、社会生活における健康・安全を理解するとともに、その技能を身に付ける。			
【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】
現代社会と健康、安全な社会生活、生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりとその活用について、個人だけでなく社会生活について総合的に理解できるようにするとともに、それらの内容に関わる技能を身に付けるようにすることを目指す。	健康に関わる事象や健康情報などから自他や社会の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考したり、様々な解決方法の中から適切な方法を選択するなどの判断をしたりするとともに、それらを他者に表現することができるようになることを目指す。	自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力を育てることによって、生徒が現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにすることを目指す。

	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 時 数
1 学 期	生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。	1. ライフステージと健康 2. 思春期と健康① 3. 思春期と健康② 4. 性意識と性行動の選択① 5. 性意識と性行動の選択②	【知識・技能】 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることを理解できるか。 【思考・判断・表現】 生涯を通じる健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるか。	○	○	○	6
	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。 ア 生涯を通じる健康について理解を深めること。 （7）生涯の各段階における健康 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。	5. 妊娠・出産と健康① 6. 妊娠・出産と健康② 7. 避妊法と人工妊娠中絶① 8. 避妊法と人工妊娠中絶② 9. 結婚生活と健康① 10. 結婚生活と健康②	【知識・技能】 結婚生活について、心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できたか。 その際、受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解できたか。 健康課題には年齢や生活習慣などが関わることにについて理解できたか。 【思考・判断・表現】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるか。	○	○	○	6
	定期考査			○	○		1
2 学 期	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。 ア 生涯を通じる健康について理解を深めること。 （7）生涯の各段階における健康 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。 （イ）労働と健康 労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をすることが必要であること。	7. 中高年と健康① 8. 中高年と健康② 9. 働くことと健康 10. 労働災害と健康 11. 健康的な職業生活 12. 復習	【知識・技能】 中高年期を健康やかに過ごすためには、若いときからの自己管理、生きがいが、運動、家族との良好な関係、地域における交流などが関係することを理解できたか。高齢期には、「心身の機能や形態が変化（個人差あり）する。疾病や事故のリスクが高まる。健康の回復が長期化する。」ことについて理解できるようにする。 【思考・判断・表現】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるか。	○	○	○	6
	健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。 ア 健康を支える環境づくりについて理解を深めること。 （7）環境と健康 人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあること。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。 また、環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に導いたものとするよう基準が設定され、それに基づき行われていること。 （イ）食品と健康 食品の安全性を確保することは健康を保持増進する上で重要であること。また、食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定され、それに基づき行われていること。	1. 大気汚染と健康 2. 水質汚濁、土壌汚染と健康 3. 環境と健康にかかわる対策 4. ごみの処理と上下水道の整備 5. 食品の安全性 6. 2 学期の復習	【知識・技能】 人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響・被害をもたらすことについて理解できたか。 【思考・判断・表現】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるか。	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1
3 学 期	健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。 （イ）保健・医療制度及び地域の保健・医療・保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが必要であること。また、医薬品は、有効性や安全性が審査されており、販売には制限があること。疾病からの回復や悪化の防止には、医薬品を正しく使用することが有効であること。 （ロ）様々な保健活動や社会的対策 我が国や世界では、健康課題に対応して様々な保健活動や社会的対策などが行われていること。 （ハ）健康に関する環境づくりと社会参加 自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方を生かした健康に関する環境づくりが重要であり、それに積極的に参加していくことが必要であること。また、それらを実現するには、適切な健康情報の活用が有効であること。	6. 食品衛生にかかわる活動 7. 保健サービスとその活用 8. 医療サービスとその活用 9. 医薬品の制度とその活用 10. 様々な保健活動や社会的対策 11. 健康に関する環境づくりと社会参加 12. 3 学期の復習	【知識・技能】 人間の健康には、食品の安全性を確保することが重要/人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在/行政及びその他の機関などから健康に関する情報、医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供/検診で自己の健康上の課題を的確に把握し、保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用/豊かなスポーツライフの実現が重要/ これらを理解できたか。 【思考・判断・表現】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるか。	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1
							合計 35

