

南葛飾 高等学校 令和5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～ 組

教科担当者：（1組：安藤）

使用教科書：（新高等保健体育）

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】技能及び健康・安全について理解するとともに、技能を身につけるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】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・判断し、他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】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】
健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。	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。	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	A 日本における健康課題の変遷 【知識及び技能】 健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養わせ、意欲的に取り組ませる。	○健康指標や疾病構造の変化から、日本の健康課題を理解する。 ○健康水準や疾病構造の変化には社会の状況が関わっていることを理解する。	【知識及び技能】 健康・安全について理解を深め、技能を身につけている。 【思考力、判断力、表現力等】 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している。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養い、意欲的に取り組んでいる。	○	○	○	5
	B 現代における感染症の問題 C 感染症の予防 D 性感染症・エイズとその予防 【知識及び技能】 健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養わせ、意欲的に取り組ませる。	○感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響することについて理解する。 ○感染症予防の三原則について理解する。 ○性感染症・エイズの現状と今後の課題について理解する。	【知識及び技能】 健康・安全について理解を深め、技能を身につけている。 【思考力、判断力、表現力等】 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している。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養い、意欲的に取り組んでいる。	○	○	○	6
	定期考査			○	○		1
2 学期	E 生活習慣病の予防と回復 F 身体活動・運動と健康 【知識及び技能】 健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養わせ、意欲的に取り組ませる。	○生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要な個人の取り組みについて理解する。 ○生活習慣病の予防や回復のために必要な社会の取り組みについて理解する。 ○身体活動・運動と健康の関係について理解する。 ○身体活動・運動の継続的な実践に必要な個人と社会の取り組みについて理解する。	【知識及び技能】 健康・安全について理解を深め、技能を身につけている。 【思考力、判断力、表現力等】 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している。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養い、意欲的に取り組んでいる。	○	○	○	7
	G 食事と健康 H 休養・睡眠と健康 【知識及び技能】 健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養わせ、意欲的に取り組ませる。	○食事と健康の関係について理解する。 ○健康的な食生活の実践に必要な個人及び社会の取り組みについて理解する。 ○休養・睡眠と健康の関係について理解する。 ○適切な休養・睡眠の確保に必要な個人及び社会の取り組みについて理解する。	【知識及び技能】 健康・安全について理解を深め、技能を身につけている。 【思考力、判断力、表現力等】 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している。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養い、意欲的に取り組んでいる。	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1
3 学期	I 喫煙と健康 J 飲酒と健康 【知識及び技能】 健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養わせ、意欲的に取り組ませる。	○喫煙による健康への影響について理解する。 ○飲酒による健康への影響について理解する。 ○喫煙・飲酒による健康被害の防止に必要な個人及び社会環境への対策について理解する。	【知識及び技能】 健康・安全について理解を深め、技能を身につけている。 【思考力、判断力、表現力等】 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している。 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養い、意欲的に取り組んでいる。	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1

