

武蔵野北高等学校 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 1 組～ 6 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を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とする。
【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、安全について理解を深め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 時 数
1 学 期	第3章 生涯を通じる健康 【知識及び技能】 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できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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ようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 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。	・指導事項 ①思春期と健康 ②性意識の変化と性行動の選択 ③結婚生活と健康 ④妊娠・出産と健康 ⑤家族計画 ・教材 新高等保健体育（大修館書店） ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・女性ホルモンと男性ホルモンの働きと体の変化の関連について整理し理解している。 ・高校生における性情報の入手先を整理し、その特徴について理解している。 ・結婚生活における良好な夫婦関係や親子関係がもたらす家族への健康影響について整理し理解している。 ・受精と妊娠の過程とそれに伴う健康課題について理解している。 ・活用可能な母子健康サービスを調べ書き出している。 ・様々な要因を考慮しながら家族計画を立てる必要があることについて理解できている。 【思考・判断・表現】 ・思春期に抱える健康課題を分析し、その適切な対策について思考し、それらを説明している。 ・高校生における性に関する意思決定・行動選択の課題を発見し、その対策について考え、適切な方法を選択し、説明している。 ・妊娠や出産、育児を含む結婚生活における健康課題を整理し、その対策について考え、適切な方法を選択し、説明できている。 ・妊娠・出産に関わる健康課題を整理し、その対策について考え、適切な解決方法を選択し、説明できている。 ・自分のおかれている状況を理解し、適切な家族計画を選択し、説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・生涯を通じる健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	5
	【知識及び技能】 生涯にわたって健康を保持増進するには、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できるようにする。 労働災害の防止には、作業形態や作業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必要があることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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ようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 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。	・指導事項 ⑥加齢と健康 ⑦高齢社会に応じた取り組み ⑧働くことと健康 ⑨労働災害の防止 ⑩働く人の健康づくり ・教材 新高等保健体育（大修館書店） ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・高齢期の健康に影響する若年期の具体的な生活習慣を理解できている。 ・高齢者における健康課題について理解できている。 ・労働災害の要因や発生件数の推移について整理し、理解できている。 ・ストレス対策について整理し、理解できている。 【思考・判断・表現】 ・若者と高齢者がお互いに理解する具体的な方法を考え、説明している。 ・高齢者の生活を支えるための具体的な取り組みを考え、説明している。 ・働く人の健康課題の現状を整理することができている。加えて、現状を踏まえた将来予想を書き出ししている。 ・労働災害の防止に関する個人や組織および社会の役割について整理し、評価している。 ・働く人の積極的な健康づくりの取り組みについて整理し、具体的な取り組みについて説明できている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・生涯を通じる健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1

2 学 期	<p>第4章 健康を支える環境づくり</p> <p>【知識及び技能】 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適したものとす るよう基準が設定され、それに基づき行われていることを理解できるようにする。</p> <p>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を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 健康を支える環境づくり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ようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、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。</p>	<p>・指導事項 ①大気汚染と健康 ②水質汚濁・土壌汚染と健康 ③健康被害を防ぐための環境対策 ④環境衛生に関わる活動 ⑤食品の安全性と健康 ⑥食品の安全性を確保する取り組み</p> <p>・教材 新高等保健体育（大修館書店）</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 ・大気汚染の原因としてどのようなものがあるのか整理したり、健康影響について理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・水質汚濁・土壌汚染の原因として、どのようなものがあるのか整理したり健康影響について理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・環境基本法のみならず、大気汚染防止法、水質汚濁防止法、土壌汚染対策法など、様々な法律によって管理・対策が行われていることを理解できている。 ・自分の生活活動などを振り返ることで、3Rを整理し、違いも含めて理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・食品の安全性が損なわれると健康に深刻な被害をもたらすこと、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について理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・食品の安全性を確保するための行政や生産・製造者の役割について理解したり、食品表示の内容から健康被害の防止に役立つ分類をしている。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・大気汚染問題に関する個人および社会の取り組みについて分析し、日本と諸外国を比較し、評価している。 ・自分たちの生活との関係を意識し、判断することができる。 ・水質汚濁・土壌汚染問題に関する個人および社会の取り組みについて分析し、日本と諸外国を比較し、評価している。 ・問題に関する個人および社会の取り組みについて分析し、日本と諸外国を比較し、評価している。 ・3Rに関する社会の取り組みについて分析し、日本と諸外国を比較し評価している。 ・食品の生産から製造・加工、保存・流通、消費、廃棄に至るまでの各過程から防止策を考えることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 健康を支える環境づくりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	7
	<p>第4章 健康を支える環境づくり</p> <p>【知識及び技能】 生涯を通じて健康を保持増進するには、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を理解できるようにする。</p> <p>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を理解できるようにする。</p> <p>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を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 健康を支える環境づくり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ようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、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。</p>	<p>・指導事項 ⑦保健制度とその活用 ⑧医療制度とその活用 ⑨医薬品の制度とその活用 ⑩様々な保健活動や対策 ⑪誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくり</p> <p>・教材 新高等保健体育（大修館書店）</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 ・保健行政の役割と提供されている保健サービスについて理解している。 ・領収証の比較を通して、医療保険の仕組みについて理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・医療機関の種類と役割、種類と販売規制について理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・医薬品を服用する前に、医薬品に関する情報を多く収集して、その特性を踏まえた上で正しく使うことについて理解できたことを言ったり書いたりしている。 ・日本や政界では、様々な健康問題があり、ヘルスプロモーションの理念に基づき、それらに対応した保健活動や対策が行われていることを理解できている。 ・誰もが健康に過ごせる社会に向けた環境づくりには、多様な人や組織が参加して進めることが大切であることを言ったり書いたりしている。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・今後の生活の中で起こり得る健康課題の解決策と充実した生活を送るために、保健センターや保健所のサービスを適切に選択している。 ・医療サービスを適切に活用するために、自分ができることや医療関係者に求めることを整理している。 ・医薬品の制度と個人の取り組みを関連付けながら、生活の質の向上のための医薬品の正しい使い方を整理している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	6
	定期考査			○	○		1
3 学 期	<p>課題研究</p> <p>【知識及び技能】 健康や体力、スポーツに関わる様々な事柄について調べて、自らの健康やスポーツに関連して理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 健康の保持・増進や豊かなスポーツライフの実現について説明す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】 健康や体力、スポーツに関心を持ち、今後、生涯にわたって健康を保持・増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成する。</p>	<p>・指導事項 健康や体力、スポーツに関わるテーマ学習</p> <p>・教材 新高等保健体育（大修館書店）</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 ・選んだテーマについて、調査研究し理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・健康やスポーツテーマについて、自らの健康やスポーツに関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・選んだテーマについて、調査研究を進め、課題の解決に向けた学習に主体的かつ協働的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1
							合計
							35