

年間授業計画

高等学校 令和8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 1組～6組  
 教科担当者：（1組：櫻井）（2組：野村）（3組：櫻井）（4組：野村）（5組：野村）（6組：櫻井）  
 使用教科書：（現代高校保健体育（大修館書店701））

教科 保健体育 の目標：心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、  
 ・生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。  
 ・健康の保持増進のための実践力の育成。  
 ・体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

- 【知識及び技能】何を理解しているか。何ができるか。
- 【思考力、判断力、表現力等】理解していること・できることをどう使うか。
- 【学びに向かう力、人間性等】どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか。

科目 保健 の目標：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。  
 ・生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

【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、他者に伝える力を養う。	生涯にわたって健康の保持増進を目指し、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  ・約束事、年間授業計画、履修未履修、評価基準について説明する。 3単元 生涯を通じる健康、ライフステージと健康の関連について説明できる。 ・思春期における体の変化を、女性と男性に分けて説明できる。 ・性意識の男女差について例をあげて説明できる。 ・妊娠・出産の過程における健康課題について説明できる。 ・家族計画の意義と適切な避妊法について説明できる。 ・心身の発達と健康生活の関係について説明できる。 ・加齢ともなう心身の変化について例をあげて説明できる。	0. オリエンテーション	【知識及び技能】 ①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り、健康課題が生じることがあることを理解している。 ②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受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解している。また、家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解している。 ③中高年期には健康診断の定期的な受診などの自己管理、生きがいをもつ・運動やスポーツに取り組む・家族や友人などとの良好な関係を保つ。地域における交流をもつことが健康に過ごすために必要であることを理解している。 【思考・判断・表現】 ①思春期における心身の発達や健康課題について自他や社会の課題を発見している。 ②結婚生活について、心身の発達や健康の保持増進について自他や社会の課題を発見している。 ③中高年期の健康課題について自他や社会の課題を発見している。	○	○	○	5
	1. ライフステージと健康		○	○	○	4
	2. 思春期と健康		○	○	○	3
	3. 性意識と性行動の選択		○	○	○	1
	4. 妊娠・出産と健康		○	○	○	5
	5. 避妊法と人工妊娠中絶		○	○	○	10
	6. 結婚生活と健康		○	○	○	1
7. 中高年期と健康	○	○	○	5		
定期考査			○	○	○	1
2 学 期  ・働くことの意義と健康とのかかわりについて説明できる。 ・労働災害の種類とその原因について例をあげて説明できる。 ・職場がおこなう健康に関する取組について例をあげて説明できる。 ・大気汚染の原因と健康への影響について例をあげて説明できる。 ・水質汚濁、土壌汚染の原因とその健康影響を説明できる。 ・環境汚染による健康被害を防ぐ方法について説明できる。 ・ごみの処理の現状やその課題について説明できる。 ・食品の安全性と健康のかかわりについて説明できる。 ・食品の安全性を確保するための行政や製造者の役割について説明できる。	8. 働くことと健康	【知識及び技能】 ①労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や環境の変化に伴い質や量が変化してきたことを理解している。また、労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることを理解している。また、働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身の両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことを理解している。 ②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、健康に影響を及ぼしたり、被害をもたらしたりすることがあることについて理解している。 ③健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて理解している。 ④上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて理解している。 ⑤人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性を損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、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を理解している。 【思考・判断・表現】 ①健康を支える環境づくりに関わる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、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明している。 【主体的に取り組む態度】 ①学習に関心をもち、主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	5
	9. 労働災害と健康		○	○	○	10
	10. 健康的な職業生活		○	○	○	1
	11. 大気汚染と健康		○	○	○	5
	12. 水質汚濁、土壌汚染と健康		○	○	○	10
	13. 環境と健康にかかわる対策		○	○	○	1
	14. ごみの処理と上下水道整備		○	○	○	5
15. 食品の安全性	○	○	○	1		
16. 食品衛生にかかわる活動	○	○	○	5		
定期考査			○	○	○	1
・医薬品の正しい使用法について説明できる。 ・国際機関・民間機関などの保健活動について例をあげて説明できる。 ・健康の保持増進のための環境づくりに関して説明できる。	17. 医薬品の制度とその活用	【知識及び技能】 ①我が国には、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されていることについて理解している。 ②健康を保持増進するためには、健診などを通して自己の健康上の問題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、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していくことなどが必要であることについて理解している。	○	○	○	5
	18. さまざまな保健活動や社会的対策		○	○	○	5
	19. 健康に関する環境づくりと社会参加		○	○	○	5

3 学期		<p>③我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて理解している。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>①健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスク軽減、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、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明できる。</p>	○	○	○	
	定期考査		○	○		1
				○	○	○