

高等学校 令和7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 A 組～ D 組

教科担当者：

使用教科書： 現代高等保健体育

教科 保健体育

の目標：

【知識及び技能】

運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かにするための理論について理解するとともに、目的に応じた技能を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全についての総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。

【思考力、判断力、表現力等】

自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考判断しているとともに、それらを他者に伝えようとしている。

【学びに向かう力、人間性等】

運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理性、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会作りについての学習に主体的に取り組もうとしている。

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・安全についての総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考判断しているとともに、それらを他者に伝えようとしている。	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会作りについての学習に主体的に取り組もうとしている。

	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 現代社会と健康 【知識及び技能】 ・健康に関する様々な考え方、変化などについて、理解したり、書いたり、伝える。 【思考力、判断力、表現力等】 ・健の考え方について概念を整理し、個人や社会生活と関連付けたり、課題を発見している。 ・自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話合ったり、記述したり、説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 ・健康の考え方について、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。	・指導事項 1 日本における健康課題の変遷 2 健康の考え方と成り立ち 3 ヘルスプロモーションと健康に関わる環境作り 4 健康に関する意思決定・行動選択 ・教材 教科書 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・健康に関する様々な考え方、変化などについて、理解したり、書いたり、伝えることができる。 【思考・判断・表現】 ・健の考え方について概念を整理し、個人や社会生活と関連付けたり、課題を発見することができる。 ・自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話合ったり、記述したり、説明することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・健康の考え方について、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。	○	○	○	4
	現代社会と健康 【知識及び技能】 ・感染症の発生や流行の違いや、新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて、理解したことえを言ったり書いたりしている。 ・感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取組が必要であること、エイズ及び性感染症についても、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・現代の感染症とその予防について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・感染症の発生や流行について事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している。 ・自他や社会の課題の解決方法と、筋道を立てて説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 現代の感染症とその予防について、課題の解決に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。	・指導事項 5 現代における感染症の問題 6 感染症の予防 7 性感染症・エイズとその予防 ・教材 教科書 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・感染症の発生や流行の違いや、新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて、理解したことえを言ったり書いたりすることができる。 ・感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取組が必要であること、エイズ及び性感染症についても、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 【思考・判断・表現】 ・現代の感染症とその予防について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見することができる。 ・感染症の発生や流行について事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用することができる。 ・自他や社会の課題の解決方法と、筋道を立てて説明することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代の感染症とその予防について、課題の解決に向けた学習に自主的に取り組むことができる。	○	○	○	5
	現代社会と健康 【知識及び技能】 ・生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・生活習慣病などの予防と回復には、個人の取組とともに、検診の普及や社会的な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・生活習慣病などの予防と回復について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・生活習慣病などの予防と回復について、課題の解決方法を筋道を立てて説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 生活習慣病とその予防について、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。	・指導事項 8 生活習慣病の予防と回復 9 身体活動・運動と健康 10 食事と健康 11 休養・睡眠と健康 12 がんの予防と回復 ・教材 教科書 ・一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 ・生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 ・生活習慣病などの予防と回復には、個人の取組とともに、検診の普及や社会的な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 【思考・判断・表現】 ・生活習慣病などの予防と回復について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見することができる。 ・生活習慣病などの予防と回復について、課題の解決方法を筋道を立てて説明することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・生活習慣病などの予防と回復について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・生活習慣病などの予防と回復について、課題の解決方法を筋道を立てて説明している。	○	○	○	5
	定期考査			○	○		1

2 学 期	現代社会と健康 【知識及び技能】 ・喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、個人への働きかけ、及び社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、自他や社会の課題の解決方法と、話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 喫煙、飲酒、薬物乱用について、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。	・指導事項 13喫煙と健康 14飲酒と健康 15薬物乱用と健康 ・教材 教科書 ・一人1台端末の活用 等	【知識及び技能】 ・喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、個人への働きかけ、及び社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 ・薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見することができる。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、自他や社会の課題の解決方法と、話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 喫煙、飲酒、薬物乱用について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。	○	○	○	5
	現代社会と健康 【知識及び技能】 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物学的、または社会的な機能の障害などが原因となり、精神活動が不全になった状態であることについて、言ったり書いたりしている。 ・誰もが罹患しうること、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能であることについて、言ったり書いたりしている。 ・人々が精神疾患について正しく理解するとともに、早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・精神疾患の予防と回復について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・精神疾患の予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法を話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 ・精神疾患の予防とその回復について、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。	・指導事項 16精神疾患の特徴 17精神疾患への対応 ・教材 教科書 ・一人1台端末の活用 等	【知識及び技能】 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物学的、または社会的な機能の障害などが原因となり、精神活動が不全になった状態であることについて、言ったり書いたりすることができる。 ・誰もが罹患しうること、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能であることについて、言ったり書いたりすることができる。 ・人々が精神疾患について正しく理解するとともに、早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・精神疾患の予防と回復について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見することができる。 ・精神疾患の予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法を話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・精神疾患の予防とその回復について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。	○	○	○	3
	安全な社会生活 【知識及び技能】 ・事故の発生には、人的要因、環境要因などが関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・交通事故を防止するには、生命を尊重するとともに、心身の状態や環境、特性などを把握することなどが必要であることについて、言ったり書いたりしている。 ・安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、環境の整備、個人の取組、地域の連携が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題を発見している。 ・安全な社会づくりについて、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用している。 ・事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している。 ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題の解決方法を話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 ・精神疾患の予防とその回復について、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。	・指導事項 1 事故の原因と発生要因 2 交通事故防止の取り組み 3 安全な社会の形成 ・教材 教科書 ・一人1台端末の活用 等	【知識及び技能】 ・事故の発生には、人的要因、環境要因などが関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 ・交通事故を防止するには、生命を尊重するとともに、心身の状態や環境、特性などを把握することなどが必要であることについて、言ったり書いたりすることができる。 ・安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、環境の整備、個人の取組、地域の連携が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題を発見することができる。 ・安全な社会づくりについて、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用することができる。 ・事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価することができる。 ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題の解決方法を話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・精神疾患の予防とその回復について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。	○	○	○	3
	定期考査			○	○		1
3 学 期	安全な社会生活 【知識及び技能】 ・適切な応急手当について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・事故災害に対応できる社会をつくるには、応急手当の方法を身に付けることや、社会の救急体制の整備が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・心肺停止状態について方法や手順について、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、AED などを用いて心肺蘇生法ができる。 ・日常生活で起こる傷害などには基本的な応急手当の方法や手順があることを、実習を通して理解し、応急手当ができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・応急手当について、自他や社会の課題を発見している。 ・応急手当について、習得した知識や技能を適切な方法に応用している。 ・応急手当について、課題の解決方法などを話し合ったり、筋道を立てて説明している。 【学びに向かう力、人間性等】 ・応急手当について、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。	・指導事項 4 応急手当の意義と救急医療体制 5 心肺蘇生法 6 日常的な応急手当 ・教材 教科書、AED ・一人1台端末の活用 等	【知識及び技能】 ・適切な応急手当について、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 ・事故災害に対応できる社会をつくるには、応急手当の方法を身に付けることや、社会の救急体制の整備が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができる。 ・心肺停止状態について方法や手順について、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、AED などを用いて心肺蘇生法ができる。 ・日常生活で起こる傷害などには基本的な応急手当の方法や手順があることを、実習を通して理解し、応急手当ができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・応急手当について、自他や社会の課題を発見することができる。 ・応急手当について、習得した知識や技能を適切な方法に応用することができる。 ・応急手当について、課題の解決方法などを話し合ったり、筋道を立てて説明することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ・応急手当について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。				7
	定期考査			○	○		1
							合計 35