

高等学校 令和5年度（4学年（高等学校1学年）） 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 4 学年 A 組～ D 組

使用教科書：（ ）

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にする。

【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	配当 時数
1 学期 単元（現代社会と健康） 【知識】 (7) 健康の考え方 ㉗ 国民の健康課題 について理解できるようにする。 ㉘ 健康の考え方と成り立ちについて理解できるようにする。 ㉙ 健康の保持増進について理解できるようにする。 (4) 現代の感染症とその予防感染症について理解できるようにする。 (9) 生活習慣病などの予防と回復について理解できるようにする。 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用 ㉚ 喫煙、飲酒と健康 喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。 ㉛ 薬物乱用と健康 コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻、など、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を理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 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ようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくりについて、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組めるようにする。	・指導事項 (7) 健康の考え方 (4) 現代の感染症とその予防 (9) 生活習慣病などの予防と回復 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ・教材 教科書・ICT機器・授業プリント	単元（現代社会と健康） 【知識】 (7) 健康の考え方 ㉗ 国民の健康課題 について理解できる。 ㉘ 健康の考え方と成り立ちについて理解できる。 ㉙ 健康の保持増進について理解できる。 (4) 現代の感染症とその予防感染症について理解できる。 (9) 生活習慣病などの予防と回復について理解できるようにする。 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用 ㉚ 喫煙、飲酒と健康 喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できる。 ㉛ 薬物乱用と健康 コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻、など、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を理解できる。 【思考力、判断力、表現力等】 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。 【学びに向かう力、人間性等】 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくりについて、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組める。	○	○	○	17
定期考査			○	○		1

<p>単元（現代社会と健康） 【知識】 (イ) 精神疾患の予防と回復 ⑦ 精神疾患の特徴 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態であることを理解できるようにする。 うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などを適宜取り上げ、若年で発症する疾患が多く、誰もが思い起こすこと、適切な対処により回復が可能であること、疾患を持ちながらも充実した生活を送れることなどを理解できるようにする。</p> <p>⑧ 精神疾患への対処 精神疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクゼーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることを理解できるようにする。 また、心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることを理解できるようにする。 人々が精神疾患について正しく理解するとともに、専門家への相談や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などを理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 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ようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくりについて、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組めるようにする。</p>	<p>・指導事項 (イ) 精神疾患の予防と回復 ・教材 教科書・ICT機器・授業プリント</p>	<p>単元（現代社会と健康） 【知識】 (イ) 精神疾患の予防と回復 ⑦ 精神疾患の特徴 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態であることを理解できる。 うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などを適宜取り上げ、若年で発症する疾患が多く、誰もが思い起こすこと、適切な対処により回復が可能であること、疾患を持ちながらも充実した生活を送れることなどを理解できる。</p> <p>⑧ 精神疾患への対処 精神疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクゼーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることを理解できる。 心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることを理解できる。 人々が精神疾患について正しく理解するとともに、専門家への相談や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などを理解できる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 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。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくりについて、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組める。</p>	<p>○ ○ ○</p>	<p>6</p>
<p>2 学期</p> <p>単元（安全な社会生活） 【知識及び技能】 (イ) 安全な社会づくり ⑦ 事故の現状と発生要因 事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることを理解できるようにする。 ⑧ 安全な社会の形成 事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを旨とす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、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携などが必要であることを理解できるようにする。 ⑨ 交通安全 交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解できるようにする。また、交通事故には補償をはじめとする法的責任などが生じることを理解できるようにする。</p>	<p>・指導事項 (イ) 安全な社会づくり ⑦ 事故の現状と発生要因 ⑧ 安全な社会の形成 ⑨ 交通安全 (イ) 応急手当 ⑦ 応急手当の意義 ⑧ 日常的な応急手当 ⑨ 心肺蘇(そ)生法 ・教材 教科書・ICT機器・授業プリント</p>	<p>単元（安全な社会生活） 【知識及び技能】 (イ) 安全な社会づくり ⑦ 事故の現状と発生要因 事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることを理解できる。 ⑧ 安全な社会の形成 事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを旨とす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、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携が必要であることを理解できるようにする。 ⑨ 交通安全 交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解できるようにする。また、交通事故には補償をはじめとする法的責任などが生じることを理解できる。</p> <p>(イ) 応急手当 ⑦ 応急手当の意義 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防止し、傷病者の苦痛を緩和したりすることを理解できる。また、自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくる。</p>		

<p>にすることを重視することとする。</p> <p>(4) 応急手当</p> <p>⑦ 応急手当の意義</p> <p>適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることを理解できるようにする。また、自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには、一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに、自ら進んで行う態度が必要であること、さらに、社会の救急体制の整備を進めること、救急体制を適切に利用することが必要であることを理解できるようにする。</p> <p>⑧ 日常的な応急手当</p> <p>日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの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なる。</p> <p>⑨ 心肺蘇(そ)生法</p> <p>心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED(自動体外式除細動器)の使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解し、AEDなどを用いて心肺蘇(そ)生法ができるようになる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けて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】</p> <p>安全な社会生活について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>		<p>るには、一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに、自ら進んで行う態度が必要であること、さらに、社会の救急体制の整備を進めること、救急体制を適切に利用することが必要であることを理解できる。</p> <p>⑧ 日常的な応急手当</p> <p>日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの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。</p> <p>⑨ 心肺蘇(そ)生法</p> <p>心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED(自動体外式除細動器)の使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解し、AEDなどを用いて心肺蘇(そ)生法ができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>安全な社会生活について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組める。</p>	○ ○ ○	10
定期考査			○ ○	1
				合計
				35