年間授業計画 新様式

高等学校 令和8年度（１学年～用） 教科　保健体育　科目 保健①

教　科：保健体育　　科　目：保健①　　単位数：1　単位

対象学年組：第　１年次～

教科担当者：（月７８限：濱田・仕立・日高）　（木９１０限：矢野・小口）　（金１２限：濱田・岡田）　（火７８限：加藤）

使用教科書：（ 大修館　現代高等保健体育　）

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①　　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健康づくりを目指し、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	評価の方法	評価の観点			配当時数
				知	思	態	
前期	・保健①の授業計画を知る ・健康の考え方が変化していることを、例をあげて説明できる ・生活習慣病を予防する方法を２つに分けて説明できる。 ・がんの種類や原因、主な治療法や緩和ケアについて理解する	・オリエンテーション ・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた ・生活習慣病とその予防 ・がんの原因と予防 ・がんの治療と回復	出席状況及び授業態度、小テスト、プリント等の提出物、中間考査	○	○	○	9
	・健康にとっての食事・運動の意味について説明できる。 ・喫煙者やその周囲の人に起こる害を説明できる。 ・飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。	・食事と健康 ・運動・休養と睡眠 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康	出席状況及び授業態度、小テスト、プリント等の提出物、中間考査	○	○	○	10
	・薬物乱用が心身の健康や社会に与える影響について説明できる。 ・感染症・性感染症の予防対策について説明できる。 ・精神疾患を予防する方法について説明できる。	・薬物乱用と健康 ・感染症とその予防 ・精神疾患の特徴・予防	出席状況及び授業態度、小テスト、プリント等の提出物、期末考査	○	○	○	10
	・自己の実態と被害の実態について説明できる ・交通事故における責任を3つに分け説明できる ・応急手当の意義について説明できる ・心肺蘇生法の方法を説明できる	・交通事故の現状と発生原因 ・交通における安全 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心肺蘇生法	出席状況及び授業態度、小テスト、プリント等の提出物、期末考査	○	○	○	10
後期							
							合計
							39