

高等学校 令和8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～H組

教科担当者：ADH：浅原 EFG：石渡 BC：山本

使用教科書：（『現代高等保健体育』（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。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。

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
<p>単元：現代社会の健康</p> <p>【知識及び技能】 我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方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】 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。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。</p>	<p>・指導事項 健康の考え方、生活習慣病とその予防と回復、喫煙・飲酒・薬物乱用と健康</p> <p>・教材 教科書「現代高等保健体育」 パワーポイントの活用</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心をもち、自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> <p>【思考・判断・表現】 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に思考し、総合的に捉えることに、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</p>	○	○	○	12
定期考査			○			1
<p>単元：現代社会の健康</p> <p>【知識及び技能】 我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方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】 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。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。</p>	<p>・指導事項 現代の感染症とその予防、精神疾患の予防と回復</p> <p>・教材 教科書「現代高等保健体育」 パワーポイントの活用</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心をもち、自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> <p>【思考・判断・表現】 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に思考し、総合的に捉えることに、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</p>	○	○	○	12
定期考査			○			1

3 学 期	<p>単元：安全な社会生活</p> <p>【知識及び技能】 個人及び社会生活において、様々な事故や災害が発生している。安全な社会を形成するには、事故等の防止に加え、発生に伴う傷害などを軽減することが重要である。事故等の発生には人的要因及び環境要因が関わることを踏まえ、個人の取組に加えて社会的な取組が求められることを理解するとともに、危険の予測やその回避の方法を考えることができるようになる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 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】 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。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。</p>	<p>・指導事項 安全な社会づくり、応急手当</p> <p>・教材 教科書「現代高等保健体育」 パワーポイントの活用</p> <p>・一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心をもち、自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとする。</p> <p>【思考・判断・表現】 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に思考し、総合的に捉えることに、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</p>	○	○	○	8
	定期考査			○			1
						合計	
						35	