

年間授業計画

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 1 組～ 6 組

教科担当者：（1組：宇野 ） （2組：関 ） （3組：八尾 ） （4組：関 ） （5組：八尾 ） （6組： 宇野 ）

使用教科書：（ 現代高等保健体育 保体701 ）

教科 保健体育 の目標： 体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。

- 【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継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた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や目的に応じた運動の組合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。
- 【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、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。

科目 保健 の目標： 保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて自らの健康や環境を適切に管理し改善していくための資質・能力を育成する。

【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や安全に関する課題を認識し、自らの健康管理や生活環境を改善するための方策を理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	個人及び社会生活における心身の健康に関する課題を見出し、合理的・科学的な考えに基づいた解決策を判断できるとともに、それらを他者に伝えている。	健康や安全に対する社会的な取り組みについて関心を持ち、個人の健康的な生活を維持していくことと関連づけて意欲的に学習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	単元：健康の考え方 【知識及び技能】 ・国民の健康課題について、各種の指標や疾病構造の変化を通して理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・国民の健康課題について、データや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法を説明できるようにする。 【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活動に主体的に取り組めるようにする。 単元：生活習慣病とその予防 【知識及び技能】 ・生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要なことを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・生活習慣病の予防と回復について、習得した知識を基に生活習慣を分析し、必要な取組みについて説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 ・生活習慣病について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組めるようにする。 定期考査（実施せず）	・指導事項 ・教材 ・一人 1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ・国民の健康課題について、わが国の死亡率や平均寿命などの各種の指標や疾病構造の変化を通して理解している。 【思考・判断・表現】 ・国民の健康課題について、わが国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、ヘルスプロモーションの考え方を踏まえて課題解決の方法を整理して発言したり記述したりしている。 【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活動に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	3
	単元：喫煙・飲酒と健康 【知識及び技能】 ・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。 【思考力、判断力、表現力等】 ・喫煙・飲酒によるリスクの軽減や防止のために適切な解決方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 ・喫煙・飲酒と健康についての学習に主体的に取り組めるようにする。	・指導事項 ・教材 ・一人 1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ・喫煙・飲酒による健康課題を防止するには正しい知識の普及、健全な価値観の育成などが必要であることについて理解している。 【思考・判断・表現】 ・喫煙・飲酒と健康について、わが国の取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析し、発言したり記述したりしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・喫煙・飲酒と健康について、自他の健康の保持増進、それを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	4
	単元：薬物乱用と健康 【知識及び技能】 ・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、決して手を出してはいけないことについて理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 ・薬物乱用の防止について、個人や社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 ・薬物乱用と健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組めるようにする。 定期考査	・指導事項 ・教材 ・一人 1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ・麻薬、覚醒剤、大麻などの薬物乱用を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの働きかけと、社会環境への対策が必要であることについて理解している。 【思考・判断・表現】 ・薬物乱用を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制など社会環境への対策が必要であることについて理解したことを発言したり記述したりしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・薬物乱用と健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	3
				○	○		1
							0

[illegible]

