年間授業計画

杉並 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～　８組

教科担当者：（　３、４組：金子　）　（　１，２，５組：妹尾　）　（６、７、８組：安田）

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共に、技能を身につけるようにする。

【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	配当時間
1学期	A 現代社会と健康 【知識】 国民の健康課題や健康の考え方は，国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていること。また，健康は，様々な要因の影響を受けながら，主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。健康の保持増進には，ヘルスプロモーションの考えを踏まえた個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりが関わること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	健康の考え方	A 現代社会と健康 【知識】 国民の健康課題や健康の考え方は，国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていること。また，健康は，様々な要因の影響を受けながら，主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。健康の保持増進には，ヘルスプロモーションの考えを踏まえた個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりが関わること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	4
	【知識】 感染症の発生や流行には，時代や地域によって違いがみられること。その予防には，個人の取組及び社会的な対策を行う必要があること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	現代の感染症とその予防	【知識】 感染症の発生や流行には，時代や地域によって違いがみられること。その予防には，個人の取組及び社会的な対策を行う必要があることを理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	5
	【知識】 生活習慣病などの予防と回復 健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には，運動，食事，休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見，及び社会的な対策が必要であること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	生活習慣病などの予防と回復	【知識】 生活習慣病などの予防と回復 健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には，運動，食事，休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見，及び社会的な対策が必要であること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	5
	定期考査			○	○		1
2学期	【知識】 喫煙と飲酒は，生活習慣病などの要因になること。また，薬物乱用は，心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には，個人や社会環境への対策が必要であること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	喫煙，飲酒，薬物乱用と健康	【知識】 喫煙と飲酒は，生活習慣病などの要因になること。また，薬物乱用は，心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には，個人や社会環境への対策が必要であること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	6
	【知識】 精神疾患の予防と回復には，運動，食事，休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに，心身の不調に気付くことが重要であること。また，疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	精神疾患の予防と回復	【知識】 精神疾患の予防と回復には，運動，食事，休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに，心身の不調に気付くことが重要であること。また，疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康について，課題を発見し健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに，それらを表現すること 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	6
	定期考査			○	○		1

3学期	B　安全な社会生活 【知識】 安全な社会づくりには，環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であること。また，交通事故を防止するには，車両の特性の理解，安全な運転や歩行など適切な行動，自他の生命を尊重する態度，交通環境の整備が関わること。交通事故には補償をはじめとした責任が生じること。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活について，安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え，それらを表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	安全な社会つくり	【知識】 安全な社会づくりには，環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であること。また，交通事故を防止するには，車両の特性の理解，安全な運転や歩行など適切な行動，自他の生命を尊重する態度，交通環境の整備が関わること。交通事故には補償をはじめとした責任が生じること。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活について，安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え，それらを表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	5
	【知識】 適切な応急手当は，傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には，正しい手順や方法があること。また，応急手当は，傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから，速やかに行う必要があること。心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うこと。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活について，安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え，それらを表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	応急手当	【知識】 適切な応急手当は，傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には，正しい手順や方法があること。また，応急手当は，傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから，速やかに行う必要があること。心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うこと。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活について，安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え，それらを表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 粘り強く考え、日々の学習を振り返って考察を深めたり、評価・改善したりすること。	○	○	○	5
	定期考査			○	○		1 合計 35