

高等学校 令和6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：星山）（2組：大内）（3組：星山）（4組：星山）（5組：大内）（6組：大内）

使用教科書：（新高等保健体育 大修館書店）

教科 保健体育 の目標：
 【知識及び技能】 現代社会の健康を個人だけではなく社会全体で総合的に理解させる。
 【思考力、判断力、表現力等】 健康に関わる事象や課題を発見してより良い解決方法を選択させる
 【学びに向かう力、人間性等】 健康や環境づくりに関心を持たせて現在、将来の生活を明るく豊かにする。

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】
保健の知識及び技能に関する資質・能力の育成について現代社会と健康、安全な社会生活、生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりとその活用について、個人だけでなく社会生活について総合的に理解できるようにする。	健康に関わる事象や健康情報などから自他や社会の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考したり、様々な解決方法の中から適切な方法を選択させることを目標とする。	自他の健康やそれを支える環境づくりに関心を持ち、現在だけではなく生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力を育てることによって現在および将来の生活を健康で明るく豊かにする。

	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
1 学 期	A 日本における健康課題の変遷 B 健康の考え方と成り立ち C ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり D 健康に関する意思決定・行動選択 【知識及び技能】 健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて、理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【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に主体的に取り組もうとしている。	・健康指標や疾病構造の変化から、日本の健康課題を理解する。 ・健康水準や疾病構造の変化には社会の状況が関わっていることを理解する。	【知識・技能】 健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて、理解する。 【思考・判断・表現】 健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【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に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	5
	E 現代における感染症の問題 F 感染症の予防 G 性感染症・エイズとその予防 【知識及び技能】 感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受けること、新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて、理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【学びに向かう力、人間性等】 現代の感染症とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	・感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響することについて理解する。 ・新興感染症や再興感染症の発生や流行の現状とその理由について理解する。 ・感染症予防の三原則について ・性感染症・エイズの現状と今後の課題について理解する。 ・性感染症・エイズの予防に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	【知識・技能】 感染症のリスクを軽減し予防する方法や取組あること、エイズ及び性感染症についても、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について、理解する。 【思考・判断・表現】 現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代の感染症とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	4
	H 生活習慣病の予防と回復 I 身体活動・運動と健康 J 食事と健康 K 休養・睡眠と健康 L がんの予防と回復 【知識及び技能】 生活習慣病などのリスクを軽減し	・生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要な個人の取り組みについて理解する。 ・身体活動・運動と健康の関係について理解する。 ・食事と健康の関係について理解する。	【知識・技能】 生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることについて、理解する。				

	<p>予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることについて、理解する。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】生活習慣病などの予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】生活習慣病とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・休養・睡眠と健康の関係について理解する。</p> <p>・がんには様々な種類があることやがんの発生要因について理解する。</p>	<p>【思考・判断・表現】生活習慣病などの予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】生活習慣病とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	6
	定期考査			○	○		1
2 学 期	<p>N 喫煙と健康 M 飲酒と健康 O 薬物乱用と健康</p> <p>【知識及び技能】</p> <p>・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、喫煙や飲酒による健康課題を防止する適切な対策が必要であることについて、理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>喫煙、飲酒、薬物乱用について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・喫煙による健康への影響について理解する。</p> <p>・飲酒による健康への影響について理解する。</p> <p>・薬物乱用による健康および社会への影響について理解する。</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>・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、喫煙や飲酒による健康課題を防止する適切な対策が必要であることについて、理解させる。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>喫煙、飲酒、薬物乱用について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	5
	<p>P 精神疾患の特徴 Q 精神疾患への対応</p> <p>【知識及び技能】</p> <p>・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について、理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>精神疾患の予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>精神疾患の予防とその回復について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	<p>・代表的な精神疾患の特徴や症状について理解する。</p> <p>・精神疾患の予防や早期発見、治療や支援など適切な対応について理解する。</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>・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について、理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>精神疾患の予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>精神疾患の予防とその回復について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	4
	<p>R 事故の現状と発生要因 S 交通事故防止の取り組み T 安全な社会の形成</p> <p>【知識及び技能】</p> <p>・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、</p>	<p>・応急手当の意義と、その手順や方法を身につける必要性について理解する。</p> <p>・心肺蘇生法の意義や方法、手順について理解する。</p> <p>・心肺蘇生法ができるようになる。</p>	<p>【知識及び技能】</p> <p>・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、様々な環境要因などが関連していることについて、理解させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>安全な社会づくりについて、安全に関わる</p>				

