

# 杉並総合高等学校 令和3年度 保健体育 年間授業計画

教科：保健体育 科目：保健 単位数：1単位

対象学年組：第1年次 11R～16R)

使用教科書：(最新高等保健体育 改訂版)

使用教材：( )

	指導内容	「保健」の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
4月	私たちの健康のすがた「わが国における健康水準の向上」「わが国における健康問題の変化」 SDG sの意義について考える。また、単元からSDG sの具体的な課題に対して、話し合い解決策を探る。 	現在のわが国の健康水準について、過去との比較、諸外国との比較などをおおして説明できるようになる。時代とともに健康問題がどのように変化してきたかについて、いくつかの病気の例をあげながら説明できるようになる。 持続可能な開発目標：日本の健康水準とともに他国の健康水準を調べる。 <b>貧困をなくし飢餓をゼロにすることや人や国の不平等なくす</b> といった課題についても考える。	・出席状況が良好であるか。 ・単元の内容について理解しているか。 ・定期考査やノート採点等により評価する	1
	健康のとらえ方「健康についての多様な考え方」「健康の成り立ちとその要因」	客観的な数値にはあらわれにくい健康の側面について説明できるようになる。また、現在社会における健康の成立要因や条件について説明できるようになる。		1
	健康のとらえ方「健康についての多様な考え方」「健康の成り立ちとその要因」	意思決定・行動選択の重要性を、こんにちの健康問題の特徴と関連させて説明できるようになる。意思決定・行動選択に影響する要因を、個人的なものと社会的なものに分けて、例を用いて説明できるようになる。		1
5月	健康に関する環境づくり「健康づくりを支える環境」「ヘルスプロモーションの考え方もとづく環境づくり」  SDG sの意義について考える。また、単元からSDG sの具体的な課題に対して、話し合い解決策を探る。 	行政や民間機関・国際機関などがおこなうさまざまな保健活動や対策について、例をあげられるようになる。これまでの保健活動とヘルスプロモーションの理念にもとづく活動との違いを、説明できるようになる。  持続可能な開発目標： <b>すべての人に健康と福祉を</b> といった課題や <b>質の高い教育をみんなに</b> 行き届くようにするにはどうしたら良いかを考える。	・出席状況が良好であるか。 ・単元の内容について理解しているか。 ・定期考査やノート採点等により評価する	1
	生活習慣病とその予防「生活習慣病とは」「生活習慣病の予防」  食事と健康「健康的な食生活の重要性と意義」「健康的な食生活習慣の形成」	生活習慣病とは何かを、具体的な病気の例をあげながら説明できるようになる。生活習慣病を防ぐ方法を食事・運動・休養および睡眠などの側面から考えられるようになる。  健康的な食生活とはどのようなものが説明できるようになる。生活習慣病を防ぐ方法を食事の側面から考えられるようになる。		2  1
6月	運動と健康「健康からみた運動の意義」「健康づくりのための運動習慣の形成」	健康により運動とはどのようなものか説明できるようになる。生活習慣病を防ぐ方法を運動の側面から考えられるようになる。	・出席状況が良好であるか。 ・単元の内容について理解しているか。 ・定期考査やノート採点等により評価する	1
	休養・睡眠と健康「健康からみた休養・睡眠の意義」「健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方」	健康からみた質のよい休養や睡眠について説明できるようになる。生活習慣病を防ぐ方法を休養および睡眠などの側面から考えられるようになる。		1
	喫煙と健康「喫煙の健康影響」「喫煙開始の要因と依存性」「喫煙への対策」	もし自分が喫煙したならどのような問題が起こりうるかを、さまざまな角度から考えられるようになる。喫煙にたいして、現在どのような対策がとられ、これからどのような対策が必要なのかを説明できるようになる。		2
7月	飲酒と健康「飲酒の健康影響」「飲酒開始の要因と社会問題」「飲酒への対策」	もし自分が飲酒したならどのような問題が起こりうるかを、さまざまな角度から考えられるようになる。飲酒にたいして、現在どのような対策がとられ、これからどのような対策が必要なのかを説明できるようになる。	・出席状況が良好であるか。 ・単元の内容について理解しているか。 ・定期考査やノート採点等により評価する	2

	指導内容	「保健」の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
9月	薬物乱用と健康「薬物乱用の健康影響」「薬物乱用開始の要因と社会問題」「薬物乱用の防止と対策」	もし自分が薬物乱用をしたならどのような問題が起こりうるかを、さまざまな角度から考えられるようになる。薬物乱用にたいして、現在どのような対策が必要なのかを説明できるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	2
	現代の感染症「感染症とは」「新たに注目される感染症」「再び問題となっている感染症」	現在問題となっている感染症について、例をあげられるようになる。問題となっている感染症はどのようなもので、なぜそのようなことがおこるのか説明できるようになる。		2
10月	感染症の予防「感染症予防の原則」「現代の感染症対策」	新たな感染症問題の防止のために、自分でやれること、社会がやるべきことについて考えられるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	2
	性感染症・エイズとその予防「性感染症・エイズ」「性感染症・エイズの予防」	性感染症やエイズの実態について、日本の状況と世界の状況を説明できるようになる。エイズや性感染症の予防のために、自分でやれること、社会がすべきことを考えられるようになる。		2
11月	欲求と適応機制「欲求と脳の働き」「さまざまな欲求」「欲求不満と適応機制」	人間の欲求にはどのような種類があり、また、どのような欲求が生じるかを説明できるようになる。欲求不満から生じる不安や緊張・悩みに対する適応機制の例を説明できるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	2
	心身の相関とストレス「心身相関のしくみとストレス」「ストレスの影響と心の健康」	心の働きと体の働きが相互に影響しあう関係について、例を用いて説明できるようになる。ストレスとはどのような状態であるかを説明し、ストレスの原因をあげられるようになる。		2
12月	ストレスへの対処「原因の対処」「とらえ方を変えることによる対処」「気分転換やリラクゼーションなどによる対処」「信頼できる人や専門家への相談」	ストレスについて、自分でとることができる対処法を考えられるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	1
	心の健康と自己実現「自己実現と心の健康との関係」「自己実現の道すじと達成」	自己実現とは何かについて説明できるようになる。自己実現を達成する過程や条件を説明できるようになる。自分にとっての自己実現とは何なのかを考えられるようになる。		1

	指導内容	「保健」の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当 時数
1 月	交通事故の現状と要因「交通事故の現状」 「交通事故の要因」	わが国の交通事故の特徴について、年齢や事故の様子から説明できるようになる。交通事故に関係する要因としての当事者の心理・行動、車両の特性、周囲の環境などについて、具体例をあげることができるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	1
	交通社会における運転者の資質と責任「安全な運転のための資質」 「交通事故の責任と補償」	安全な運転のために運転者に必要とされるものを説明できるようになる。交通事故を起こした場合に生じる責任や補償について、具体的にあげることができるようになる。		1
	安全な交通社会づくり「法的な整備と施設・設備の充実」 「車の安全性の向上」	安全な交通社会をつくるための方策について、法的な整備、施設・設備の充実の面から、具体的に説明できるようになる。車両の安全性を高めるために車に設けられている安全装置について、具体的にあげられるようになる。		1
2 月	応急手当の意義とその基本「応急手当の意義」 「応急手当の手順」	応急手当の意義について説明できるようになる。適切な連絡・通報や運搬をふくめ、応急手当の手順について説明できるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	1
	心配蘇生法「心肺蘇生法の意義と原理」 「心肺蘇生法の手順」	心肺蘇生法の原理および手順について説明できるようになる。心肺蘇生法をおこなうことができるようになる。		2
3 月	日常的な応急手当「けがの応急手当」 「熱中症の応急手当」	日常的なけがの応急手当の手順や方法を説明し、適切な手当ができるようになる。熱中症の応急手当の手順や方法を説明し、適切な手当ができるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況が良好であるか。</li> <li>・単元の内容について理解しているか。</li> <li>・定期考査やノート採点等により評価する</li> </ul>	1