

墨田工科高等学校 令和7年度

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～ 5 組

教科担当者

使用教科書 (大修館書店 701 現代高等保健体育)

教科 保健体育	の目標：
【知識及び技能】	運動の合理化、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
【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方や目的に応じた運動の組み
【学びに向かう力、人間性等】	運動の楽しさや喜びを深くあじ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。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もう
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・安全について総合的	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健

	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	現代社会と健康 健康の考え方 【知識及び技能】 健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを解決できるようにする。	・健康の考え方と成り立ち ・日本における健康水準の変化及び現在の健康問題について。 ・生活習慣病の予防について *授業プリントやICT機器を使って、生徒がイメージしやすいよう工夫して授業を行う。	【知識・技能】 健康の保持増進と疾病の予防と回復について、基礎的な知識を理解している。また、健康の保持増進と疾病の予防について、理解したことを発言したり書いたりしているとともに、自身の生活との関わりについて理解し、問題点を解決できる。	○	○	○	6
	【思考力、判断力、表現力等】		【思考・判断・表現】 健康の保持増進と疾病の予防における事柄や情				
	現代社会と健康 健康の考え方 【知識及び技能】 健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを解決できるようにする。	・健康と運動との関係性 ・食事と健康との関係性、及び健康的な食事の取り方とは。 *授業プリントやICT機器を使って、生徒がイメージしやすいよう工夫して授業を行う。	【知識・技能】 健康の保持増進と疾病の予防と回復について、基礎的な知識を理解している。また、健康の保持増進と疾病の予防について、理解したことを発言したり書いたりしているとともに、自身の生活との関わりについて理解し、問題点を解決できる。	○	○	○	6
	【思考力、判断力、表現力等】		【思考・判断・表現】 健康の保持増進と疾病の予防における事柄や情				
	定期考査			○	○		1

2 学 期	現代社会と健康 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 【知識及び技能】 喫煙や飲酒、薬物が自身の健康に及ぼす影響について理解し、また現代の問題点と一般的な知識を理解する。及び、喫煙や飲酒、薬物に関わる意思決定と行動選択に関わる要因を、様々な視点で説明することができるようにする。	・個人や社会における喫煙対策について。 ・飲酒による短期的影響と長期的影響について。 *授業プリントやICT機器を使って、生徒がイメージしやすいよう工夫して授業を行う。	【知識・技能】 喫煙、飲酒、薬物について、基礎的な知識を理解している。また、喫煙、飲酒、薬物について、理解したことを発言したり書いたりしているとともに、自身の生活との関わりについて理解し、問題点を解決できる。 【思考・判断・表現】 喫煙、飲酒、薬物における事柄や情報などについて	○	○	○	7
	現代社会と健康 精神疾患の予防と回復 【知識及び技能】 健康な生活と感染症などの予防について、理解することができるようにする。及び、基礎的な事項と自身の生活との関わりについて理解し、問題点を解決できるようにする。	・現代社会における精神保健の課題について。 ・精神疾患の予防について *授業プリントやICT機器を使って、生徒がイメージしやすいよう工夫して授業を行う。	【知識・技能】 精神疾患や感染症の予防と回復について、基礎的な知識を理解している。また、精神疾患や感染症について、理解したことを発言したり書いたりしているとともに、自身の生活との関わりについて理解し、問題点を解決できる。 【思考・判断・表現】 精神疾患や感染症の予防における事柄や情報などについて	○	○	○	7
	定期考査			○	○		1

