

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 2 学年 1 組～ 5 組

教科担当：

使用教科書： （ 現代高等保健体育 大修館 ）

教科 保健体育	の目標：
【知 識 及 び 技 能】	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。
【思考力、判断力、表現力等】	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。
【学びに向かう力、人間性等】	

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。	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、保健の授業に主体的に取り組んでいる。

	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	○生涯を通じる健康 【知識及び技能】 生涯を通じる健康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とともに、それらの内容にかかわる技能を身に着けるようにする。 【思考力・判断力・表現力】 生涯を通じる健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 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。	○オリエンテーション ○ライフステージと健康 ○思春期と健康 ○性意識と性行動の選択 ○妊娠・出産と健康 ○避妊法と人工妊娠中絶 ○結婚生活と健康	【知識及び理解】 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化にかかわり、健康課題が生じることがあることを理解できる。その際、これらの変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること、および性に関する情報とへの適切な対処が必要であることを理解できるようにする。 結婚生活について心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できるようにする。その際、受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解できるようにするとともに、健康課題には年齢や生活習慣などが関わっていることについて理解できる。また家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解できる。また結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康に対する責任感、良好な人間関係や家族や周りの人からの支援、及び母子の健康調査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることを理解できる。 【思考力・判断力・表現力】 生涯に通じる健康にかかわる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 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、保健の授業に主体的に取り組んでいる。	○	○	○	12
	定期考査			○	○	○	1

2 学 期	○生涯を通じる健康 【知識及び技能】 生涯を通じる健康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とともに、それらの内容にかかわる技能を身に着けるようにする。 【思考力・判断力・表現力】 生涯を通じる健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 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。 ○健康を支える環境づくり 【知識及び技能】 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とともに、それらの内容にかかわる技能を身に着けるようにする。 【思考力・判断力・表現力】 生涯を通じる健康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とともに、それらの内容にかかわる技能を身に着けるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 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。	○中高年期と健康 ○働くことと健康 ○労働災害と健康 ○健康的な職業生活 ○大気汚染と健康 ○水質汚濁、土壌汚染と健康 ○環境と健康にかかわる対策 ○ごみの処理と上下水道の整備 ○食品の安全性 ○食品衛生にかかわる活動	【知識及び理解】 中高年期を穏やかに過ごすためには、若いときから、健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと、生きがいをもつこと、運動やスポーツに取り組むこと、家族や友人などとの良好な関係を保つこと、地域における交流をもつことなどが関係することを理解できる。また、高齢期には、加齢に伴い、心身の機能や携帯が変化すること、その変化には個人差があること、疾病や事故のリスクが高まること、健康の回復が長期化する傾向にあることについて理解できる。さらに高齢社会では、認知症を含む疾病等への対処、自己の防止、生活の質の保持、介護などの必要性が高まることなどから、保健・医療・福祉の連携と総合的な対策が必要であることを理解できる。 労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量に変化してきたことを理解できるようにする。また、労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることを理解できる。 働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことを理解できる。 そのためには、働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることを理解できる。 【思考力・判断力・表現力】 生涯を通じる健康にかかわる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 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、保健の授業に主体的に取り組んでいる。	○	○	○	14
	定期考査			○	○	○	1

3 学 期	○健康を支える環境づくり 【知識及び技能】 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とともに、それらの内容にかかわる技能を身に着けるようにする。 【思考力・判断力・表現力】 生涯を通じる健康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とともに、それらの内容にかかわる技能を身に着けるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 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。	○保健医療サービスとその活用 ○医療サービスとその活用 ○医薬品の制度とその活用 ○様々な保健活動や社会対策 ○健康に関する環境づくりと社会参加	【知識及び理解】 人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて理解できる。 健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて理解できる。また、そのために環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて理解できる。 上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて理解できる。 人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて理解できる。 食品の安全性を確保するために、食品衛生法などの法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや、食品の製造・加工・保存・流通など、各段階での適切な管理が重要であることについて理解できる。 我が国には、人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し、行政及びその他の機関などから健康に関する情報、医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて理解できる。 健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて理解できる。 医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて理解できる。 我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて理解できる。 自他の健康を保持増進するには ヘルスプロ	○	○	○	6
	定期考査			○	○	○	1
合計							35