

つばさ総合 高等学校 令和8年度（2年次用） 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2学年 1組～6組  
 教科担当者：（1組：小川）（2組：宮坂）（3組：宮坂）（4組：福代）（5組：野牧）（6組：福代）  
 使用教科書：（現代高等保健体育）

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、技能を身につけるようにする。  
 【思考力、判断力、表現力等】健康について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試行し判断するとともに、目的や状況  
 【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

【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、技能を身につけるようにする。	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 時数
2単元 安全な社会生活 【知識及び技能】安全な社会づくりには、環境の整備とそれに適した個人の取組が必要であること。適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うことを理解する。 【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】交通事故防止では、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、補償をはじめとした責任が生じることを学ぶ。	・指導事項 4 応急手当の意義とその基本 5 日常的な応急手当 6 心肺蘇生法 ・教材等 教科書「現代高等保健体育」 現代高等保健体育ノート ワークシート ・一人1 台端末の活用 surface、office365の活用	【知識及び技能】安全な社会づくりには、環境の整備と個人の取組が必要であることが理解できたか。応急手当には、正しい手順や方法、心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うことを学ぶことができたか。 【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ができたか。 【学びに向かう力、人間性等】交通事故には補償をはじめとした責任が生じることが理解できたか。	○	○	○	7
1 学期 3単元 生涯を通じる健康 【知識及び技能】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関わり、健康課題が生じることがあることを理解する。 【思考力、判断力、表現力等】健康を支える環境づくりなど、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】思春期と健康においては、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及び性に関する情報等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。	・指導事項 1 ライフステージと健康 2 思春期と健康 ・教材等 教科書「現代高等保健体育」 現代高等保健体育ノート ワークシート ・一人1 台端末の活用 surface、office365の活用	【知識及び技能】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関わり、健康課題が生じることがあることを理解できたか。 【思考力、判断力、表現力等】健康を支える環境づくりなど、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か。 【学びに向かう力、人間性等】思春期と健康においては、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や性に関する情報等への適切な対処が必要であることを理解できるようになったか。	○	○	○	5
定期考査			○	○		1
3単元 生涯を通じる健康 【知識及び技能】生涯を通じて健康やかに過ごすために、若いときからの自己管理を行い、生きがいをもつことが健康の保持増進に繋がることを理解する。 【思考力、判断力、表現力等】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、健康を支える環境づくりなど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】運動やスポーツに取り組み家族や友人などとの良好な関係を保つことなどを理解できるようにする。 働く人の健康の保持増進は、ストレスに対する気付きへの援助、リラクゼーションの指導などメンタルヘルスケアが重要視されている	・指導事項 3 性意識と性行動の選択 4 妊娠・出産と健康 5 避妊法と人工妊娠中絶 6 結婚生活と健康 7 中高年期と健康 8 働くことと健康 9 労働災害と健康 10 健康的な職業生活 ・教材等 教科書「現代高等保健体育」 現代高等保健体育ノート ワークシート ・一人1 台端末の活用 surface、office365の活用 ・教材等 教科書「現代高等保健体育」 現代高等保健体育ノート ワークシート ・一人1 台端末の活用 surface、office365の活用	【知識及び技能】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関わり、健康課題が生じることがあることを理解できたか。 【思考力、判断力、表現力等】健康を支える環境づくりなど、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】思春期と健康においては、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や性に関する情報等への適切な対処が必要であることを理解できるようになったか。	○	○	○	8
2 学期 4単元 健康を支える環境づくり 【知識及び技能】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ことについて理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】健康を支える環境づくりに関わる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、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、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】健康を支える環境づくりに関して、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合いお互いの相違を認め合うことが定期考査	・指導事項 1 大気汚染と健康 2 水質汚濁、土壌汚染と健康 3 環境と健康にかかわる対策 4 ごみ処理と上下水道の整備 ・教材等 教科書「現代高等保健体育」 現代高等保健体育ノート ワークシート ・一人1 台端末の活用 surface、office365の活用	【知識及び技能】中高年期を健康やかに過ごすために、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い生きがいをもつことが健康の保持増進に繋がることを理解できたか。 【思考力、判断力、表現力等】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、健康を支える環境づくりなど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なったか。 【学びに向かう力、人間性等】運動やスポーツに取り組み、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関係することを理解できるようにする。	○	○	○	6
定期考査			○	○		1
3 学期 4単元 健康を支える環境づくり 【知識及び技能】人々が健康に生きていくための周囲の自然環境や食品に関する健康問題、社会の制度や保健活動といった社会環境について理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】健康を支える環境づくりに関わる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、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、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】健康を支える環境づくりに関して、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合いお互いの相違を認め合うことが定期考査	・指導事項 5 食品の安全性 6 食品衛生にかかわる活動 7 保健サービスとその活用 8 医療サービスとその活用 9 医薬品の制度とその活用 10 さまざまな保健活動や社会的対策 11 健康に関する環境づくりと社会参加 ・教材等 教科書「現代高等保健体育」 現代高等保健体育ノート ワークシート ・一人1 台端末の活用 surface、office365の活用	【知識及び技能】人々が健康に生きていくための周囲の自然環境や食品に関する健康問題、社会の制度や保健活動といった社会環境について理解できたか。 【思考力、判断力、表現力等】健康を支える環境づくりに関わる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解決方法を関連付けて考えそれらを説明することができるようになったか。 【学びに向かう力、人間性等】健康を支える環境づくりに関して、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合いお互いの相違を認め合うことができるようになったか。	○	○	○	6
定期考査			○	○		1