

高等学校 令和5年度（2学年用） 教科 保健体育 科目 保健

教科：保健 科目：保健

単位数：1 単位

対象学年組：第2学年 1組～5組

教科担当者：田中 翔太 諫見 雅隆 古屋 和樹

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】 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】 運動や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、他者に伝える力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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】
個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けたことを言ったり書いたりできるようにする。	個人生活や社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え判断できるようにする。	個人生活や社会生活における健康・安全に関心をもち、仲間と協力し、資料を集めたり、意見を交換したり、課題について調べたりして、意欲的に学習に取り組めるようにする。

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 時 数	
1 学 期	生涯を通じた健康 【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、健康課題が生じることがあることについて、理解する。 ・思春期の心身の変化に対応して、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、性に関する情報等への適切な対処が必要であることについて、理解する。 ・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する。 ・受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について、理解する。 ・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、理解する。 ・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、及び母子の健康診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について、理解する。 ・中高年期を健康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について、理解する。 ・高齢期には、加齢に伴い、心身の機能や形態が変化すること、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、理解する。 ・高齢社会では、認知症を含む疾病等への対処、事故の防止、生活の質の保持、介護などの必要性が高まることから、保健・医療・福祉の連携と総合的な対策が必要であることについて、理解する。	ライフステージと健康 ・ライフステージと健康の関連 ・各ライフステージで活用できる社会からの支援について	【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について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・思春期の心身の変化に対応して、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、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について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・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したことを言ったり書いたりしている。 ・受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・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、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・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、及び母子の健康診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について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・中高年期を健康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、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について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・高齢期には、加齢に伴い、心身の機能や形態が変化すること、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、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・高齢社会では、認知症を含む疾病等への対処、事故の防止、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について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に活用している。 ・労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理している。 ・労働と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを解決する理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。	○	○	○	1
	【思考力、判断力、表現力等】 ・生涯の各段階における健康について、健康に関わる原則や概念を整理したり、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できる。 ・思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関する情報を適切に整理できる。 ・結婚生活と健康について、習得した知識を基に、結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて、保健・医療サービスの活用方法を整理できる。 ・加齢と健康について、習得した知識を基に、中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価できる。 ・生涯の各段階における健康について、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ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明できる。 ・労働と健康について、健康に関わる原則や概念を整理したり、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できる。 ・働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に活用できる。 ・労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理できる。 ・労働と健康について、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ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明できる。	思春期と健康 ・思春期における男女の体の変化 思春期の心身の発達にかかわって起こる問題	【思考力、判断力、表現力等】 ・生涯の各段階における健康について、健康に関わる原則や概念を整理したり、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。 ・思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関する情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について、習得した知識を基に、結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて、保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について、習得した知識を基に、中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について、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ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 ・労働と健康について、健康に関わる原則や概念を整理したり、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。	○	○	○	2
	【学びに向かう力、人間性等】 生涯の各段階における健康について、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。労働と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。	避妊法と人工妊娠中絶 ・家族計画の意義と適切な避妊法 ・人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響	【学びに向かう力、人間性等】 生涯の各段階における健康について、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。	○	○	○	1
	結婚生活と健康 ・心身の発達と結婚生活の関係 ・結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動	結婚生活と健康 ・心身の発達と結婚生活の関係 ・結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動		○	○	○	2
	中高年期と健康・加齢にともなう心身の変化 ・高齢社会に必要な社会的な取組み	中高年期と健康・加齢にともなう心身の変化 ・高齢社会に必要な社会的な取組み		○	○	○	2
	定期考査			○	○		1
	労働災害と健康 ・労働災害の種類とその原因 ・労働災害を防止するために必要なこと	労働災害と健康 ・労働災害の種類とその原因 ・労働災害を防止するために必要なこと		○	○	○	1
	健康的な職業生活 ・職種がおこなう健康に関する取り組み ・余暇を積極的にとることの意義	健康的な職業生活 ・職種がおこなう健康に関する取り組み ・余暇を積極的にとることの意義		○	○	○	1

