

令和7年度 保健体育科「保健」シラバス

単位数	1単位	学科・学年・学級	全学科 1年 A・B・C組
教科書	現代高等保健体育（大修館書店）	副教材等	現代高等保健体育ノート（大修館書店）

1 学習の到達目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

2 学習の計画

月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価の材料等
4	現代社会と健康	1 健康の考え方と成り立ち	- さまざまな健康の考え方について例をあげて説明できる。 - 健康を成り立たせている要因について例をあげて説明できる。	- 授業態度 - 発問評価 - 定期考査 - プリント、課題の内容・提出状況
		2 私たちの健康のすがた	わが国の健康水準の変化とその背景について説明できる。	
5		3 生活習慣病の予防と回復	生活習慣病の種類と要因について説明できる。	
		4 がんの原因と予防	がんの種類や原因について説明できる。	
		5 がんの治療と回復	がんのおもな治療法や緩和ケアについて説明できる。	
6		6 運動と健康	健康と運動の関係について説明できる。	
		7 食事と健康	食事と健康の関係について説明できる。	
7		8 休養・睡眠と健康	- 健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について説明できる。 - 健康と睡眠の関係及び健康により睡眠のとり方について説明できる。	
		期末考査 答案返却		
9	現代社会と健康	9 喫煙と健康	喫煙者やその周囲の人に起こる害について説明できる。	- 授業態度 - 発問評価 - 定期考査 - プリント、課題の内容・提出状況
		10 飲酒と健康	飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。	
10		11 薬物乱用と健康	薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。	
		12 精神疾患の特徴	精神疾患の例をあげ、発病の要因とおもな症状について説明できる。	
11		13 精神疾患の予防	精神疾患を予防する方法について説明できる。	
		14 精神疾患からの回復	精神疾患の治療について例をあげて説明できる。	
		15 現代の感染症	感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて説明できる。	
		16 感染症の予防	感染症の予防対策について3原則から例をあげ	

12		17 性感染症・エイズとその予防 18 健康に関する意思決定・行動選択 19 健康に関する環境づくり 期末考査 答案返却	・説明できる。 ・性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について説明できる。 ・意思決定・行動選択に影響を与える要因について説明できる。 ・社会環境の健康への影響について例をあげて説明できる。	
1	安全な社会生活	1 事故の現状と発生要因	・事故の実態と被害の実態について説明できる。	・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
2		2 安全な社会の形成	・安全のために必要な個人の行動について例をあげて説明できる。	
3		3 交通における安全	・交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について例をあげて説明できる。	
2		4 応急手当の意義とその基本	・応急手当の意義について説明できる。	
3		5 日常的な応急手当	・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について説明できる。	
		6 心肺蘇生法	・心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。	
		期末考査 答案返却		

3 評価の観点

知識・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、応急手当及び AED を用いた心肺蘇生法については、実習を通して理解し、技能を身に付けている。
思考・判断・表現	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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	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ための学習に主体的に取り組もうとしている。

4 評価の方法

知識・技能、思考・判断・表現、主体的に学習に取り組む態度の3観点から評価規準に従い、総合的に評価する。
評価項目（授業態度・発問評価・定期考査・プリント、課題の内容・提出状況等）

5 担当者からのメッセージ

- ・1時間、1時間の授業を大切に集中して授業を受けることが大切です。
- ・授業で先生の「説明を聞く」「板書を書き留める」だけでなく、積極的に自分自身の生活を振り返り、健康の保持増進を図るための課題を見つけることが大切です。さらには、学習した内容をもとに、自分や集団の課題を解決する方法を見つけ出すことも求められます。
- ・教科書と保健体育ノートは毎時間必ず準備してください。
- ・授業はチャイムと同時に始めますので、休み時間中に授業に必要なものを準備して着席を完了してください。