

令和8年度シラバス（保健体育）

学番22 県立阿賀黎明高等学校

教科（科目）	保健体育（保健）	単位数	1単位	学年（コース）	1学年
使用教科書	現代高等保健体育 改訂版				
副教材等					

1 グラデュエーション・ポリシー及びカリキュラム・ポリシー

グラデュエーション・ポリシー	<p>～卒業までにこのような資質・能力を育みます～</p> <p>①自分と社会の関係性を見つめ、他と協働しながら取り組む力を育成します。 ②複雑化する社会や地域に関心を持ち、様々な考えを受け入れる力を育成します。 ③好奇心をもって自ら学び続け本質を見極めようとする姿勢と力を育成します。</p>
カリキュラム・ポリシー	<p>～上記の資質・能力を育成するため、このような教育活動を行います～</p> <p>①あらゆる進路に対応できるカリキュラムを設定します。 ②少人数制により個々にあったきめ細かな指導を行います。 ③地域と連携し、地域資源を活用した教育活動を行います。 ④生徒が興味をもった題材を地域の大人が伴走しながら探究するプロジェクト学習に取り組みます。</p>

2 目標

<p>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。</p> <p>(1) 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。 (2) 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。 (3) 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。</p>
--

3 指導計画

月	単元	教材	学習活動（指導内容）	評価方法	時間
4	一単元 現代社会と健康	01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ようにする。 ・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ようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	1
		02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ようにする。 ・わが国の現在の健康問題について例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		1
		03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ようにする。 ・生活習慣病の一次予防、二次予防について例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		1
5	現代社会と健康	04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ようにする。 ・がんの一次予防と二次予防について例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		3
		05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ようにする。 ・がん検診の普及や情報サービスの整備などの社会的な対策について説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		
6	現代社会と健康	06運動と健康	・健康と運動の関係について説明できるようにする。 ・目的に応じた健康的な運動のしかたについて例をあげて説明できるようにする。 ※1週間の運動週間を共有・発表		
		07食事と健康	・食事と健康の関係について説明できるようにする。 ・健康的な食事のとり方について説明できるようにする。 ※我が家の食事のルール共有・発表		
		08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ようにする。 ・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ようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	1	
1学期期末考査				(1)(2)	1
7、8	二単元 安全な社会生活	04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ようにする。 ・傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントをあげることができるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	4
		05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ようにする。 ・実際に、日常的なけがや熱中症の応急手当ができるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		
		06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ようにする。 ・実際に、心肺蘇生法をおこなうことができるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		

9	一 単 元 現 代 社 会 と 健 康	09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ようにする。 ・喫煙対策について、個人と社会に分けて例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	4
		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ようにする。 ・飲酒による健康問題に対する個人や社会環境への対策について例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		
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ようにする。 ・薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策例をあげることができるようにする。 ※薬物、誘われたときの断り方実践	(1) (2) (3)	4
		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ようにする。 ・現代社会における精神保健の課題をあげることができるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		
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ようにする。 ・精神疾患の早期発見のために必要なことについて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	4
		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ようにする。 ・精神疾患の適切な治療や回復のためには、どのような社会環境が必要か説明できるようにする。 ※ストレスに打ち勝つには、ディスカッション		
2学期期末考査				(1) (2)	1
12		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ようにする。 ・新興感染症と再興感染症が流行する要因をそれぞれ説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	4
		16感染症の予防	・感染症の予防対策について3原則から例をあげて説明できるようにする。 ・感染症への個人と社会の対策について例をあげて説明できるようにする。 ※保健だよりをつくらう		
		17性感染症・エイズとその予防	・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ようにする。 ・性感染症・エイズの予防とその対策について個人と社会に分けて例をあげることができるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		
1		18健康に関する意思決定・行動選択	・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ようにする。 ・健康に関する適切な意思決定・行動選択の際の工夫について例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	1
		19健康に関する環境づくり	・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ようにする。 ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など		1
2、3	二 単 元 安 全 な 社 会 生 活	01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ようにする。 ・事故の発生には人的要因と環境要因が関連していることについて例をあげて説明できるようにする。 ※上記内容を少グループで共有・発表など	(1) (2) (3)	4
		02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ようにする。 ・すべての人たちの安全を確保するために必要な環境整備について例をあげて説明できるようにする。 ※新潟県交通死亡事故の傾向について考えを意見交換		
2、3		03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ようにする。 ・交通事故における責任を3つに分けて説明できるようにする。 ※危険回避能力を養おう。意見交換。	(1) (2)	1
		学年末考査			

「1単位時間は50分」

35

4 評価の観点及びその趣旨と評価方法

観点	(1) 知識・技能 (40%)	(2) 思考・判断・表現 (30%)	(3) 主体的に学習に取り組む態度 (30%)
趣旨	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ているとともに、技能を身に付けている。	健康についての自己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。	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。
評価方法	・小テストや定期考査の評価	・学習ノート記入状況での評価 ・授業での発表 ・プレゼンテーション	・授業への参加(発言等) ・授業での取り組み(授業態度) ・課題・レポートの取り組み

5 担当者からの一言

保健の内容は生活に密着したトピックスがたくさんあります。自らの健康、家族の健康、社会の健康について深く考えてみましょう。