

令和7年度シラバス（保健体育）

学番 中等1 新潟県立村上中等高等学校

教科(科目)	保健体育（保健）	単位数	1 単位	学年(コース)	4 年
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）				
副 教 材 等	現代高等保健体育ノート(大修館書店)				

1 学習目標

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・能力を次の通り育成する。

- (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、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を養う。

2 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	～卒業までにこのような資質・能力を育みます～ ①幅広い教養を身につけ、他者と協働しながら、粘り強く挑戦し続け、地域社会や国際社会に貢献する意欲や資質・能力を備えた人材を育成します。 ②主体的、自律的な人間として、行動力にあふれ、自他を大切にする思いやりの心とリーダーシップを兼ね備えた人材を育成します。 ③主体的に学ぶ力を身に付け、社会における課題等に気づき、創意工夫、試行錯誤を重ね、その解決のために行動できる人材を育成します。
カリキュラム・ポリシー	～上記の資質・能力を育成するため、発達段階に応じて1・2年を「基礎の充実」、3・4年を「発展・挑戦」、5・6年を「自律・深化」に分け、学習内容の確かな定着、主体的で対話的な学習態度の育成を図りながら次の教育活動を展開します～ ①総合的な応用力、学問への探究心を育むとともに、知識や技能を活用するための思考力、判断力、表現力を育成する課題解決型の授業を実施します。 ②他者とコミュニケーションを取りながら、地域社会や我が国の魅力を国内外に発信できる知識・技能等を高めるための学習活動を実施します。 ③身に付けた力を社会で発揮するため、地域貢献活動、社会体験活動への参加を推進します。 ④自己肯定感を高め、他者を思いやり、多様性を理解する態度等を育成するため、系統的な特別活動や学年を超えた多様な体験活動を実施します。

3 指導の重点

各単元の学習を通し自主自律的に健康を管理し、自己の健康の保持増進や自らの健康や環境を適切に管理し、改善していく能力を育てる。

4 評価の観点の趣旨

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
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。	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。

5 評価方法

評価方法	・ ペーパーテスト ・ 保健ノートやレポート等の内容 ・ などから評価します。	・ ペーパーテストの分析 ・ 授業中の取組の観察 ・ レポート等提出物などの内容の確認 ・ などから、評価します。	・ 授業中の発言や授業の取組の観察 ・ 提出物の内容の確認 ・ などから、評価します。
------	---	--	---

6 学習計画

月	単元名	授業時数 と領域	教材名	学習活動（指導内容）	時数	評価方法
4	1 健康の考え方と成り立ち	5	・現代高等保健体育（大修館書店） ・現代高等保健体育ノート（大修館書店）	・わが国における健康水準の向上 ・わが国における健康問題の変化 ・生活習慣病とその種類 ・予防から回復まで ・がんとその種類 ・がん予防 ・がん治療と緩和ケア ・がんとともに生きる社会づくり	5	ペーパーテスト 保健ノート レポート 取り組む様子
5	2 私たちの健康のすがた					
	3 生活習慣病の予防と回復					
	4 がんの原因と予防					
	5 がんの治療と回復					
6	6 運動と健康	13		・健康からみた運動の意義 ・健康から見たよい運動の仕方 ・健康からみた休養・睡眠の意義 ・健康的な食生活の意義 ・健康によい食事のとり方 ・健康からみた休養の意義 ・健康から見た睡眠の意義 ・喫煙の影響 ・喫煙への対策 ・飲酒の影響 ・飲酒への対策 ・薬物乱用の影響 ・薬物乱用の要因と対策	13	ペーパーテスト 保健ノート レポート 取り組む様子
7	7 食事と健康					
9	8 休養・睡眠と健康					
	9 喫煙と健康					
	10 飲酒と健康					
	11 薬物乱用と健康					
10	12 精神疾患の特徴 13 精神疾患の予防 14 精神疾患からの回復 15 現代の感染症 16 感染症の予防 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	11		・精神疾患の要因と種類 ・精神保健の今日的課題 ・日常生活における精神疾患の予防 ・精神疾患の早期発見・早期治療 ・専門家による支援と治療 ・社会環境の整備 ・感染症とは ・さまざまな感染症 ・感染症予防の3原則 ・現代の感染症対策 ・性感染症・エイズとは ・性感染症・エイズの予防 ・意思決定・行動選択とそれに影響を与える要因 ・適切な意思決定・行動選択を実現する工夫 ・健康を保持増進するための環境 ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくり	11	ペーパーテスト 保健ノート レポート 取り組む様子
11						
1	20 事故の現状と発生要因 21 安全な社会の形成	3	・現代高等保健体育（大修館書店）	・事故とその被害 ・事故の発生に関する要因 ・自他の安全を確保する行動	3	ペーパーテスト 保健ノート

	22 交通における安全		店) ・現代高等	・安全を確保する社会の取り組み ・交通事故防止のための取り組み ・交通事故と運転者の責任		レポート 取り組む様子
2	22 応急手当の意義とその基本 23 日常的な応急手当 24 心肺蘇生法	5	保健体育ノート(大修館書店)	・応急手当の意義 ・応急手当の手順 ・けがに応じた応急手当 ・熱中症の応急手当 ・心肺蘇生法の意義と方法	5	ペーパーテスト 保健ノート レポート 取り組む様子

計37時間 (48分授業)

7 課題・提出物等

・ 現代高等保健体育ノートとレポート等の提出

8 担当者からの一言

日常生活の様々な場面を通じた健康についての考え知識を深め、心身の健康の保持増進を目指しましょう。
--