

令和8年度シラバス（保健体育）

学番29 新潟県立村上桜ヶ丘高等学校

教科（科目）	保健体育（保健a）	単位数	1単位	学年	1年次
使用教科書	大修館書店「現代高等保健体育 改訂版」				
副教材等	大修館書店「現代高等保健体育ノート 改訂版」				

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	①コミュニケーション能力と自分で課題を発見し解決する能力を育成します。 ②各系列において必要な、基礎・基本の学力の習得を目指し、将来の進路実現に繋げる生徒の育成を目指します。 ③個性を生かし、各系列で創意工夫や発想力を活かし、豊かな感性で新しいものを生み出せる生徒を育成します。 ④社会の発展に貢献しようとする大きな志を持って、主体的に地域の生活を創造できる能力を持つ生徒を育成します。 ⑤自己を管理する力を持ち、他者への思いやりや、協働ができ、市民としての社会的責任を自覚する勤勉な態度の生徒を育成します。
カリキュラム・ポリシー	①地域社会と積極的に連携し、協働する力や社会に役立とうとする意識を育成する。 ②「系列」に応じた様々な選択科目を設置し、生徒一人一人が主体的に興味・関心を広げ、力を伸ばす多様な選択を可能にします。 ③各系列での基礎学力の向上を目指し、卒業までに高い専門性を身に付けさせます。 ④各学年における探究的な学習活動や体験学習、教科横断的な学習により、深い学びを実践していきます。 ⑤各系列の多様な価値観や個性を持つ生徒との協働的な学びのフィールドを展開することで、他者を受容し開かれた自己を確立し、人間関係を築く力を育てます。

2 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。 （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。

3 指導の重点

健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を生徒が体系的に学習することにより、健康課題を認識し、これを科学的に思考・判断し、適切に対処し、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を培う。
--

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	各観点における評価方法は次のとおりです。		
	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	以上の観点を踏まえ、 ・技能の習得状況の観察 ・技能テスト ・ペーパーテストの分析 ・学習カードの記述の分析 ・レポート等の提出物の内容などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・ペーパーテストの分析 ・学習カードの記述の分析 ・ペアワークやグループワークでの発言や取組の観察 ・レポート等の提出物の内容などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・ペアワークやグループワークでの発言や取組（他者や仲間への関わり方等）の観察 ・学習カードの記述分析 ・レポート等の提出物の内容などから、評価します。

6 学習計画

月	単元名	授業 時数	領域	教材	学習内容（指導内容）	評価方法
4	健康の考え方と成り立ち	3	現代社会 と健康	教科書 副教材	健康についての多様な考え方 健康の成り立ちとその要因	ペーパーテスト 学習カード 発言や取組の観 察
	私たちの健康のすがた				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	
5	生活習慣病の予防と回復	5			生活習慣病とその種類 予防から回復まで	
	がんの原因と予防				がんとその種類 がんの予防	
	がんの治療と回復				がんの治療と緩和ケア がんとともに生きる社会づくり	
6	応急手当の意義とその基本	3	安全な 社会生活	教科書 副教材 A E D	応急手当の意義 応急手当の手順	技能テスト 学習カード 発言や取組の観 察
	日常的な応急手当				けがに応じた応急手当 熱中症の応急手当	
	心肺蘇生法				心肺蘇生法の意義と方法 心肺蘇生法の実習	
7	運動と健康	5	現代社会 と健康	教科書 副教材	健康からみた運動の意義 健康によい運動のしかた	ペーパーテスト 学習カード 発言や取組の観 察
	食事と健康				健康的な食生活の意義 健康によい食事のとり方	
9	休養・睡眠と健康	5			健康からみた休養の意義 健康からみた睡眠の意義	
	喫煙と健康				喫煙の影響 喫煙への対策	
10	飲酒と健康	5			飲酒の影響 飲酒への対策	
	薬物乱用と健康				薬物乱用の影響 薬物乱用の要因と対策	
11	精神疾患の特徴	5			精神疾患の要因と種類 精神保健の今日的課題	
	精神疾患の予防				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	
	精神疾患からの回復				専門家による支援と治療 社会環境の整備	
12	現代の感染症	3			感染症とは さまざまな感染症	
	感染症の予防				感染症予防の3原則 現代の感染症対策	
1	性感染症・エイズとその予 防	2			性感染症・エイズとは 性感染症・エイズの予防	
	健康に関する意思決定・行 動選択				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	
2	健康に関する環境づくり	4	安全な 社会生活	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		
	事故の現状と発生要因			事故とその被害 事故の発生に関連する要因		
3	安全な社会の形成	4	自他の安全を確保する行動 安全を確保する社会の取り組み			
	交通における安全		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			

計 35時間（50分授業）

7 課題・提出物等

授業の記録、保健ノート、課題レポート（担当者の指定した時期に提出する）

8 担当者より

高等学校で保健を学ぶ意義は、生徒が健康で充実した生活を送るための基礎を築くことにあります。
学習活動を通じ、心とからだの健康に関する知識を習得し、それに基づく健康行動の促進とライフスキルの向上を目指して欲しい。そして社会生活、職業生活を豊にし、生涯にわたって健康的で活力に満ちた社会を築ける人材になって欲しいと考えます。

担当者：大坂 信幸 / 西 大郎 / 八藤後 雅則