

保健体育科年間指導計画 第1学年【保健】 令和7年度更新

月	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4 5 1 0	ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。 (ア) 健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること (イ) 年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活	イ 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること	生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かに生活を営む態度を養う
1 0 5 3	ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。 (ア) 身体機能の発達と個人差 (イ) 生殖に関わる機能の成熟と適切な行動 (ウ) 精神機能の発達と自己形成 (エ) 欲求やストレスの心身への影響と欲求やストレスへの対処の知識及び技能	イ 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること	

【体育理論】

月	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
2 5 3	○ 運動やスポーツが多様であることについて理解する ※ 運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたこと ※ 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があること ※ 世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であること	運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える	・ 運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組む

教材や単元の特徴、進捗状況によって変更となる場合があります。