学校番号	３０９

令和３年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	保健	単位数	１単位	年次	２年次
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版　（大修館書店）						

１ 担当者からのメッセージ（学習方法等）

心と体を一体にしてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てる

２ 学習の到達目標

個人及び社会生活における健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を育てる。生涯の各段階において健康についての課題があり、自らこれに適切に対応する必要があること及び我が国の保健・医療制度や機関を適切に活用することの重要性を理解し、活用できるようになる。また、社会生活における健康の保持増進には、環境が深く関わっていることから、環境と健康について理解できるようにする。。

３ 学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:関心・意欲・態度	b:思考・判断	c:知識・理解
観点の趣旨	健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに関心を持ち、個人生活及び社会生活における健康・安全課題について、意欲的に学習に取り組もうとする。	健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康･安全課題についての解決をめざして、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。	健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康･安全課題の解決に役立ち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。
評価方法	ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 その他成果物	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習 その他成果物

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4 学習の活動

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点			単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c		
1学期	生涯を通じる健康	思春期と健康 1.思春期の体と健康 2.思春期と心の健康	○	○	○	a:「思春期」とは何かについて資料を探したり、見たり読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:「思春期」について、理解したこと、自身の考えを基に課題を見つけたり、整理したり、説明することができる。 c:「思春期」は，精神的に不安定になりやすい時期であり，不安や悩みに対しては，自分の置かれている状況を見つめ直し,解決のためいまできることは何かを考えていくことが大切である。。	ワークシート
		性意識と性行動の選択 1.性意識の変化と異性の尊重 2.性に関する情報と性行動	○	○	○	a：思春期の性に対する関心や欲求の高まりには個人差や男女差があることを理解する。 b:性意識の背景について考え、自身の考えを整理し、説明することができる。 c:性に関する情報のなかには正しくないものもあり，適切な判断が重要である。また，性に関する意志決定・行動選択は，自分や相手の人生に大きな影響を及ぼすことから,責任の自覚が求められる。	ワークシート
		結婚生活と健康 1.心身の発達と結婚生活 2.結婚生活と家族の健康	○	○	○	a: 結婚には,心身の発達と健康が不可欠である。また，健康な結婚生活の条件には，経済面・精神面の発達・性機能の成熟などがあり，あわせてパートナー間の良好な人間関係が大切であることを理解する。 b:個人、社会生活や事例などと比較したり分析したりする。また、筋道を立てて説明することができる。 c:適切な意思決定や行動選択を行う過程について理解し、個人の力だけでなく健公的サービスについて記述、説明することができる。	ワークシート
		妊娠･出産と健康 1.受精･妊娠･出産 2. 妊娠･出産期の健康のために	○	○	○	a: 妊娠・出産は，女性の人生において心身ともに大変な労力のいるライフイベントであることを理解し。妊婦だけでなく，夫や家族などのまわりの人々の支援と公的サービスの活用も大切であることを学ぶ。 b：結婚生活と妊娠出産を分析し、課題を見つけたり、説明したりすることができる。 c: 妊娠・出産は，女性の人生において心身ともに大変な労力のいるライフイベントです。妊婦だけでなく,夫や家族などのまわりの人々の支援と公的サービスの活用も大切であることを説明できる。	ワークシート

1学期	生涯を通じる健康	家族計画と人工妊娠中絶 1.家族計画の意義と避妊法 2.人工妊娠中絶	○	○	○	a:健康な生活を送る上での食事の意味について資料を探したり、調べたりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:自身の食生活と健康的な食事について比較・分析し、課題を見つけたり、説明したりすることができる。 c:健康的な食事について理解し、健康的な食事のポイントについて記述、説明することができる。また、自身の食生活を見直し、改善方法を考えることができる。	ワークシート
		加齢と健康 1.加齢にともなう心身の変化 2.中高年期を穏やかに過ごすために	○	○	○	a: 加齢にともなう心身の変化を，形態面と機能面の両方から理解する。また，若いころからの健康管理の要点を理解し，日常生活に生かせるようにする。 b:。加齢にともなう形態・機能の変化は特徴および個人差がある。また，加齢とともに高まったり，洗練されたりする能力もある。 c: 中高年期には，自己実現度，生活充実度を高め，生きがいをもち，心に「はり」のある生活を送ることが重要であることを説明できる	ワークシート
2学期	生涯を通じる健康	高齢者のための社会的取り組み 1.高齢者の健康課題としの支援 2.すべての人が健康で安全に暮らすための取り組み	○	○	○	a: 中高年の健康状態，生活状況やこれらに対するさまざまな施策がおこなわれていることを具体的に学ぶ。 b: 健康で活力ある高齢社会をつくるには，健康寿命をのばす取り組みと十分な介護を受けるための支援体制が必要であり，高齢者の健康課題に対して，保健・医療・福祉の連携とサービスの一元化が進められていることが理解できる。 c: 要介護となった場合は，早い時期からリハビリテーションを活用し，生活の質を維持していくことが重要であこと、またすべての人が暮らしやすい社会づくりとして，バリアフリーなどに配慮した取り組みも進んできている説明することができる。	ワークシート
		保健制度とその活用 1.保健行政の役割と健康づくり 2.保健医療サービスの活用	○	○	○	a：保健行政のしくみやさまざまな保健サービスについて，身近な例をもとに具体的に学ぶ b: わが国には疾病の予防，健康の保持増進をはかるためのさまざまなしくみがあり，保健行政により組織的にその活動が展開されている。 c: 保健所と市町村から，さまざまな保健サービスが提供されており，これらの保健サービスの情報を活用して，自らの健康の保持増進に役立てることが大切であるなどの説明及び記述ができる。	ワークシート 課題学習の成果物等

		医療制度とその活用 1.医療制度と医療保険のしくみ 2.医療機関と医療サービスの活用	○	○	○	a:医療制度について資料を探したり、見たり、読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:わが国には疾病の予防,健康の保持増進をはかるためのさまざまなしくみがあり,保健行政により組織的にその活動が展開されていることを発表することができる。 c:保健所と市町村から,さまざまな保健サービスが提供されており,これらの保健サービスの情報を活用して,自らの健康の保持増進に役立てることが大切であるいて説明、記述することができる。	ワークシート
		医薬品と健康 1.医薬品と健康 2.医薬品の安全性のための対策	○	○	○	a:医薬品について調べ、現在どのような問題があるのか調べたり、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:医薬品のあやまった使い方を防ぐためにはどのような対策が必要か、個人でできる対策、社会的な対策に分類して考えることができる。 c:薬害問題に関して例をあげて説明したり、防止対策について、個人でできる対策と社会的な対策について分類して、記述・説明できる。	ワークシート 課題学習の成果物等
2学期	生涯を通じる健康	さまざまな保健活動や対策 1.健康つくりのための活動 2.民間機関の保健活動 3．国際機関の保健活動	○	○	○	a:さまざまな保健活動について、課題の解決に向けての調べものや、意見交換・話合いなどの学習活動に取り組もうとする。 b:保健活動の現状を知り、感染拡大の理由やどのように予防するのかを考え、意見交換することができる c:わが国や世界では,健康づくりや健康課題に対応して各種の保健活動や対策がおこなわれており,とくにわが国ではヘルスプロモーションの理念にもとづいた取り組みが重視されていることを理解し、説明や記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物等
		大気汚染と健康 1.　大気汚染の原因と健康影響 2.土壌汚染とその健康影響 3. 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のっかわり	○	○	○	a:振健康被害に苦しむ人々や住民運動が,法律の整備や企業の設備改善に結びついていることをふまえ,授業を通して大気汚染や健康被害に対する意識り返り記述するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:環境汚染は直接人体に影響を及ぼすだけでなく,農作物や食品を通して人体に被害をもたらす。のように作用しているか考えることができる。 c:　水質汚濁の典型である水俣病や土壌汚染の典型であるイタイイタイ病などの例をもとに,環境問題への関心と意識を高め例をあげて説明、記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物等

3学期	生涯を通じる健康	水質汚濁・土壌汚染と健康 1.大気汚染とその健康影響 2.土壌汚染とその健康影響 3. 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のかかわり	○	○	○	a:水質汚濁について考え、心と体の関係性、ストレスについて調べたりする学習活動に取り組もうとする。 b:水質汚染・土壌汚染について自身の考えを発表したり整理したりすることができる。 c: 環境汚染は，大気，水，土壌が関連して発生するため，その被害は広域で，長期間の汚染の蓄積が次世代にも影響を及ぼす。について説明・記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物等
		健康被害の防止と環境対策 1.環境汚染の防止とその対策 2.産業廃棄物の処理と健康	○	○	○	a:健康被害への対処について、調べたり、自身の実生活と置き換えて考えたりする学習活動に取り組もうとする。 b:環境汚染に対するさまざまな対処法について調べ、どのように日常生活と関わっていくことが必要か、自身の生活を振り返って考えることができる。 c: 境汚染を防ぐためには，私たち自身の取り組みが欠かせないことを学び・考え、記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物等
		環境衛生活動のしくみと働き 1.ごみの処理 2.上下水道の整備とし尿の処理	○	○	○	a:環境衛生のしくみについて資料を見たり、読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:環境衛生の現状を踏まえ調べたことを基に課題を見つけたり、整理したりすることができる。 c: 環境問題は１つひとつがばらばらに存在しているのではなく，ごみから資源・エネルギー問題へ，そして大気汚染，水質汚染へと網の目のように複雑に絡みあっていることについて理解し、記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物の提出
		食品衛生活動のしくみと働き 1.食品の安全性 2.行政や製造・加工による衛生管理	○	○	○	a:食品衛生活動の観点から安全な社会づくりについて資料を調べたり、まとめたりする学習活動に取り組もうとする。 b:食品の安全・衛生について学習したことを個人および社会生活に関する事例と比較・分析するなどして、説明することができる。 c: 食品の安全性の確保は食品安全基本法や食品衛生法などにもとづいて，食品安全委員会が中心になっておこなっていること，そしてその具体的な取り組みは重要であることを理解し、説明や記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物

3学期		食品と環境の保健と私たち 1.食品の安全と私たちの役割 2.環境の保健と私たちの役割	○	○	○	a:食品と環境の関わりをしることの必要性や意義について調べ、どのような行動が必要か考え、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。 b: 食品の安全性を確保するためには，消費者として安全な食品の選択,適切な保存や調理が必要で，安全な食品の選択をすることができる。 c: 環境を汚染しないためには，食品を購入する際にも廃棄のことも考えて購入する必要があり、対応すべきかポイントをあげて、説明、記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物等
		働くことと健康 1.働くことと健康のかかわり 2.働き方と健康問題の変化	○	○	○	a:労働の場面でのどのような場合や状況で傷害等が発生するか調べたり、考えたりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:労働中で起こりうる傷害や疾病について学びどんな対策必要か調べ、まとめたり、説明したりすることができる c:健康被害の危険性を減少させる。安全な労働環境を理解し、記述することができる。	ワークシート 課題学習の成果物等
		労働災害と健康 1. 労働災害とその防止 2.安全管理と健康管理のしくみ	○	○	○	a:労働災害などについて調べ･考えるなどの学習活動に取り組もうとする。 b: 働くことによって起こるけがや病気があること,それを防ぐために労働の場面では常に考慮する必要があること,自身のアルバイト先や身近な家族の職場などをイメージしながら,自分自身の問題と正しいかを判断したり指摘し、互いに教え合い活動ができる。 c: 労働災害を防ぐためには，安全管理と健康管理体制を整備することが重要であり,それらは法律で義務づけられている理解し、記述することができる。	ワークシート 実習
		健康的な職業生活 1.職場における取り組み 2.日常生活における取り組み	○	○	○	a: 健康づくりに積極的に取り組む企業が増加している背景とは何か，また，なぜ日本では休暇の取得率が低いのか，余暇を確保し，有効活用するためにはどのような工夫が必要なのか,考え取り組もうとする。 b: 働く人の健康の保持増進は，職場の健康・安全管理とともに心身両面にわたる総合的,積極的な対策の推進が求められ,とくに心の健康問題への取り組みとして,メンタルヘルスケアが進められていることについて、互いに教え合い活動ができる。 c：充実した職業生活を送るには，余暇を活用するなどして生活の質を向上させ,健康の保持増進をはかることが大切であることが理解でき説明・記述することができる。	

※　表中の観点について　a:関心・意欲・態度　　b:思考・判断　　c:知識・理解

※　原則として一つの単元（題材）で全ての観点について評価することとなるが、学習内容（小単元）の各項目において重点的に評価を行う観点（もしくは重み付けを行う観点）について○を付けている。