※令和４年度以降入学生用

学校番号	３０１３

令和５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	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・健康とはなにかについて自らの考えをもち、生活の質を重視した生活行動ができるようになる。
・日常生活における健康課題について知り、解決方法を考えよう。
・教科書、ノート、などを忘れず準備し、授業に取り組む姿勢や態度を身につけよう。

２　学習の到達目標

知識・技能に関して
健康的な生活行動とはどのようなことか理解できるようになる。
心と体を一体としてとらえ、健康・安全について総合的に理解する。
思考・判断・表現
身近な健康問題に興味をもち、その解決方法について考えることができるようになる。
主体的に学習に取り組む態度
健康や安全に対する社会的な取組みを知り、個人的な対応と関連づけて実践ができるようになる。

３　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	個人生活及び社会生活における健康･安全について､課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。	個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、グループワークや調べ学習においても主体的に学習に取り組もうとしている。

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。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち	a: WHO憲章前文における健康の定義，生きがいを重視した健康観などを例に健康の考え方が変化していることを理解している。また，健康の成立には，さまざまな主体要因と環境要因がかかわっていることについて理解している。 b: 健康の考え方と成り立ちについて，資料等で調べたことをもとに，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 c: 健康の考え方と成り立ちについて，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		私たちの健康のすがた	a: 平均寿命ののびと死亡率の低下といった健康水準向上とその背景，生活習慣病の増加，わが国の新たな健康問題について，基礎的な事項を理解している b: わが国の健康水準の変化およびその背景について，資料等で調べたことをもとに，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 c: わが国の健康水準の変化およびその背景など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意欲的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察

※令和４年度以降入学生用

		健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり	a: 意志決定・行動選択にかかわる個人的要因・社会的要因，情報の収集，計画と評価，社会的な影響力への対処，および健康に影響を与える環境，ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて，基礎的な事項を理解している。 b: 健康に関する意志決定・行動選択の重要性，ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて，資料等で調べたことをもとに，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 c: 健康に関する意志決定・行動選択の重要性，ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
1学期	現代社会と健康	生活習慣病とその予防	a: 生活習慣病にはどのようなものがあるのか，生活習慣病の予防について，基礎的な事項を理解している。 b: 生活習慣病とその予防法について，資料等で調べたことをもとに，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 c: 生活習慣病とその予防法について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		食事と健康	a: 成長期にある高校生にとって食事が重要な意味をもつこと，不適切な食事がさまざまな健康問題につながることについて，基礎的な事項を理解している。 b:健康にとっての食事の意味や健康的な食事のとり方について，資料等で調べたことをもとに，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 c: 健康にとっての食事の意味や健康的な食事のとり方について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察

※令和４年度以降入学生用

		運動・休養と健康	a：適度な運動が健康をつくること，休養が疲労を回復し，活力をよみがえらせることについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ：健康にとっての運動・休養の意味や健康によい運動のおこない方や休養のとり方について，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：健康にとっての運動・休養の意味や健康によい運動のおこない方や休養のとり方について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		喫煙と健康	a：喫煙による健康影響，喫煙の依存性，世界や日本で進められているたばこ対策について，基礎的な事項を理解している。 ｂ：喫煙による健康影響や喫煙の依存性，全世界で進められているたばこ対策について，課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：喫煙による健康影響や喫煙の依存性，全世界で進められているたばこ対策について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
２学期	現代社会と健康	飲酒と健康	a：飲酒による健康への短期的影響・長期的影響に付いて理解している。また，日本および世界でおこなわれているさまざまな飲酒対策について，基礎的な事項を理解している。 ｂ：飲酒による健康影響やさまざまな飲酒対策について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：飲酒による健康影響やさまざまな飲酒対策について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察

※令和４年度以降入学生用

		薬物乱用と健康	a: 「1回だけ」でも，薬物は人生を台なしにすること，自分の周囲や社会にも薬物は悪影響をもたらすこと，薬物には多面的な対策が必要であることについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ:薬物乱用が心身の健康や社会に与える影響，薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ: 薬物乱用が心身の健康や社会に与える影響，薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		感染症とその予防	a: さまざまな感染症とその広がり方，再興感染症と新興感染症，社会と個人で取り組む感染症予防対策について，基礎的な事項を理解している。 ｂ:新たな感染症問題や感染症の予防対策について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ: 新たな感染症問題や感染症の予防対策について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
２学期	現代社会と健康	性感染症・エイズとその予防	a: 性感染症・エイズが若者の間で問題となっていること，性感染症・エイズは予防できることについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ:性感染症とは何かについて，性感染症・エイズの予防対策について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ: 性感染症とは何かについて，性感染症・エイズの予防対策について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察

※令和４年度以降入学生用

		欲求と適応機制	a：欲求は成長にともない多様化すること，欲求不満や葛藤をやわらげる心の働きがあることについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ：人間の欲求の種類，欲求不満に対処するための適応機制について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：人間の欲求の種類，欲求不満に対処するための適応機制について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		心身の相関とストレス	a：心身相関のしくみ，ストレスの心理・社会的要因と物理的要因，ストレスの影響について，基礎的な事項を理解している。 ｂ：心身相関のしくみ，ストレスの心理・社会的要因と物理的要因について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：心身相関のしくみ，ストレスの心理・社会的要因と物理的要因について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		心の健康のために	a：ストレスには，さまざまな対処方法があること，自己実現は心の健康につながることについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ：ストレスへのさまざまな対処方法，自己実現と心の健康の関係について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：ストレスへのさまざまな対処方法，自己実現と心の健康の関係について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
３学期	現代社会と健康	交通事故の現状と要因	a：若者では自動車と二輪車乗車中の事故が多いこと，若者特有の心理，交通事故が起こる３つの要因について，基礎的な事項を理解している。 ｂ：若者の交通事故の特徴や交通事故の発生要因について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：若者の交通事故の特徴や交通事故の発生要因について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察

※令和４年度以降入学生用

		交通事故を防ぐために	a: 運転者に必要な資質と責任，安全な交通社会づくりのための法的整備，自動車の安全対策について，基礎的な事項を理解している。 ｂ:運転者に必要な資質と責任，安全な交通社会づくりのための対策について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ: 運転者に必要な資質と責任，安全な交通社会づくりのための対策について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		応急手当の意義とその基本	a: 応急手当の意義や傷病者を発見したときの確認・観察のポイントについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ:応急手当の意義，傷病者を発見したときの行動について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ: 応急手当の意義，傷病者を発見したときの行動について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
		日常的な応急手当	a 日常的なけがにおうじた応急手当，熱中症の手当について，基礎的な事項を理解している。 ｂ:日常的なけがの応急手当の手順・方法，熱中症の応急手当の手順・方法について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ：:日常的なけがの応急手当の手順・方法，熱中症の応急手当の手順・方法について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察
３学期	現代社会と健康	心肺蘇生法の原理とおこない方	a: 胸骨圧迫，人工呼吸，ＡＥＤによる除細動の原理，心肺蘇生法の各手順のポイントについて，基礎的な事項を理解している。 ｂ:心肺蘇生法の原理と手順について，資料等で調べたことをもとに課題を見つけたり，整理したりするなどして，それらを説明している。 ｃ: 心肺蘇生法の原理と手順について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 確認テスト	定期考査 保健ノート レポート 提出	レポート 提出 振り返り シート 行動観察

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度