学校番号	3010

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	「現代高等保健体育改訂版」（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・安全について理解しよう。
・健康的な生活行動について学ぶ。
・日常生活で直面するであろう健康課題を知り、その解決方法を考える。
・健康や安全についての社会的な取組や個人での対応について知る。
・身近な健康問題に興味をもってもらう。

履修条件

なし

2　学習の到達目標

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。
・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。
・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。

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	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知識や技能を身に付ける。	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。

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

<table>
<tr><th rowspan="2">学期</th><th rowspan="2">単元名</th><th rowspan="2">学習内容</th><th rowspan="2">単元（題材）の評価規準</th><th colspan="3">評価方法</th></tr>
<tr><th>知(a)</th><th>思(b)</th><th>主(c)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">1</td><td rowspan="3">現代社会と健康</td><td>〇健康の考え方と成り立ち
〇私たちの健康の姿</td><td>a: 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康にかかわる環境づくりについて記述、説明することができる。
b:個人、社会生活や事例などと比較分析し、筋道を立てて説明することができる。
c: 健康を保持増進する時の意思決定や行動選択に関連している要因を調べるなどの学習活動に取り組もうとする。</td><td rowspan="3">定期考査</td><td rowspan="3">課題学習の成果物等
ブレインストーミング
定期考査</td><td rowspan="3">授業態度
課題学習の成果物等</td></tr>
<tr><td>〇生活習慣病の予防と回復
〇がんの原因と予防
〇がんの治療と回復</td><td>a: 生活習慣病やがんの例をあげ、なぜ生活習慣病と呼ばれるのかを理解し、がんについてもその予防法について記述、説明できる。
b:生活習慣病やがんの要因と自身の日常の生活行動を比較・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: 日常の生活行動と生活習慣病やがんについて調べたりするなどの学習活動に取り組もうとする。</td></tr>
<tr><td>〇運動と健康
〇食事と健康
〇休養・睡眠と健康</td><td>a: 健康づくりのための運動や休養や食事の必要性について理解し、健康によい運動の行い方・休養の取り方を説明・記述することができる。
b:運動や休養や食事が健康に及ぼす影響について調べたことを基に、自身の生活と比較・分析することができる。
c: 健康な生活を送る上での運動や休養や食事の意味について多様な運動の種類やその効果について調べ、まとめるなどの学習活動に取り組もうとする。</td></tr>
</table>

	現代社会と健康	○喫煙と健康 ○飲酒と健康 ○薬物乱用と健康	a: 喫煙者やその周囲の人に起こる健康被害について理解し、日本や世界各国における喫煙対策について例を上げ、説明することができる。薬物乱用が心身の健康や社会に与える影響について理解し、その防止に向けた個人や社会環境への対策について説明、記述することができる。アルコールが脳や体にどのような影響を及ぼすか、またその健康影響について調べるなどの学習活動に取り組もうとする。 b:「喫煙」がもたらす健康被害について自身の生活や社会生活の事例を基に喫煙対策について分析することができる。飲酒による健康影響について設定された課題に対して自身の考えや課題解決策を導き出すことができる。薬物乱用が個人及び周囲の人々、社会にも影響があることを知り、自身でできる薬物乱用への対策について考え、発表することができる。 c:「喫煙」による健康被害や、有害物質について調べたり、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。飲酒による短期的影響と長期的欲求について理解し、健康問題に対する個人や社会環境への対策の例を挙げるなどの説明及び記述ができる。薬物乱用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。	定	定 ブレイン 課題学習	課題学習 授

2		○精神疾患の特徴 ○精神疾患の予防 ○精神疾患からの回復	a:精神疾患の発病の要因とおもな症状についてや予防法治療法について説明できる。 b:現代社会における精神保健の課題を見つけ、説明できる。 c: 精神保健の適切な治療や回復のためには、どのような社会環境が必要か、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。	期考査	習の成果物等 ストーミング 期考査	業態度 習の成果物等
		○現代の感染症 ○感染症の予防 ○性感染症・エイズとその予防	a:感染症について調べ、現在どのような感染症があるのか、また、流行しているのかを調べたり、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:感染症を予防し流行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:感染症問題に関して例をあげて説明したり、感染症の予防対策について、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。			
		○健康に関する意思決定・行動選択 ○健康に関する環境づくり	a: 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康にかかわる環境づくりについて記述、説明することができる。 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: 健康を保持増進する時の意思決定や行動選択に関連している要因を調べるなどの学習活動に取り組もうとする。			

3	安全な社会生活	○事故の現状と発生要因 ○安全な社会の形成 ○交通における安全	a: 事故を防止し、安全な社会づくりをするには自他の生命を尊重し、個人の心身状態や適切な行動や環境の整備が重要であることを理解し、記述することができる。 b:交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくり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: 交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない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。	定期考査 心肺蘇生実習	課題学習の成果物等 ブレインストーミング 定期考査	授業態度 課題学習の成果物等
		○応急手当の意義とその基本 ○日常的な応急手当 ○心肺蘇生法	a: 事故を防止し、安全な社会づくりをするには自他の生命を尊重し、個人の心身状態や適切な行動や環境の整備が重要であることを理解し、記述することができる。 b:交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくり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: 交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない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。			

※　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