※令和３年度以前入学生用

５　保健体育

学校番号	T2101

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	保健ｂ	単位数	1	年次	１～４年次
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版　（大修館）						
副教材等	なし						

１ 担当者からのメッセージ（学習方法等）

・一般コースの生徒を中心の授業です。
・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ようにし、生涯を通じて自らの健康課題を適切に理解し、改善していく資質や能力を学習します。
・ライフステージにおいての健康課題や保健・医療制度と、健康の保持増進のために環境や食品、労働などが深く関わっていることを学習します。

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 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	授業中の態度 ワークシート	定期考査 ワークシート ブレインストーミング その他成果物	定期考査 ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 ブレインストーミング 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、学期末に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３年度以前入学生用

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		
前期（４月）	生涯を通じる健康	思春期と健康 1.思春期の体と健康 2.思春期の心と健康		○	○	a:「思春期」における心身の発達や変化について理解し、それについて調べたり、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。 b:思春期における心身の発達や健康課題について、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:子どもから大人へと移行する時期であるため、精神的に不安定になる場合があり、危険な行動や不健康な行動をとることがあることを理解し、その不安や悩みの対処法を説明したり、記述することができる。	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:性意識に関する男女の特性を調べたり、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。 b:異性を尊重する態度や性に対する情報等に適切に対処することについて考え、自身の考えを整理し、説明することができる。 c: 性的成熟に伴い心理面、行動面が変化することを理解し、その変化に対応して自分の行動への責任感や異性を尊重する態度を養い、性に関する情報への適切な対処などを説明したり、記述することができる。	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:健康な結婚生活を送るために、心身の発達や本人や家族の健康の課題について調べたり、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。 b:家族の生活習慣や住環境が子どもの健康にどのように影響するかを考え、具体例をあげて説明することができる。 c:共同生活である結婚生活はさまざまな面での精神的発達が必要であることを理解するとともに、結婚後の性機能の成熟や心身の健康などの課題について記述、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:受精・妊娠・出産の一連の過程について調べたり、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。 b:妊娠・出産期を健康に過ごすために、妊婦の心身の状態や日常生活への配慮や課題を見つけたり、説明したりすることができる。 c:胎児や母親の心身の健康問題、予防や健康のための支援についてを説明したり、記述することができる。	ワークシート

※令和３年度以前入学生用

前期（４月）	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:家族計画の意義や方法について調べたり、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。 b:お互いのコミュニケーションの意義やそれにもとづく妊娠、出産、人工妊娠中絶の意思決定について考える中で課題を見つけたり、説明することができる。 c:コンドームやピルについて、適切な使用方法、誤解や失敗などについて説明することができる。また、望まない妊娠によっての人工妊娠中絶は女性の心身に大きな影響を与えることについて理解し、それを避けるための判断ができる。	ワークシート
前期（５月）	生涯を通じる健康	加齢と健康 1.加齢にともなう心身の変化 2.中高年期を健やかに過ごすために	○	○	○	a:加齢による健康影響について調べたり、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。 b:中高年期を健やかに過ごすために、日常生活の中で体の機能を積極的に使うことや、若いときからの健康的な生活習慣や健康管理が重要であることを説明することができる。 c:加齢に伴う心身の変化を、形態面と機能面から理解し、これらの変化には個人差があることや加齢とともに洗練されるものがあることについて説明することができる。	ワークシート
		高齢者のための社会的取り組み 1.高齢者の健康課題とその支援 2.すべての人が健康で安全に暮らすための取り組み		○	○	a:健康寿命をのばすために保健・医療・福祉の連携について調べたり、資料を見たり読んだりするしてまとめるなどの学習活動に取り組もうとする。 b:介護が必要になった場合のリハビリテーションの必要性やすべての人が暮らしやすい社会作りについて考えることができる。 c:高齢社会が進む中で、高齢者の心身の健康を支援するための社会的対策を説明したり記述することができる。	ワークシート ディスカッション等
		保健制度とその活用 1.保健行政の役割と健康づくり 2.保健サービスの活用		○	○	a:保険制度について調べたり、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。 b:保健制度を自分にかかわるものとして理解し、自分や家族のライフステージでどのように生かせられるかを考えることができる。 c:地域におけるさまざまな保健活動と保健サービスの内容を理解し、保健に関する情報を説明したり活用することができる。	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。 b:かかりつけ医の役割を理解し、自己の健康課題に応じた適切な医療機関の選択と医療サービスを説明したり活用することができる。 c:さまざまな医療機関の活動内容を理解し、その利用にあたり、医療費が支払われるしくみを説明したり記述することができる。	ワークシート

※令和３年度以前入学生用

前期（６月）	生涯を通じる健康	医薬品と健康 1.医薬品の種類と使い方 2.医薬品の安全性のための対策		○	○	a:医薬品の正しい使い方やさまざまなしくみについて調べたり、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。 b:医薬品の使い方を誤れば全く効果が期待できなかったり、逆に健康被害を起こすことを理解し、正しい使い方を考えることができる。 c:医薬品の有効性や安全性がどのように認められているのかといった、医薬品にかかわる社会的側面を説明したり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
		さまざまな保健活動や対策 1.健康づくりのための活動 2.民間機関の保健活動 3.国際機関の保健活動		○	○	a:日本や世界においてどのような保健活動や対策がおこなわれているかを調べたり、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。 b:健康課題に応じて各種の保健活動や対策を充実するには、１人ひとりが生涯の各段階でそれらを理解し、人々の健康につながるように考えることができる。 c:健康の保持増進を図るために日本赤十字社や世界保健機関など諸活動についてヘルスプロモーションの考えに基づいて説明したり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
前期（６月）	社会生活と健康	大気汚染と健康 1.大気汚染の原因と健康影響 2.大気にかかわる地球規模の問題		○	○	a:大気汚染の汚染源と汚染物質、それによる健康被害ついて調べたり、資料を見たり読んだりするするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:自分自身の生活のあり方や環境対策技術の向上や規制強化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:かつての大気汚染は工場の排煙が中心であったが、技術の開発や法的な規制により、こんにちでは自動車の排出ガスの問題になってきとことについて説明したり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
		水質汚濁・土壌汚染と健康 1.水質汚濁とその健康影響 2.土壌汚染ととその健康影響 3.大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のかかわり		○	○	a:水質汚濁や土壌汚染の実態とその対策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。 b:大気汚染・水質汚濁・土壌汚染が密接に関わっていることを理解し、その問題や課題について考えることができる。 c:産業排水や生活排水による水質汚濁の実態を考えることができたり、土壌汚染が広範囲にわたって農業被害健康被害をもたらすことについて説明したり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:環境汚染を防ぐためのさまざまな対策や取り組みの結果・現状について調べたりする学習活動に取り組もうとする。 b:環境汚染防止対策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:発生した汚染物質の適切な処理方法や対策方法について考えることができたり、個人の取り組みを支援する社会的対策の必要さについて説明したり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

※令和３年度以前入学生用

前期（７月）	社会生活と健康	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:限りある資源の有効活用法や循環型社会について調べたり、考えたりする学習活動に取り組もうとする。 b:循環型社会の実現のために、社会の仕組みや自分自身のライフスタイルを見直したり考えることができる。 c:ごみの衛生的処理や排出量の削減、安全な上下水道の水質確保の現状や課題について説明したり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
		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・加工者による衛生管理	○		○	a:食品の安全を守るために行政や生産者、製造者が果たす役割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:商品の監視・管理について課題を見つけたり、整理したりすることができる。 c:生産や製造・加工の現場から保存・流通、販売における基準などの遵守、遵守状況における行政の監視について説明したり記述することができる。	ディスカッション等の事例を用いた活動 ワークシート 課題学習の成果物
		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:安全菜食品を確保し、環境を汚染しないために取り組むべき対策について考えたり、調べたりする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、購入時の食品表示などの情報を調べたり、購入後の適切な処理や調理について考えたりすることができる。 c:ごみの減量化、３R（リデュース・リユース・リサイクル）について説明したり記述することができる。	ディスカッション等の事例を用いた活動 ワークシート 課題学習の成果物
		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:働くことにかかわる健康問題や課題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。 b:働くことの意義、働くことが原因で起こるけがや病気について調べたり、予防法を考えたりすることができる。 c:働き方の多様化でデスクワークや国際化、夜勤業務の増加、インターネット・携帯電話の普及に伴う在宅勤務や社外勤務について説明したり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
前期（７月）	社会生活と健康	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、職業病の課題や対策について調べたり、考えたりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:労働者の危険予知や作業手順、安全規則の遵守など安全な職場づくりについて調べたりまとめることができる c:職業病や労働災害を防ぐために安全管理や健康管理について説明したり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

※令和３年度以前入学生用

前期（８月）	社会生活と健康	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:職場における健康増進活動の課題や対策について調べたり、考えたりするなどの学習活動に取り組もうとする。 b:働く人自信の生活を豊かにするために余暇の確保や活用方法について考えたり、まとめることができる。 c:職場のさまざまな健康づくり（健康相談。心理相談、禁煙支援）やメンタルヘルスケアについて説明したり、記述することができる。	ワークシート
後期は実施しない							

※　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。