※令和４年度以降入学生用

学校番号	T3006

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	新高等保健体育（大修館書店　出版）						
副教材等	なし						

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。

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事項を理解したり、技能を身につけている。	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、それらを表現しようしている。	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)
前期	現代社会と健康	1、日本における健康課題の変遷	a：国民の健康問題について、死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を理解することができる。 b：健康水準向上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：健康水準の向上について健康指標を調べたり、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している。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	ワークシート
		2、健康の考え方と成り立ち 3、ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり	a：「健康」は様々な要因の影響を受けながら主体と環境の相互作用の下に成り立っていることを理解することができる。 b：「健康」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：「健康」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している。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	観察 ワークシート
		4、健康に関する意思決定・行動選択	a:適切な意思決定や行動選択には、個人の知識、価値観、心理状態、及び人間関係などを含む社会環境が関連していることを理解することができる。 b：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。	定期考査 ワークシート 確認テスト	定期考査 ワークシート レポート 振り返りシート	ワークシート 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

			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している。			
		5、現代における感染症の問題 6、感染症の予防	a：感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いがあることを理解することができる。 b:感染症の発症や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策を記述、説明ができる。 c：感染症に関連していることを調べるなどの学習活動に取り組もうとしている。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	観察 ワークシート
		7、性感染症・エイズとその予防	a：エイズ及び性感染症について、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について理解することができる。 b：エイズ及び性感染症について、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について記述、説明ができる。 c:性感染症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している。	定期考査 ワークシート 確認テスト	定期考査 ワークシート レポート 振り返りシート	観察 ワークシート 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

後期		8、生活習慣病の予防と回復	a:生活習慣病の例をあげ、なぜ生活習慣病と呼ばれるのかを理解し、生活習慣病の予防のための知識を身につけている。 b: 生活習慣病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、予防法について記述、説明ができる。 c: 日常の生活行動と生活習慣病について調べたりするなどの学習活動に取り組もうとしている。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	観察 ワークシート
		9、身体活動・運動と健康 10、食事と健康 11、休養・睡眠と健康	a: 健康づくりのための運動や休養、バランスの良い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、食事の取り方を身につけている。 b: 運動や食事、休養が健康に及ぼす影響について調べたことを基に、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。 c: 健康な生活を送る上での運動の意味について多様な運動の種類やその効果、食事の効果、休養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している。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	ワークシート
		12、がんの予防と回復	a:がんは様々な種類があり、生活習慣病のみならず細菌やウイルスの感染などの原因があることについて理解し、予防のための個人の取組を身につけている。 b:がんの原因や要因について調べたことを基に、がんの予防や回復について記述、説明ができる。 c: がんの原因や要因について調べたりするなどの学習活動に取り組もうとしている。	定期考査 ワークシート 確認テスト	定期考査 ワークシート レポート 振り返りシート	観察 ワークシート 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

		13、喫煙と健康	a:喫煙は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解することができる。 b:喫煙が及ぼす身体への影響を調べ、周囲の人々への健康被害について記述、説明ができる。 c: 喫煙の健康被害について調べたりするなどの学習活動に取り組もうとしている。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート 発表	観察 ワークシート 発表
		14、飲酒と健康	a: 飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解することができる。 b: 飲酒が及ぼす身体への影響を調べ、未成年が飲酒してはいけないのはなぜか記述、説明ができる。 c: 飲酒の健康被害について調べたりするなどの学習活動に取り組もうとしている。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	観察 ワークシート
		15、薬物乱用と健康	a: 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の対策を身につけている。 b: 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: 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している。	定期考査 ワークシート 確認テスト	定期考査 ワークシート 振り返りシート ブレインストーミング	観察 ワークシート 振り返りシート ブレインストーミング

※令和４年度以降入学生用

		16、精神疾患の特徴	a:精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情緒、行動などの不調により精神活動が不全になった状態であることを理解することができる。 b:精神疾患の特徴を理解した上で誰もが罹患しうることを記述、説明ができる。 c: 精神疾患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している。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート レポート	ワークシート 発表
		17、精神疾患への対応	a:精神疾患の予防と回復には、リラクセーションの方法でストレスを緩和することが重要であると理解することができる。 b: 精神疾患の特徴を理解した上で誰もが罹患しうることを記述、説明ができる。 c: 精神疾患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している。	定期考査 ワークシート 確認テスト	定期考査 ワークシート レポート 振り返りシート	ワークシート 振り返りシート

※　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