※令和４年度以降入学生用

学校番号	3006

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	２年次
使用教科書	現代高等保健体育（大修館出版）						
副教材等							

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ぼう。
・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よう。
・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ろう。
・身近な健康問題に興味をもとう。

２　学習の到達目標

・個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。
・健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他社に伝える力を養う。
・生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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。

※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)
一学期	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち 私たちの健康のすがた	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説明したり、記述することができる。 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する。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート	振り返りカード その他成果物
		生活習慣病の予防と回復 がんの原因と予防 がんの治療と回復	a:生活習慣病の例（特にがん）をあげ、なぜ生活習慣病と呼ばれるのかを理解し、その予防法について記述、説明できる。 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、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。			

※令和４年度以降入学生用

		運動と健康 食事と健康 休養･睡眠と健康	a: 健康づくりのための運動や食事、休養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。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。 b:運動が健康に及ぼす影響について、自身の生活と比較･分析できる。また、自身の食生活と健康的な食事について比較・分析できる。 c:健康づくりのための運動や食事、休養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。			

※令和４年度以降入学生用

二学期	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ている。飲酒による影響について理解している。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ている。 b:「喫煙」がもたらす健康被害を理解し、自身の生活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。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」による健康被害ついての調べ学習に取り組もうとする。アルコールが脳や体にどのような影響を及ぼすかついての調べ学習に取り組もうとする。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。	定期考査 ワーク シート	定期考査 ワーク シート	振り返り カード その他 成果物
		精神疾患の特徴 精神疾患の予防 精神疾患からの回復	a:精神疾患の特徴をあげて記述、説明したり、精神疾患の予防や回復について記述、説明が出来る。 b:精神疾患を防ぐためには個人と社会でどのような対策が必要か考えて意見交換が出来る。 c:精神疾患と今の日本の現状、課題について調べたり、意見交換をしたりする学習活動に取り組もうとする。			

※令和４年度以降入学生用

		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:現代の感染症問題や予防対策について説明したり、個人でできる対策と社会的な対策について記述できる。性感染症・エイズとその予防には、社会的な対策を前提とした個人の取組が必要であることについて理解している。 b:感染症を予防し流行を防ぐにはどのような対策が必要か考えることができる。 c: 感染症（性感染症を含む）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。			
		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。			

※令和４年度以降入学生用

三学期	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:交通事故には、車両の特性や、当事者の意識や行動、周囲の環境が関連していることについて理解し、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個人および社会生活に関する事例と比較・分析できる。 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 ワークシート	定期考査 ワークシート	振り返りカード その他成果物
		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:応急手当の意義、重要性について理解し、傷病者を発見したときにどのように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。 b:日常生活で起こりうる傷害や熱中症などの疾病について学んだことを基に、どのような応急手当が必要か調べ、まとめたり、説明したりすることができる。 c:心肺蘇生法の手順や AED の使い方を実践したり、その注意点を考えるなどの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