※令和4年度以降入学生用

学校番号	1003

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	大修館　新高等保健体育						
副教材等	特になし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・学習内容について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組みましょう。
・保健の見方・考え方を働かせて、仲間と意見交換などを行いながら健康課題を発見し、その課題解決に向け、主体的・協同的な学習を行いましょう。

2　学習の到達目標

(1)健康的な環境づくりの重要性について理解を深める。
(2)心身の健康の保持増進を図るための思考力、判断力、表現力等の資質を育成する。
(3)健康を大切にし明るく豊かに生活する態度などの資質や態度を育成する。ヘルスプロモーションの考え方を生かし、健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択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、技能を身につけるようにする。	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者に伝える力を養う。	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めざし、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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	日本における健康問題の変遷 1、日本における健康水準の変化 2、日本における疾病構造の変化とその原因	a:国民の健康課題について、我が国の死亡率、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通して理解できるようにする。 b:現代社会と健康における事象や情報などについて、世界と比較しながら説明することができる。 c:健康指標や疾病構造の変化から、日本の健康課題について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		健康の考え方と成り立ち 1、健康に関する考え方 2、健康の成り立ちに関わる様々な要因 ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり 1、ヘルスプロモーションの考え方 2、健康を守り、育てる環境	a:健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて理解できるようにする。 b:国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、説明することができる。 c:健康の考え方がどのように変化してきたのか、またヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりの重要性について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		健康に関する意思決定・行動選択 1、意思決定・行動選択と健康との関係 2、よりよい意思決定・行動選択の方法	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できるようにする。 b:健康にとって適切な意思決定・行動選択をするために必要なことを分析し、説明することができる。 c:健康を保持増進するためには適切な意思決定・行動選択が重要であることについて意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		現代における感染症の問題 1、時代や地域で変化する感染症 2、現在、特に問題となっている感染症 感染症の予防 1、感染症予防の三原則 2、現代の感染症の発生予防とまん延防止のための対策 性感染症・エイズとその予防 1、性感染症・エイズとは 2、性感染症・エイズを予防するための対策	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見られることを理解できるようにする。また、感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取り組みが必要であることを理解できるようにする。 b:感染症の発生や流行には時代や地域によって違いが見られることについて分析し、説明することができる。また、感染のリスクを軽減するための個人の取り組みを考え、発表することができる。 c:感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響すること、性感染症・エイズの現状と今後の課題について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		生活習慣病の予防と回復 1、生活習慣病とは 2、生活習慣病の予防と回復のための取り組み 身体活動・運動と健康 1、身体活動・運動と健康の関係 2、身体活動・運動の実践と社会環境の整備 食事と健康 1、食事と健康の密接な関係 2、健康的な食生活の実践と社会環境の整備 休養・睡眠と健康 1、休養・睡眠と健康の関係 2、健康づくりのための休養・睡眠の確保 がんの予防と回復 1、がんの予防と治療 2、がんに関する社会的な取り組み	a:がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適宜取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するためには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることを理解できるようにする。 b:生活習慣病などの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し説明することができる。 c:生活習慣病の予防や回復のために必要な社会の取り組みについて意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出

※　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

※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)
2学期	現代社会と健康	喫煙と健康 1、喫煙による健康影響 2、喫煙を開始する様々な要因と依存性 3、たばこ問題への対策 飲酒と健康 1、飲酒による健康影響や社会問題 2、飲酒を開始する様々な要因と依存性 3、不適切な飲酒を防止するため対策	a:喫煙や飲酒は、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できるようにする。 b:喫煙、飲酒の防止について、我が国のこれまでの取り組みを個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析し説明することができる。 c:喫煙、飲酒による健康への影響について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		薬物乱用と健康 1、薬物乱用による健康影響と社会問題 2、薬物乱用を開始する様々な要因 3、薬物乱用を防止するための対策	a:薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから決して行ってはならないことを理解できるようにする。 b:薬物乱用の防止について、我が国のこれまでの取り組みを個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析し説明することができる。 c:薬物乱用による健康への影響について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		精神疾患の特徴 1、精神疾患とはどのようなものか 2、主な精神疾患とその特徴 精神疾患への対応 1、心の不調の早期発見とセルフケア 2、自分だけで悩まず助けを求めることの大切さ 3、心の健康社会の実現を目指して	a:精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生理的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、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できるようにする。また、予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた実践が重要であることを理解できるようにする。 b:精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取り組みや社会的な対策を整理することができる。 c:精神疾患の発症、回復のポイント、予防や早期発見などについて意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
	安全な社会生活	事故の現状と発生要因 1、事故とその被害 2、事故の発生に関連する要因 交通事故防止の取り組み 1、交通事故防止のための取り組み 2、交通事故を起こした場合の責任と補償	a:事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な要因や場面において発生していることを理解できるようにする。 b:安全な社会生活における事象や情報などについて、安全に関わる原則や概念を基に分析し、説明することができる。 c:交通事故防止には個人の取り組みと交通環境の整備が必要であることについて意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		安全な社会の形成 1、自他の安全を確保する行動 2、安全を確保する社会の取り組み	a:安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取り組み、及び地域の連携などが必要であることを理解できるようにする。 b:安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用することができる。 c:すべての人たちの安全を確保するために必要な環境の整備について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出

※　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

※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)
3学期	安全な社会生活	応急手当の意義と救急医療体制 1、応急手当の意義 2、救急医療体制の仕組み	a:適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることを理解できるようにする。 b:応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用することができる。 c:応急手当に意義と、その手順や方法を身につける必要性について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		心肺蘇生法 1、心肺蘇生法の意義 2、心肺蘇生法の行い方	a:心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AEDの使用などが必要であること、及び方法や手順について、実習を通して理解し、AEDなどを用いて心肺蘇生法ができるようにする。 b:心肺蘇生について、習得した知識や技能を適切に活用するために、役割を分担し、指導し合うことができる。 c:心肺蘇生法の意義や方法、手順について意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出
		日常的な応急手当 1、日常的なけがの応急手当 2、熱中症の予防と応急手当	a:日常生活おこる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを、実習を通して理解し、応急手当ができるようにする。 b:日常的な応急手当について、習得した知識や技能を適切に活用するために、役割を分担し、指導し合うことができる。 c:日常生活で起こるけがの基本的な応急手当の方法や、熱中症の予防の方法ついて意見交換をしながら学習に取り組んでいる。	・ワークシート ・ノート ・定期考査	・学習への取り 組み ・ワークシート ・ノート	・学習への取り組み ・成果物の提出

※　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