※令和４年度以降入学生用

学校番号	1004

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（大修館）						
副教材等	現代高等保健体育ノート（大修館）						

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、健康的な生活習慣を身につけよう。
今後、日常生活で直面する健康課題を知り、その解決方法を考える。
健康問題に興味を持ち、社会的な取り組みや個人での対応について知る。

２　学習の到達目標

・身近な生活における健康・安全についての基礎的な知識を理解できるようになる。
・身近な健康課題に気付き、その解決方法を思考・判断し、それらを表現することができるようになる。
・健康の大切さを認識し、健康的な生活を営むため主体的に学ぶこと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	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)
1学期	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち 1.　健康についての多様な考え方 2.　健康の成り立ちとその要因	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、記述したりすることができる。 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 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		私たちの健康のすがた 1.　わが国における健康水準の向上 2.　わが国における健康問題の変化	a 健康水準や疾病構造の変化に伴って「健康のすがた」が変わってきていることを理解し、新たな健康課題について知る。: 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する。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		生活習慣病の予防と回復 1.　生活習慣病とその種類 2.　予防から回復まで がんの原因と予防 1.　がんとその種類 2.　がんの予防 がんの治療と回復 1.　がんの治療と緩和ケア 2.　がんとともに生きる社会づくり	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、その予防や治療法について記述、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。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習

※令和４年度以降入学生用

2学期	現代社会と健康	運動と健康 1.　健康からみた運動の意義 2.　健康によい運動のしかた 食事と健康 1.　健康的な食生活の意義 2.　健康によい食事のとり方 休養・睡眠と健康 1.　健康からみた休養の意義 2.　健康からみた睡眠の意義	a：健康づくりのための運動・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・食事・休養の取り方を説明・記述することができる。 b：運動・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、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・食事・休養の意味について多様な方法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。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		喫煙と健康 1.　喫煙の影響 2.　喫煙への対策 飲酒と健康 1.　飲酒の影響 2.　飲酒への対策	a：喫煙・飲酒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・飲酒対策について例を上げ、説明することができる。 b：「喫煙・飲酒」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・飲酒対策について分析することができる。 c：「喫煙・飲酒」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。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		薬物乱用と健康 1.　薬物乱用の影響 2.　薬物乱用の要因と対策	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。 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する。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		現代の感染症 1.　感染症とは 2.　さまざまな感染症 感染症の予防 1.　感染症予防の3原則 2.　現代の感染症対策 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・エイズの予防	a：感染症または性感染症問題に関して例をあげて説明し、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。 b：感染症または性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：：感染症または性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、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習

※令和４年度以降入学生用

２学期	現代社会と健康	精神疾患の特徴 1.　精神疾患の要因と種類 2.　精神保健の今日的課題 精神疾患の予防 1.　日病生活における予防 2.　精神疾患の早期発見･治療 精神疾患からの回復 1.　専門家による支援と回復 2.　社会環境の整備	a：精神疾患の例をあげ、発病の要因や特徴、予防法や治療回復について説明できる。また、精神保健の課題をあげることができる。 b：精神疾患と脳の関連に考え､原因について自身の生活などを振り返って考え、発表したり整理したりすることができる。 c:精神疾患への対処について、調べたり、自身の実生活と置き換えて考えたりする学習活動に取り組もうとする。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		健康に関する意思決定･行動選択 1.　意思決定･行動選択とそれに影響を与える要因 2.　適切な意思決定･行動選択を実現する工夫 健康に関する環境づくり １．健康を保持増進するための環境 ２．ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくり	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。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
３学期	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 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 交通における安全 1.　交通事故防止のための取り組み 2.　交通事故と運転者の責任	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：安全な社旗の形成で必要な資質と責任､交通事故などを例に、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:安全な社会を形成するのに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 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		応急手当の意義とその基本 1.　応急手当の意義 2.　応急手当の手順	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：：応急手当が必要な場面に遭遇した際、どのような行動をとるか考え、グループ等で発表し合うことができる。 c：応急手当の必要性や意義について調べ､応急手当が必要な時にどのような行動が必要か考え、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習

※令和４年度以降入学生用

3学期	安全な社会生活	日常的な応急手当 1.　けがに応じた応急手当 2.　熱中症の応急手当	a:日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法を理解し、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: 日常生活のどのような場面や状況で傷害等が発生するか調べたり、考えたりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート ノート	ノート 授業態度 グループ学習
		心肺蘇生法 1.　心肺蘇生法の意義と方法	a:胸骨圧迫、人工呼吸、AED による除細動の原理や心肺蘇生法の各手順のポイントを理解し、実践し、記述することができる。 b:心肺蘇生法や AED の実践や、他者が実施した手順や方法が正しいかを判断したり指摘したりと互いに教え合い活動ができる。 c: 心肺蘇生法の手順や AED の使い方を実践し、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。	定期考査 小テスト	定期考査 ワークシート 実技	ノート 授業態度 グループ学習

※　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