※令和４年度以降入学生用

学校番号	２２０１

令和８年度　保健体育科

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

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

人の一生のなかで高校生の時期は、保健体育の観点からみても大変重要な意味をもっています。体の大きさは成人に近づいていきますが、体力や心の発達という点からは、さらなる充実が期待されます。

保健体育の学びが将来の生活のために役立つだけでなく、ともに生きる他の人々の健康づくりやスポーツ活動にもいかしていけることを望んでいます。

2　学習の到達目標

① 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。
② 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。
③ 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、それらを表現している。	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)
前期(後期)	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 健康と意思決定・行動選択 健康に関する環境づくり	a: わが国の新たな健康問題について理解している。WHO 憲章での健康の考え方について理解している。 b: 健康について事例などと比較したり，分類したり，分析したりしている。 c: 健康水準の向上について健康指標を調べたり、資料を読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。	考査 小テスト プリント学習 質疑応答	考査 小テスト ワークシート パフォーマンス課題 質疑応答	質疑応答 ワークシート パフォーマンス課題に取り組む姿勢
		生活習慣病の予防とj回復 がんの原因と予防 がんの治療と回復 運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康	a: 成人病，生活習慣病の呼称の由来や病例，生活習慣病の予防対策について，課題の解決に役立つ事項を理解している。 b: 生活習慣病およびその予防法ついて，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，それらを説明できる。 c: 生活習慣病およびその予防法ついて，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	考査 小テスト プリント学習 質疑応答	考査 小テスト ワークシート パフォーマンス課題 質疑応答	質疑応答 ワークシート パフォーマンス課題に取り組む姿勢
		喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康	a: 健康への影響，健康被害を防ぐさまざまな対策としての法律などについて，課題の解決に役立つ事項を理解している。 b: 学習したことを，個人および社会生活や事例などと比較したり，分類したり，分析したりするなどして，説明できる。 c: 話し合いや意見交換などの学習活動に取り組もうとしている。	考査 小テスト プリント学習 質疑応答	考査 小テスト ワークシート パフォーマンス課題 質疑応答	質疑応答 ワークシート パフォーマンス課題に取り組む姿勢
		精神疾患の特徴 精神疾患の予防 精神疾患からの回復	a: 精神疾患の特徴を把握し、予防対策および課題の解決に役立つ事項を理解している。 b: 予防法ついて，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，それらを説明できる。 c: 資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	考査 小テスト プリント学習 質疑応答	考査 小テスト ワークシート パフォーマンス課題 質疑応答	質疑応答 ワークシート パフォーマンス課題に取り組む姿勢
		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: 感染源対策・感染経路対策・感受性者対策，感染症についての社会と個人に分けた対策について理解している。 b: 感染症予防の原則，感染症についての社会と個人に分けた対策について，比較，分類，分析したりするなどして，説明できる。 c: 感染症について，話し合いや意見交換などの学習活動に取り組もうとしている。	考査 小テスト プリント学習 質疑応答	考査 小テスト ワークシート パフォーマンス課題 質疑応答	質疑応答 ワークシート パフォーマンス課題に取り組む姿勢
		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:　意思決定・行動選択に影響を与える要因や選択の際の工夫について理解している。 b:　社会環境の健康への影響について例をあげて説明できる。 c:ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について，話し合いや意見交換などの学習活動に取り組もうとしている。	考査 小テスト プリント学習 質疑応答	考査 小テスト ワークシート パフォーマンス課題 質疑応答	質疑応答 ワークシート パフォーマンス課題に取り組む姿勢

※　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