学校番号	3001

令和８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　改訂版（大修館書店出版）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　改訂版（大修館書店出版）						

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健康課題を知り、その解決方法を考える。
・自身の生活習慣を見直し、健康の維持増進に努められるようになろう。
・健康的な生活習慣を身につけられるようになろう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
現代社会における様々な健康課題を理解し、自らの健康の保持増進に向けての正しい知識を身に付けている。
【思考力、判断力、表現力等】
健康に関する諸問題に関して、社会としての課題・自己の健康課題について考えを述べることができる。また課題解決に向けての方法も自らの言葉で表現できる。
【学びに向かう力、人間性等】
健康に関する諸問題に関して、積極的に学習に取り組むことに加え、他人の意見も取り入れながら実践しようとしている。具体的には、授業にまじめに参加し、ノートや提出物をしっかり記入することに加え、グループワーク等に協力的に取り組む。

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，それらの内容にかかわる技術を身につけている。	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、それらを表している。	自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち，現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進に努められるよう、自らの知識だけでなく仲間と意見を交換し、課題解決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。

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 ・私たちの健康のすがた ・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 ・運動と健康 ・食事と健康 ・休養、睡眠と健康	a:健康の考え方を理解している。社会の変化にともない健康問題も大きく変わっていることを認識し、現代の健康問題を的確にとらえるとともに、生涯にわたって健康を保持増進していくための知識や技能を身につけている。 b:健康に関わる事象や健康情報などから自他や社会の課題を発見し，よりよい解決に向けて思考したり，様々な解決方法の中から適切な方法を選択するなどの判断をしたりするとともに，それらを他者に表現することができる。 c:健康に関心をもち，自らの健康を適切に管理すること及び環境を整えることが重要であることを理解し、日常生活に活かそうとしている。また，ヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康課題に関して理解し、その解決に向けて思考・判断・表現しようとしている。	定期テスト（知識） ワークシート ノート記入 授業時の観察	定期テスト（思考） ワークシート ノート記入 授業時の観察 レポート学習状況の観察 記録カード	レポート ワークシート ノート記入 授業時の観察 授業の態度や忘れ物の状況 グループワークにおける態度

2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 ・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復 ・現代の感染症 ・感染症の予防	a:現代の健康問題には飲酒や喫煙などの日常生活が大きく影響していることを理解している。精神疾患は誰にでも起こりうることであり、さまざまな症状があることを理解している。感染症の発生や流行には，時代や地域によって違いがみられ、その予防には個人の取組及び社会的な対策を行う必要があることを理解している。 b:内容について、課題解決に向けた取り組みを行っており、自分の考えやグループの意見を他者に伝えることができる。 c:健康に関心をもち，自らの健康を適切に管理すること及び環境を整えることが重要であることを理解し、日常生活に活かそうとしている。また，ヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康課題に関して理解し、その解決に向けて思考・判断・表現しようとしている。	定期テスト（知識） ワークシート ノート記入 授業時の観察学習状況の観察	定期テスト（思考） ワークシート ノート記入 授業時の観察 レポート	レポート ワークシート ノート記入 授業時の観察 授業の態度や忘れ物の状況 グループワークにおける態度学習状況の観察
3学期	現代社会と健康	・性感染症・エイズとその予防 ・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:性感染症の中でも特にエイズの原因や予防について理解できる。また、健康を維持するためには様々な面で意思決定・行動選択する必要性があることを理解し、個人及び社会的な対策を行う必要があることを理解している。 b:内容について、課題解決に向けた取り組みを行っており、自分の考えやグループの意見を他者に伝えることができる。 c:健康に関心をもち，自らの健康を適切に管理すること及び環境を整えることが重要であることを理解し、日常生活に活かそうとしている。また，ヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康課題に関して理解し、その解決に向けて思考・判断・表現しようとしている。	定期テスト（知識） ワークシート ノート記入 授業時の観察	定期テスト（思考） ワークシート ノート記入 授業時の観察 レポート	レポート ワークシート ノート記入 授業時の観察 授業の態度や忘れ物の状況 グループワークにおける態度

※　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