※令和４年度以降入学生用

学校番号	3015

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」　（５０　大修館　保体７０１）						
副教材等	現代高等保健体育ノート（大修館書店）						

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であろう健康課題を知り、その解決方法を考える。
・健康や安全についての社会的な取組みや個人での対応について知る。
・身近な健康問題に興味をもってもらう。

２　学習の到達目標

・健康的な生活行動とはどのようなことか理解できるようになる。
・身近な健康問題に興味をもち、その解決方法について考えることができるようになる。
・健康や安全に対する社会的な取組みを知り、個人的な対応と関連づけて実践できるようになる。
・心と体を一体としてとらえ、健康・安全について総合的に理解する。

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。	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。

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

期間	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	1 現代社会と健康	1 健康の考え方と成り立ち ・健康についての多様な考え方。 ・健康を成り立ちとその要因。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		2 私たちの健康のすがた ・わが国における健康水準の向上。 ・わが国における健康問題の変化。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		3 生活習慣病の予防と回復 ・生活習慣病とその種類。 ・予防から回復まで。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

前期	1 現代社会と健康	4 がんの原因と予防 ・がんとその種類。 ・がんの予防。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		5 がんの治療と回復 ・がんの治療と緩和ケア。 ・がんとともに生きる社会づくり。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		6 運動と健康 ・健康からみた運動の意義。 ・健康によい運動のしかた。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

前期	1 現代社会と健康	7 食事と健康 ・健康的な食生活の意義。 ・健康によい食事のとり方。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		8 休養・睡眠と健康 ・健康からみた休養の意義。 ・健康からみた睡眠の意義。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		9 喫煙と健康 ・喫煙の影響。 ・喫煙への対策。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

前期	1 現代社会と健康	10 飲酒と健康 ・飲酒の影響。 ・飲酒への対策。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		11 薬物乱用と健康 ・薬物乱用の影響。 ・薬物乱用の要因と対策。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		12 精神疾患の特徴 ・精神疾患の要因と種類。 ・精神保健の今日的課題。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

前期	1 現代社会と健康	13 精神疾患の予防 ・日常生活における精神疾患の予防。 ・精神疾患の早期発見・早期治療。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		14 精神疾患からの回復 ・専門家による支援と治療。 ・社会環境の整備。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
後期	1 現代社会と健康	15 現代の感染症 ・感染症とは。 ・さまざまな感染症。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

後期	1 現代社会と健康	16 感染症の予防 ・感染症予防の3原則。 ・現代の感染症対策。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		17 性感染症・エイズとその予防 ・性感染症・エイズとは。 ・性感染症・エイズの予防。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		18 健康に関する意思決定・行動選択 ・意思決定・行動選択とそれに影響を与える要因。 ・適切な意思決定・行動選択を実現する工夫。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

後期	1 現代社会と健康	19 健康に関する環境づくり ・健康を保持増進するための環境。 ・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:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
	2 安全な社会生活	1 事故の現状と発生要因 ・事故とその被害。 ・事故の発生に関連する要因。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察
		2 安全な社会の形成 ・自他の安全を確保する行動。 ・安全を確保する社会の取り組み。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※令和４年度以降入学生用

後期	2 安全な社会生活	3 交通における安全 ・交通事故防止のための取り組み。 ・交通事故と運転者の責任。	a:学習内容について理解している b:学習内容を考察し、表現できる c:学習内容を理解しながら、主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 単元テスト	発表 レポート課題 パフォーマンス課題	振り返りシート 学習課題 ワークシート 授業観察

※　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