学校番号	104

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	新高等保健体育（大修館書店）						
副教材等	新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）

社会の状況や文化、環境など、さまざまな観点から「健康」に対して理解を深め、自分自身の人生を豊かにする実践力を身につけよう。授業だけでなく、新聞やニュースなどからの健康時事問題にも興味を持ち、自分自身の生活に活かせる情報を得るように努力しよう。

2　学習の到達目標

・多様な健康問題や社会の変化に対応して、生涯を通じて健康を保持増進するために、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、資質や能力を養う
・健康的な生活習慣を身に付け、生活環境を守るための知識と実践力を高める
・運動や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、他者に伝える力を養う
・生涯、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、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	・健康に関する知識を深め、個人の適切な意志決定・行動選択及び健康的な社会づくりを行うことが重要であることを理解する	・授業での学習で身につけた知識のみだけでなく、時事問題や身近に起こりうる健康課題について知識・理解を深め、課題の設定や個人や集団で問題解決を図る等、知識を活用する力を養う	・主体性をもって授業に参加する ・グループワークなどで、収集した適切な資料を基にして自らの意見を構築するとともに、他者との意見交換へ積極的に参加することができる

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	健康の考え方	・日本における健康課題の変遷 ・健康の考え方と成り立ち ・ヘルスプロモーションと健康にかかわる環境づくり ・健康に関する意思決定・行動選択	a:国民の健康水準や疾病構造の変化、健康の捉え方や適切な意志決定や行動選択の重要性について理解し、身に付けている。 b:自分の経験や意見交換をもとに、課題の解決方法を考えたり、社会生活にあてはめたりして考察し、選択すべき行動を判断している。 c:資料を探したり、意見交換したりする中で、主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート
	現代の感染症とその予防	・現代における感染症の問題 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防	a:健康の保持増進と疾病の予防・調和のとれた生活の実践に関する適切な意志決定や行動選択について理解し、身に付けている。 b:学習したことを個人及び社会生活や事例と比較して考察し、選択すべき行動を判断している。 c:適切な資料を集め、意見交換などを通して主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート
2学期	生活習慣病などの予防と回復	・生活習慣病の予防と回復 ・身体活動・運動と健康 ・食事と健康 ・休養・睡眠と健康 ・がんの予防と回復	a:健康の保持増進と疾病の予防・調和のとれた生活の実践に関する適切な意志決定や行動選択について理解し、身に付けている。 b:学習したことを個人及び社会生活や事例と比較して考察し、選択すべき行動を判断している。 c:適切な資料を集め、意見交換などを通して主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート

	喫煙・飲酒・薬物乱用と健康	・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康	a:健康の保持増進と疾病の予防・調和のとれた生活の実践に関する適切な意志決定や行動選択について理解し、身に付けている。 b:学習したことを個人及び社会生活や事例と比較して考察し、選択すべき行動を判断している。 c:適切な資料を集め、意見交換などを通して主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート
	精神疾患の予防と回復	・精神疾患の特徴 ・精神疾患への対応	a:精神疾患の特徴や症状、回復、精神と身体との密接な関連、ストレスへの適切な対処について理解し、身に付けている。 b:学習したことや調べたことをもとに、整理分析し、自分の考えや選択すべき行動を判断している。 c:適切な資料を集め、意見交換などを通して主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート
3学期	安全な社会づくり	・事故の現状と発生要因 ・交通事故防止の取り組み ・安全な社会の形成	a:交通事故の防止には、車両の特性の理解、適切な行動、自他の生命尊重の態度、交通環境の整備が必要であること、また交通事故の責任について理解し、身に付けている。 b:学習したことや調べたことをもとに課題をみつけ、社会生活と比較、考察し、選択すべき行動を判断している。 c:適切な資料を集め、意見交換などを通して主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート

	応急手当	・応急手当の意義と救急医療体制 ・心肺蘇生法 ・日常的な応急手当	a:応急手当の意義や必要性、正しい手順や方法について理解し、身に付けている。 b:学習したことや調べたことをもとに、整理分析、日常生活にあてはめて考察し、選択すべき行動を判断している。 c:資料を調べ、実践や意見交換などを通して主体的に解決しようとしている。	定期考査 レポート ノート	定期考査 レポート ノート	授業観察 ノート

※　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