※令和４年度以降入学生用

学校番号	404

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	２年次
使用教科書	「現代高等保健体育」　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・思春期による心や体の変化について理解し、妊娠・出産や避妊・中絶、結婚生活や加齢について理解しよう。
・働くことと健康についての関わりを考え、労働災害と職業生活について理解しよう。
・環境問題について理解し、私たちの生活と関連付けて考えるようになろう。
・食品の安全性について考え、医薬品や医療制度について理解し、健康に留意した生活を送れるようにしよう。

2　学習の到達目標

・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。
・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。
・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めざし、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には、一人一人が健康に関して深い認識をもち、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ことが重要であることを理解している。また、応急手当等の技能を身に付けている。 ・安全な社会を形成するために、事故等の防止に加え、発生に伴う傷害などを軽減することが重要であること、事故等の発生には人的要因及び環境要因が関わるため、個人の取組に加えて社会的な取組が求められることを理解している。	・現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 ・安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができる。	・保健の見方や考え方を働かせ、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や回復をめざす実践力を身につけようとする態度である。 ・現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにしようとする態度である。

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	生涯を通じる健康	ライフステージと健康	a：思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることを理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		思春期と健康	a：結婚生活において、心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できるようにする。その際、受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		性意識と性行動の選択	a：自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したり する態度が必要であること，及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることを理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		妊娠･出産と健康	a：受精，妊娠，出産とそれに伴う健康課題について理解できるよう にするとともに，健康課題には年齢や生活習慣などが関わることについて理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		避妊法と人工妊娠中絶	a：家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		結婚生活と健康	a： 結婚生活を健康に過ごすには，自他の健康に対する責任感，良好な人間関係や家族や周りの人からの支援，及び母子の健康 診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であること を理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		中高年期と健康	a：中高年期を健やかに過ごすためには，若いときから，健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと，生きがいをもつこと，運動やスポーツに取り組むこと，家族や友人などとの良好な関係を保つこと，地域における交流をもつことなどが関係することを理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
2学期		働くことと健康	a：労働による傷害や職業病などの労働災害は，作業形態や作業環境の変化に伴い 質や量が変化してきたことを理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		労働災害と健康	a：労働災害を防止する には，作業形態や作業環境の改善，長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることを理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		健康的な職業生活	a：働く人の健康の保持増進は，職場の健康管理や安全管理とともに，心身両面に わたる総合的，積極的な対策の推進が図られることで成り立つことを理解できる。 b：生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
	健康を支える環境づくり	大気汚染と健康	a：人間の生活や産業活動は，大気汚染，水質汚濁，土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし，健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて理解できる。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		水質汚濁、土壌汚染と健康	a：健康への影響や被害を防止するためには，汚染物質の排出をできるだけ抑制したり，排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて理解できる。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		環境と健康にかかわる対策	a：環境基本法などの法律等が制定されており，環境基準の設定，排出物の規制，監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて理解できる。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		ごみの処理と上下水道の整備	a：上下水道の整備，ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は，自然環境や学校・地域などの社会生活における環境，及び人々の健康を守るために行われていることについて理解できる。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
３学期		食品の安全性	a：人々の健康を支えるためには，食品の安全性を確保することが重要であり，食 品の安全性が損なわれると，健康に深刻な被害をもたらすことがあり，食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて理解できる。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		食品衛生にかかわる活動	a：食品の安全性を確保するために，食品衛生法などの法律等が制定されており，様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや，食品の製造・加工・ 保存・流通など，各段階での適切な管理が重要であることについて理解できる。 b：健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減， 生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		保健サービスとその活用	a：我が国には，人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し，行政及びその他の機関などから健康に関する情報，医療の供給，医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて理解できる。 b：健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減， 生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		医療サービスとその活用	a：健康を保持増進するためには，検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し，地域の保健所や保健センターなどの保健機関，病院や診療所などの医療機関，及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要である ことについて理解できる。 b：健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c：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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		医薬品の制度とその活用	a：医薬品は，医療用医薬品，要指導医薬品，一般用医薬品の三つに大別され，承認制度によってその有効性や安全性が審査されており，販売に規制が設けられていることについて理解できるようにする。また，疾病からの回復や悪化の防止に は，個々の医薬品の特性を理解した上で，使用法に関する注意を守り，正しく使うことが必要であることについて理解できる。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト
		さまざまな保健活動や社会的対策	a：我が国や世界では，健康を支えるために，健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて理解できるようにする。 b： 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c： 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※令和４年度以降入学生用

		健康に関する健康づくりと社会参加	a: 自他の健康を保持増進するには，ヘルスプロモーションの考え方に基づいた，健康に関する環境づくりが重要であることについて理解できるようにする。また，一人一人が健康に関心をもち，健康を支える適切な環境づくりに積極的に参加していくことが必要であり，そのことが自分を含めた世界の人々の健康の保持増進につながることについて理解できる。 b: 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し，疾病等のリスクの軽減，生活の質の向上，健康を支える環境づくりなどと，解決方法を関連付けて考え，適切 な整備や活用方法を選択し，それらを説明することができる。 c: 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や回復をめざす実践力を身につけようとしている。	定期考査	定期考査	プリント 授業態度 小テスト

※　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