学校番号	１１０

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	保健 （普通科）	単位数	１単位	年次	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館出版）						
副教材等	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り組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り組みを知り、自らよりよい生活を送るために行動することができる。また、健康・安全について他者と協力して改善に取り組む態度を養う。

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)
前期	現代社会と健康	1 健康の考え方と成り立ち 2 私たちの健康のすがた	a: 健康水準や疾病構造の変化に伴って「健康のすがた」が変わってきていることを理解し、新たな健康課題について知る。 b: 健康水準向上の背景について考え、自身の考えを整理し、説明することができる。 c: 健康水準の向上について健康指標を調べたり、資料を見たり読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期テスト ワークシート ブレインストーミング	定期テスト グループワーク	グループワーク
		1 生活習慣病の予防と回復 2 がんの原因と予防 3 がんの治療と回復	a: 生活習慣病の例をあげ、なぜ生活習慣病と呼ばれるのかを理解し、その予防法について記述、説明できる。また、がんの発生原因や予防・治療・回復の知識を得る。 b: がんを含む生活習慣病の要因と自身の日常の生活行動を比較・分析し、課題を見つけたり、説明したりすることができる。 c: 日常の生活行動とがんを含む生活習慣病について調べたりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期テスト	定期テスト	ブレインストーミング グループワーク

		1 喫煙と健康 2 飲酒と健康 3 薬物乱用と健康	a: 喫煙者やその周辺の人におこる健康被害について理解し、日本や世界各国における喫煙対策についての例を上げ、説明することができる。 飲酒による短期的影響と長期的影響について理解し、健康問題に対する個人や社会環境への対策の例を挙げるなどの説明及び記述ができる。 薬物乱用が心身の健康や社会に与える影響について理解し、その防止に向けた個人や社会環境への対策について説明、記述することができる。 b: 「喫煙」がもたらす健康被害について自身の生活や社会生活の事例を基に喫煙対策について分析することができる。 飲酒による健康影響について設定された課題に対して自身の考えや課題解決策を導き出すことができる。 薬物乱用が個人及び周囲の人々、社会にも影響があることを知り、自身でできる薬物乱用への対策について考え、発表することができる。 c:「喫煙」による健康被害や、有害物質について調べたり、資料を見たり読んだりするなどの学習活動にとりくもうとする。 アルコールは、脳や体にどのような影響を及ぼすか、またその健康影響について調べるなどの学習活動に取り組もうとする。 薬物乱用に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取り組もうとする。	定期テスト	定期テスト グループワーク	 グループワーク ブレインストーミング

		1 精神疾患の特徴 2 精神疾患の予防 3 精神疾患からの回復	a:精神疾患の要因やその種類を理解することができている。日常における精神疾患の予防方法を身に着ける。 b:学習で得た成果を使い、精神疾患の患者が社会復帰できるようにするための、社会環境の整備を考えることができる。 c:専門家による支援と治療により、精神疾患の人が住みやすいような社会を作り出すために、率先して行動ができる。	定期テスト	定期テスト	グループワーク ブレインストーミング
後期		1 現代の感染症 2 感染症の予防 3 性感染症・エイズその予防	a: 感染症問題に関して例をあげて説明したり、感染症の予防対策について、記述・説明できる。 b: 感染症を予防し流行を防ぐためにはどのような対策が必要か、個人でできる対策、社会的な対策に分類して考えることが出来る。 c: 感染症について調べ、現在どのような感染症があるのか、また、流行しているのかを調べたり、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。	定期テスト	定期テスト グループワーク	グループワーク

	安全な社会生活	1 事故の現状と発生原因 2 安全な社会の形成 3 交通における安全	a：交通事故には、車両の特性や、当事者の意識や行動、周囲の環境が関連していることについて理解し、記述することができる。 事故を防止し安全な社会づくりをするには自他の生命を尊重し、個人の心身状態や適切な行動や環境の整備が重要であることを理解し、記述することができる。 b：交通事故の現状を踏まえしらべえたことを基に課題を見つけたり、整理したりすることができる。 交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくりについて学習したことを個人および社会生活に関する事例を比較・分析するなどして、説明することができる。 c：交通事故の現状とその原因について資料を見たり、読んだりするなどの学習活動に取り込もうとする。 交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくりについて資料を調べたり、まとめたりする学習活動に取り込もうとする。	定期テスト	定期テスト ブレインストーミング	グループワーク ブレインストーミング

		1 応急処置の意義とその基本 2 日常的な応急処置 3 心配蘇生法	a: 応急手当の意義、重要性について理解し、傷病者を発見したときにどのように対応すべきかポイントをあげて、説明、記述することができる。 胸骨圧迫、人工呼吸、AED による除細動の原理や心肺蘇生法の各手順のポイントを理解し、実践したり、記述することができる。日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法を理解し、記述することができる。 b: 応急手当が必要な場面に遭遇した際、どのような行動をとるかかんがえ、グループ等で発表し合うことができる。 心配蘇生法や AED の実践や、他者が実施した手順や方法が正しいかを判断したり指摘し、お互いに教え合い活動ができる。 日常生活で起こりうる傷害や熱中症などの疾病について学んだ事を基にどのような応急手当が必要か調べ、まとめたり、説明したりすることができる。 c: 応急手当の必要性や意義について調べ、応急手当が必要なときにどのような行動が必要か考え、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。 心肺蘇生法の手順や AED の使い方を実践したり、その注意点をかんがえるなどの学習活動に取り組もうとする。	定期テスト 実習	定期テスト グループワーク 実習	 グループワーク 実習

※　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