| 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<br>（芸能文化科） | 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）

・生涯の各段階における健康の課題を理解する。
・国の保健、医療制度や機関を適切に活用することを理解する。
・自然環境や社会の制度やしくみを知り、健康に関連する環境、食品の問題、働くことと健康の関係を学ぶ。
・健康に関する情報等を適切に対処する力が必要であることを学ぶ。

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。
・生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善することを考えられるようになる。
・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する。 |

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 | 生涯を通じる健康 | ライフステージと健康<br><br>1.各ライフステージにおいて健康課題が変わる。<br>2.各ライフステージにおける社会からの支援の存在。 | a:各ライフステージにおいて、起こりえる健康課題を理解し、その課題について考えることができる。<br>b:各ライフステージにおける、健康課題の特徴について整理した説明したりすることができる。<br>c:各ライフステージの死亡率や健康課題における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<br>ワークシート<br><br>ブレインストーミング | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 思春期と健康<br><br>1.思春期には、体に様々な変化が起きる。<br>2.思春期には、心に様々な変化が起きる。 | a:思春期にどのような心身の変化が起こるかを理解し、その健康課題を考えることができる。<br>b:男女それぞれの心身にどのような変化が起こるのか及びどのような違いがあるのかなどについて、整理したり、説明したりすることができる。<br>c:思春期に起こる心身の変化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組もうとする。 | 定期テスト<br>ワークシート<br><br>ブレインストーミング | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 性意識と性行動の選択<br><br>1.性意識に関する男女の特性を踏まえて、異性を尊重する。<br>2.性に関する正しい情報の特性を知り、意志決定や行動選択につなげる。 | a:男女間の性意識の差や、性に関する情報の入手源を理解したり、異性の尊重について考えることができる。<br>b:性意識の違いによって生まれる問題について考えあたり、正しい性情報の入手について整理し、説明することができる。<br>c:男女間の性意識の差などについての資料を読み取ったり読んだり、また性情報の入手方法などの学習活動に取り組もうとしている。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | ブレインストーミング<br><br>グループワーク |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 妊娠・出産と健康<br><br>1.受精・妊娠・出産の過程を理解し、母体の健康を守っていくことができる。<br>2.妊娠時、出産時には周囲の支援や公的なサービスが必要になる。 | a:妊娠・出産期を健康に過ごすための課題などを記述、説明することができる。<br>b:妊娠・出産について、及び出産後に必要なサービスなどについて筋道を立てて説明することができる。<br>c:受精から妊娠・出産・産後までの資料を見たり読んだりするなどの学習活動に取り組むことができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 避妊法と人工妊娠中絶<br><br>1.家族計画の意義や方法について学び、避妊法を選択する。<br>2.人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響について理解する。 | a:妊娠が人生設計に大きく影響することを理解し、その際の適切な環境について例を挙げたり、説明したりすることができる。<br>b:コンドームと低用量ピルの違いについて、記述・説明することができる。<br>c:母体保護法を理解した上で人工妊娠中絶などの方法や費用などの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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 結婚生活と健康<br><br>１.健康な結婚生活を送るためには、心身の発達や本人・家族の健康が大きく影響する。<br>２.お互いの健康状態について知ることや生活習慣が家族の健康に影響してくる。 | a:健康な結婚生活を送るために、生活習慣や心身の発育などについての課題を考えることができる。<br>b:健康的な結婚生活を送る上で、互いの心身の発達に加え生活習慣などについて配慮し、説明することができる。<br>c:結婚生活を送るために健康面で考慮すべきことなどの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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>ブレインストーミング | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 中高年期と健康<br><br>1.加齢と健康は密接な関係にあり、加齢に伴う疾病リスクが上がる。<br>2.高齢者の健康を支える取り組みとして、各機関の連携の必要性や総合的なサービスが多岐にわたる。 | a:加齢に伴う疾病リスクの上昇を理解し若年期からの望ましい生活習慣などについて、記述・説明することができる。<br>b:高齢者の健康を支える機関を例に出し、支援内容について話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:加齢による能力の変化などのグラフを読み取り、貯筋運動などに積極的に取り組もうとしている。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 働くことと健康<br><br>1.働くことで、生活の質を向上につながる一方で健康を損なうこともある。<br>2.働き方の変化によって健康問題も多様化してきた。 | a:働くことの意義や働くことによって起こる健康問題について記述・説明することができる。<br>b:働き方の変化に伴って、心身ともにどのような健康被害が出るかなどについて話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:働くことの意義や働き方と健康問題の変化などについて関心を持って学習に取り組もうとしている。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 労働災害と健康<br><br>1.労働災害や職業病を防止するために、作業形態や作業環境を整備することが必要となる。<br>2.職場において、安全管理や健康管理を行う。 | a:労働災害や職業病について、及びこれらを防止するための取り組みなどについて理解し、記述・説明することができる。<br>b:労働災害や職業病を防ぐためにどのようなことが必要になるかなどについて話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:労働災害や職業病について、及びこれらを防ぐための社会的な取り組みについて関心を持って学習活動に取り組もうとしている。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 健康的な職業生活<br><br>1.職場において、心と体の両面から健康づくりを行うことが必要となる。<br>2.余暇を活用することは、生活の質・人生の質を高めることにつながる。 | a:労働者が心身ともに健康的に生きていくための職場が行う健康増進対策、及び余暇の確保などについて理解し、記述・説明することができる。<br>b:労働者が心身ともに健康的に生きていくためにはどのようなことが必要か話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:労働者や職場が行う健康増進対策などについて関心を持って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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| 後期 | 健康を支える環境づくり | 大気汚染と健康<br><br>1.工場の排煙や自動車の排出ガスによって大気汚染が起こり、人体に健康被害をもたらしている。<br>2.大気汚染がもたらす問題としては、地球規模の問題もある。 | a:大気汚染の原因や影響などについて理解し、大気汚染を防止していくために何が必要かについて考え、記述、説明することができる。<br>b:大気汚染の原因や影響などについて、話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:大気汚染の原因や大気汚染によって起こる健康や環境への影響についての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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 水質汚濁・土壌汚染と健康<br><br>1.産業排水や生活排水などによって水質汚濁が起こり、人体に健康被害をもたらしている。<br>2.土壌汚染によって健康被害が起き、汚染物質は変化してきている。<br>3.それぞれの環境汚染は、密接に関係して起こっている。 | a:大気汚染、水質汚濁、土壌汚染について理解し、それぞれが関わりあっているということを記述・説明することができる。<br>b: 水質汚濁や土壌汚染の原因や影響などについて、話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:水質汚濁や土壌汚染の原因、健康や環境への影響についての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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 環境と健康にかかわる対策<br><br>1.環境汚染による被害を予防するために、環境基本法に基づいた対策がとられている。<br>2.廃棄物処理法によって産業廃棄物の処理方法を定めている。 | a:廃棄物を適切に処理するための社会的な取組について理解し、予防・改善していくために何が必要になるかなどを記述・説明することができる。<br>b:環境汚染を防止するための廃棄物の処理方法や社会的な取組みについて話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:環境汚染を防止するための廃棄物の処理の仕方や対策などに関する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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | ごみの処理と上下水道の整備<br>1.ごみの不適切な処理は、環境汚染の原因となっている。<br>2.環境を保全していくために、循環型社会を推進していくことが必要になる。<br>3.産業排水や生活排水を処理するための上下水道は完備されてきた。 | a: 現状の廃棄物の処理や、上下水道の処理について理解し、問題点を改善していくためには何が必要になるかを記述・説明することができる。<br>b:ごみの処理や上下水の処理段階での問題や改善策などについて、話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:ごみを適切に処理することや、上下水道のしくみなどについて関心を持ち、学習に取り組もうとしている。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 食品の安全性<br><br>1.生産・製造・加工・流通などの様々な過程において病原体や有害物質の混入を防ぐための法律がある。<br>2.食品添加物等の基準を明確にすることで、輸入品目の安全性も確保している。 | a:食品の安全性を保つための社会的な取り組やＨＡＣＣＰなどの衛生管理方法などについて理解し、記述・説明することができる。<br>b:どのようにして、食品の安全性が保たれているのかなどについて話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:食品の安全性を確保するための生産、製造加工などの各段階における課題や行政の活動について関心を持ち、学習に取り組むことができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 食品の安全性<br><br>1.生産・製造・加工・流通などの様々な過程において病原体や有害物質の混入を防ぐための法律がある。<br>2.食品添加物等の基準を明確にすることで、輸入品目の安全性も確保している。 | a:食品の安全性を保つための社会的な取り組やＨＡＣＣＰなどの衛生管理方法などについて理解し、記述・説明することができる。<br>b:どのようにして、食品の安全性が保たれているのかなどについて話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:食品の安全性を確保するための生産、製造加工などの各段階における課題や行政の活動について関心を持ち、学習に取り組むことができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 食品衛生にかかわる活動<br><br>1.食品表示を参考に安全な食品を選ぶ。<br>2.食品安全基本法、食品衛生法にもとづいて、食品の安全性を確保しようとしている。<br>3.ＨＡＣＣＰなどの衛生管理法やリスクコミュニケーションといった食品の安全性を高める方法が確立されている。 | a:食品表示による食物アレルギーや食中毒の防止、また環境への負荷に関する問題解決について記述・説明を行うことができる。<br>b:環境負荷について及び食品を含めた商品の選択に関して健康・安全に暮らしていくために必要なことについて、話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:食中毒の防止に必要なことや、食品表示についての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している。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 保健サービスとその活用<br><br>1.健康の保持増進のためには、個人の努力に加えて、保健行政の充実が重要となる。<br>2.保健所や保健センターが市町村に配置されることで、健康診査、健康相談などの保健サービスが展開される。 | a:保健行政の意義や役割について記述・説明することができる。<br>b:保健所や保健センターの包括的なケアの必要性について話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:保健行政についての情報収集を適切におこない、活用、周囲にも発信、展開することができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 医療サービスとその活用<br><br>1.暮らしに必要不可欠な医療機関、医療関係従事者の拡充は健康問題の解決のための大きな要素となる。<br>2.日本では国民皆保険制度や、高額療養費制度といった国民を疾病から守る制度が確立されている。 | a:様々な名称の医療機関について特徴や役割、取り組みなどについて理解し、記述・説明することができる。<br>b:インフォームドコンセントやセカンドオピニオンについて話し合ったり説明したりすることができる。<br>c:国民皆保険制度や高額療養費制度の財源や今後の展望について関心を持って学習活動に取り組もうとしている。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | 医薬品の制度とその活用<br><br>1.医薬品における、原因療法薬や対症療法薬は役割や効用が異なる。<br>2.医薬品使用時における、副作用、主作用があり、薬害が起こることもある。 | a:副作用、主作用について理解し、記述・説明することができる。<br>b:医薬品の正しい使用法を理解し話し合ったり、説明したりすることができる。<br>c:医薬品の製造、販売までの流れを理解し、記述、説明をおこなうことができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |
| | | さまざまな保健活動や社会的対策<br><br>1.WHO、UNICEF といった国連組織、NGO や、NPO による様々な保健活動が、紛争地帯や貧しい国の国民の命を守ろうとする取り組みがおこなわれている。 | a:WHO、UNICEF、NGO、NPO の略称を理解し、記述することができる。<br>b:WHO、UNICEF、NGO、NPO の活動内容について理解し、説明をすることができる。<br>c:代表的な NGO 組織の名称をあげ、その取り組み内容や活動場所について、説明したり、記述したりすることができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 健康に関する環境づくりと社会参加<br><br>1.ヘルスプロモーションの3つの柱として、すぐれたガバナンス、健康的な町づくり、ヘルスリテラシーがある。<br><br>2.健康に影響する環境、特に社会環境の面で、主体的にかかわり、必要な行動ができる過程を健康エンパワメントという。 | a:ヘルスプロモーション、3つの柱を理解し、説明、記述することができる。<br>B:TABLEFORTWOの活動内容を話し合ったり、具体的な成果などについて説明したりすることができる。<br>C:健康エンパワメントについて、高校生でも参加できる、献血などといった具体的な取り組みについて関心を持ち、主体的に学習に取り組むことができる。 | 定期テスト | 定期テスト<br><br>グループワーク | グループワーク<br><br>ブレインストーミング |

※　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