学校番号	３０４

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」　（大修館出版）						
副教材等	なし						

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

【知識及び技能】
個人だけでなく社会生活について総合的に理解できるようにするとともに、それらの内容に関わる技能を身に付けるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
健康に関わる事象や健康情報などから自他や社会の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考したり、様々な解決方法の中から適切な方法を選択するなどの判断をしたりするとともに、それらを他者に表現することができるようにする。
【学びに向かう力、人間性等】
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目指す実践力を育てることによって、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)
1	障害を通じる健康	ライフステージと健康 思春期と健康 性意識と性行動の選択 妊娠・出産と健康 避妊法と人工妊娠中絶 結婚生活と健康 中高年期と健康	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について，理解したことを言ったり書いたりしている。結婚生活について，心身の発達や健康の保持増進の観点から理解したことを言ったり書いたりしている。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について，理解したことを言ったり書いたりしている。 b：生涯の各段階における健康について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。 c：生涯の各段階における健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	ブレインストーミングの成果物 定期考査	ワークシート 定期考査	ディスカッション等の事例を用いた活動

		働くことと健康 労働災害と健康 健康的な職業生活	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について，理解したことを言ったり書いたりしている。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について，理解したことを言ったり書いたりしている。 b：労働と健康について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。 c：生涯の各段階における健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	ブレインストーミングの成果物 定期考査	ワークシート 定期考査	ディスカッション等の事例を用いた活動

2	健康を支える環境づくり	大気汚染と健康 水質汚濁，土壌汚染と健康 環境と健康にかかわる対策 ごみの処理と上下水道の整備 食品の安全性 食品衛生にかかわる活動	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，理解したことを言ったり書いたりしている。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，理解したことを言ったり書いたりしている。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，理解したことを言ったり書いたりしている。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，理解したことを言ったり書いたりしている。 b：環境と健康について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。食品と健康について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。 c：環境と健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。 食品と健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	ブレインストーミングの成果物 定期考査	ワークシート 定期考査	ディスカッション等の事例を用いた活動

2	現代社会と健康	保健サービスとその活用 医療サービスとその活用 医療品の制度とその活用 さまざまな保健活動や社会的対策 健康に関する環境づくりと社会参加	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，理解したことを言ったり書いたりしている。 b：保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。 c：保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	ブレインストーミングの成果物 定期考査	ワークシート 定期考査	ディスカッション等の事例を用いた活動
3	スポーツの発祥と発展	スポーツの始まりと変遷 文化としてのスポーツ オリンピックとパラリンピックの意義 スポーツが経済に及ぼす効果 スポーツの高潔さとドーピング スポーツと環境	a：スポーツは，人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきたこと，近代になって，スポーツは娯楽から競技に変化し，一般の人びとに広がっていったこと，現代では，競技だけでなく，広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきており，その理念が時代に応じて多様に変容してきていることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。スポーツに関わる人々の増加は，例えば，地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようになっていることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b：スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について，事実や理念を整理したり，自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして，自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している。 c：スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	ブレインストーミングの成果物 定期考査	ワークシート 定期考査	ディスカッション等の事例を用いた活動

	運動・スポーツの学び方・豊かなスポーツライフの設計	スポーツにおける技能と体力 スポーツにおける技術と戦術 技能の上達過程と練習 効果的な動きのメカニズム 体力トレーニング 運動やスポーツでの安全の確保 スポーツにおける技能と体力 スポーツにおける技術と戦術 技能の上達過程と練習 効果的な動きのメカニズム	a: 運動やスポーツの技能は，体力と相互に関連しており，技能は，身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。運動やスポーツの技能は，体力と相互に関連しており，技能は，身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。スポーツには，乳・幼児期から高齢期に至るライフステージごとに，体格や体力の変化などに見られる身体的特徴，精神的ストレスの変化などに見られる心理的特徴，人間関係や所属集団の変化などに見られる社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について，概念と自己の状況を関連付けたりして，自己や社会についての課題を発見すること。ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について，自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し，自己や社会についての課題を発見すること。 c: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	ブレインストーミングの成果物 定期考査	ワークシート	ディスカッション等の事例を用いた活動

※　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