学校番号	T3011

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	現代高等保健体育　改訂版　（大修館書店）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

パソコンのパワーポイント等を活用して授業を展開し、画像や動画を見ることで理解度を深め、プリントと教科書を中心に学習を進めます。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
・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。
・健康に必要な知識・技術・態度を身につけ、日常生活において実践できる能力と態度を養う。
【思考力、判断力、表現力等】
・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試行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。
【学びに向かう力、人間性等】
・生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

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	健康の保持増進に必要な事柄、適切な意思決定・行動選択・生活習慣について学ぼうとしている。	適切な意思決定・行動選択の要因を整理し、よりよい生活習慣を身につけようとしている。	適切な意思決定・行動選択・生活習慣についての知識を深め、健康を保持増進するための行動選択を理解しようとしている。

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	健康の考え方と成り立ち 私たちの健康のすがた 健康に関する意思決定・行動選択 健康に関する環境づくり	a: 健康の考え方や保持増進の補法、適切な意思決定・行動選択に関する知識を高めようとしている。 b: 健康的な生活習慣を身につけ、生活の質を高めるための意思決定・行動選択をしようとしている。 c: 健康の考え方や保持増進の補法、適切な意思決定・行動選択を学び、自己の生活習慣を振り返ろうとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度
		生活習慣病の予防と回復 がんの原因と予防 がんの治療と回復	a: 生活習慣病やがんの種類と要因を理解して、一次予防、二次予防に関する知識を高めようとしている。 b: がんの治療法や緩和ケアの内容を整理し、がん患者への理解と共生について自らの考えを伝えようとしている。 c: 生活習慣病やがんの種類と要因を学び、自己の生活習慣を振り返り改善しようとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度
	現代社会と健康	運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康	a: 運動、食事、睡眠・休養と健康の相関関係を理解しようとしている。 b: 運動、食事、睡眠・休養についての知識を深め、自己の生活習慣の成果点や課題点を伝えようとしている。 c: 運動、食事、睡眠・休養を学び、自己の生活習慣を振り返り改善しようとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度

後期	現代社会と健康	喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康	a: 飲酒、喫煙、薬物乱用による心身への影響、適切な意思決定・行動選択について知識を深めようとしている。 b: 喫煙、飲酒、薬物乱用による心身への影響を整理し、適切な意思決定・行動選択について、自らの考えを伝えようとしている。 c: 喫煙、飲酒、薬物乱用の知識を深め、適切な意思決定・行動選択と心身の影響を学ぼうとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度
		精神疾患の特徴 精神疾患の予防 精神疾患からの回復	a: 精神疾患の発病の要因と症状を理解し、予防や治療についての知識を深めようとしている。 b: 精神疾患についての理解を深め、早期発見や適切な治療や回復に必要なことについて、自らの考えを述べようとしている。 c: 精神疾患に関する知識を深めるとともに、早期発見や適切な治療の必要性を学ぼうとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度
		現代の感染症 感染症の予防 性感染症・エイズとその予防	a: 感染症や性感染症の要因を踏まえて、予防や対策の知識を深めようとしている。 b: 感染症や性感染症の要因を整理し、感染症ごとの予防や対策を思考し判断しようとしている。 c: 感染症や性感染症に関する知識を深めるとともに、予防や対策の必要性を学ぼうとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度

		事故の現状と発生要因 安全な社会の形成 交通における安全	a: 交通事故防止の要因、交通環境の整備の必要性、交通事故への責任についての知識を深めようとしている。 b: 交通事故防止の要因、交通環境の整備の必要性、交通事故への責任を踏まえて、自他の生命を尊重するための行動を判断しようとしている。 c: 交通事故防止の要因、交通環境の整備の必要性、交通事故への責任を学ぼうとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度
		応急手当の意義とその基本 日常的な応急手当 心肺蘇生法	a: 心肺蘇生法等の応急手当の意義や正しい手順、方法の知識を高めようとしている。 b: 心肺蘇生法等の応急手当の意義や正しい手順、方法について、日常生活に当てはめて考え、選択すべき行動を判断しようとしている。 c: 心肺蘇生法等の応急手当の意義や正しい手順、方法を学ぼうとしている。	小テスト 筆記試験	授業中の発言内容 プリントの記述内容	授業態度

※　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