※令和４年度以降入学生用

学校番号	208

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	「新高等保健体育」　（大修館出書店出版）						
副教材等							

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・健康的な生活行動、安全について実験や実習、映像資料などを用い学習します。
・日常生活で直面すると思われる健康課題を具体的な実例などを踏まえながら知り、その解決方法などを考察します。
・健康や安全についての社会的な取組みや個人での対応について学習します。
・身近な健康問題に興味を持ち、自分の日常生活に照らし合わせてみましょう。

２　学習の到達目標

１．健康的な生活行動、安全について社会的な取組みや個人での対応ついて理解し、実践できる力を養う。
２．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力を養う。
３．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ようにし、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力を養う。

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、それらを表現することができる。	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。

※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	第2章　安全な社会生活	1. 事故の現状と発生要因	a: 交通事故の現状を理解するとともに, 交通事故の要因について理解できる。 b: 交通事故の現状とその要因について, 資料等で調べたことをもとに, 課題を見つけたり, 整理したりするなどして, それらを説明できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		2. 交通事故防止の取り組み	c: 安全な運転のために必要とされる資質について理解するとともに, 交通事故を起こした場合には責任や補償問題が生じることについて, 理解できる。	定期考査	提出ノート レポート	提出ノート レポート
		3. 安全な社会の形成	c: 安全な運転のために必要とされる資質について理解するとともに, 交通事故を起こした場合には責任や補償問題が生じることについて, 理解できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
	第1章　現代社会と健康	1. 健康の考え方と成り立ち	a:健康水準の向上や疾病構造の変化にともなって健康の考え方が変化してきていることや, 健康はさまざまな影響を受けながら主体と環境の相互作用のもとに成り立っていることを理解できる。 b: 健康についての多様な考え方, 健康の成り立ちとそれにかかわる要因について資料等で調べたことをもとに, 課題を見つけたり, 整理したりするなどして, それらを説明できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		2. 私たちの健康のすがた	a: 平均寿命ののびと死亡率の低下, 健康水準向上の背景, 生活習慣病の増加, わが国の新たな健康問題について理解できる。 b: わが国における健康水準の変化, 健康問題の変化について, 資料等で調べたことをもとに, 課題を見つけたり, 整理したりするなどして, それらを説明できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート

※令和４年度以降入学生用

1学期		3. 生活習慣病の予防と回復	a: 成人病，生活習慣病の呼称の由来や病例，生活習慣病の予防対策について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できる b: 生活習慣病およびその予防法ついて，資料等で調べたことをもとに，課題を見つけ，整理できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
2学期	第1章 現代社会と健康	4. がんの原因と予防	a: がんには様々な種類があることやがんの発生要因について理解できる。 b: がんの予防や回復のために必要な個人および社会の取り組みなどを資料等で調べたことをもとに，課題を見つけ，整理することができる。	定期考査	提出ノート レポート	提出ノート レポート
		5. がんの治療と回復	a:がんの治療法や緩和ケアについて理解できる。 b:がんとともに生きる社会づくりの取り組みなどを資料等で調べたことをもとに，課題を見つけ，整理することができる。	定期考査	提出ノート レポート	提出ノート レポート
		6. 運動と健康	c: 健康からみた運動の意義，健康づくりのための有酸素運動や筋肉に負荷をかける運動，運動のための環境づくりについて，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		7. 食事と健康	a: 健康的な食生活の重要性，食事の今日的課題としてエネルギーの過剰摂取による肥満やメタボリックシンドローム，健康的な食生活習慣の形成について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できる。 c: 健康的な食生活の重要性と意義，健康的な食生活習慣の形成について関心をもち，学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		8. 休養・睡眠と健康	c: 健康からみた休養の意義，健康からみたよりよい休養のとり方について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート

※令和４年度以降入学生用

2学期		9. 喫煙と健康	b: 喫煙の健康影響，喫煙開始の要因と依存性，日本や世界のたばこ対策について，学習したことを，個人および社会生活や事例などと比較したり，分類したり，分析したりするなどして，筋道を立ててそれらを説明することができる。 c: 喫煙の健康影響，喫煙開始の要因と依存性，日本や世界のたばこ対策について，課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		11. 薬物乱用と健康	a: 薬物乱用や薬物依存による健康への悪影響，薬物乱用の開始要因と社会問題，薬物乱用による健康被害を防ぐためのさまざまな対策について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できる。 c: 薬物乱用や薬物依存による健康への悪影響，薬物乱用の開始要因と社会問題，薬物乱用防止による健康被害を防ぐさまざまな対策について，課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート レポート	提出ノート レポート
		12. 精神疾患の特徴	a:代表的な精神疾患（うつ病・統合失調症・不安症・摂食食）の特徴や症状について理解できる。 精神疾患の発症、回復のポイントを理解できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート

※令和４年度以降入学生用

2学期		13. 精神疾患の予防 14. 精神疾患からの回復	a:精神疾患の予防や早期発見、治療や支援など適切な対応について理解できる。 心の健康社会の実現を目指した取り組みの重要性について理解できる。 c:精神疾患をもっていても安心して暮らせる社会を目指すには，どうすればよいか、その課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
3学期		14. 飲酒と健康	b: 飲酒による健康への短期的および長期的影響，飲酒の開始要因と社会問題，飲酒による健康被害を防ぐさまざまな対策について，学習したことを個人および社会生活や事例などと比較したり，分類したり，分析したりするなどして，筋道を立ててそれらを説明することができる。 c: 飲酒による健康への短期的および長期的影響，飲酒の開始要因と社会問題，飲酒の健康被害を防ぐさまざまな対策について，課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		16. 感染症の予防	c: 感染症予防の原則を踏まえ，感染症を予防するために社会がおこなっている取り組みと個人でできる対策について理解できる。	定期考査	提出ノート	提出ノート
		17. 性感染症・エイズとその予防	a: 性感染症・エイズについて理解するとともに，その予防のために必要な個人的な対策と社会の取り組みについて理解できる。 c: 性感染症やエイズについて，また，その予防のために個人・社会がおこなう対策について，課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート	提出ノート

※令和４年度以降入学生用

		18. 健康に関する意思決定・行動選択 19. 健康に関する環境づくり	a: 健康の保持増進には，健康に関する個人の意志決定・行動選択がかかわること，健康的な意志決定・行動選択をおこなうための工夫について理解できる。 c:意志決定・行動選択とそれに影響を与える要因，健康的な意志決定・行動選択を実現する工夫について，課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。	定期考査	提出ノート	提出ノート

※　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