学校番号	309

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

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・保健の学習は、生涯を通じて自らや家族の健康を保持増進するために行う学習です。
　健康や安全に対する知識を習得することや、自ら考え体験的に学習することが大切です。
・授業では、課題に対して、自ら考え、周りの人と協働で考える学習も行います。課題を理解し、解決し、振り返りを行い、学びを深める、といった一連の過程で、自分の考えを発表したり、議論したりする活動を行います。
・授業中のノートについては板書を書き写すだけでは、評価の対象になりません。授業のポイントや自身で気付いたことやクラスメイトの発言した内容などをノートに記入していきましょう。

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、改善していくことができるよう「知識及び技能」，「思考力，判断力，表現力等」，「学びに向かう力，　人間性等」を育てる。我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が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を理解できるようにする。ライフステージにおける健康の保持増進や個人及び社会生活における健康課題を解決することを重視する観点から，現代的な健康課題の解決に関わることができる資質能力を育成する。

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	個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、知識と技能を身に付けている。	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的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)
1学期	ライフステージと健康	生涯の各段階においては，健康に関わる様々な課題や特徴がある。生涯にわたって健康に生きていくためには，生涯の各段階と健康との関わりを踏まえて，適切な意思決定や行動選択及び社会環境づくりが不可欠であることを理解するとともに，生涯の各段階や労働における健康課題の解決に向けて思考・判断・表現できるようになる。	a: 健康の考え方やその保持増進の方法は、ライフステージの変化に伴って変化し、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択が重要となってきていることについて理解できる。 b:他者と話し合いをしたり、健康について自分の考えを持ちそれを発表したりすることができる。 c:健康の考え方について理解を深めるために、板書をとったり、意見を発表したり、他者と議論をして学びを深めようとすることができる。	期末考査 確認テスト	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	思春期と健康	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を理解できるようになる。その際， これらの変化に対応して，自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること，及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることを理解できるようになる。		期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	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	結婚生活について，心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できるようになる。その際，受精，妊娠，出産とそれに伴う健康課題について理解できるようになるとともに，健康課題には年齢や生活習慣などが関わることについて理解できるようになる。また，家		期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度

2学期	結婚生活と健康	族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解できるようになる。また，結婚生活を健康に過ごすには，自他の健康に対する責任感，良好な人間関係や家族や周りの人からの支援，及び母子の健康診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることを理解できるようになる。	a：健康の考え方やその保持増進の方法は、ライフステージの変化に伴って変化し、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択が重要となってきていることについて理解できる。 b:他者と話し合いをしたり、健康について自分の考えを持ちそれを発表したりすることができる。 c:健康の考え方について理解を深めるために、板書をとったり、意見を発表したり、他者と議論をして学びを深めようとすることができる。	期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	中高年期と健康	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を理解できるようになる。また，高齢期には，加齢に伴い，心身の機能や形態が変化すること，その変化には個人差があること，疾病や事故のリスクが高まること，健康の回復が長期化する傾向にあることについて理解できるようになる。		期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	働くことと健康	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を理解できるようになる。また，労働災害を防止するには，作業形態や作業環境の改善，長時間労働をはじめとする過重労働	a：健康の考え方やその保持増進の方法は、ライフステージの変化に伴って変化し、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択が重要となってきていることについて理解できる。 b:他者と話し合いをしたり、健康について自分の考えを持ちそれ	期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度

	労働災害と健康	の防止、健康管理と安全管理が必要であることを理解できるようになる。	を発表したりすることができる。 c:健康の考え方について理解を深めるために、板書をとったり、意見を発表したり、他者と議論をして学びを深めようとすることができる。			
	健康的な職業生活			期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	大気汚染と健康	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できるようになる。また，そのために環境基本法などの法律等が制定されており，環境基準の設定，排出物の規制，監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて理解できるようになる。	a: 健康の考え方やその保持増進の方法は、ライフステージの変化に伴って変化し、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択が重要となってきていることについて理解できる。 b:他者と話し合いをしたり、健康について自分の考えを持ちそれを発表したりすることができる。 c:健康の考え方について理解を深めるために、板書をとったり、意見を発表したり、他者と議論をして学びを深めようとすることができる。	期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	水質汚濁土壌汚染と健康			期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度
	環境と健康にかかわる対策	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できるようになる。		期末考査	期末考査 ノート	ノート 授業態度

	ごみの処理と上下水道整備	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できるようになる。また，その現状，問題点，対策などを総合的に把握し改善していかなければならないことについて，安全で良質な水の確保や廃棄物の処理と関連付けて理解できるようになる。				

※　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