学校番号	１００４

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（大修館書店出版）						
副教材等	「現代高等 保健体育ノート」（大修館書店出版）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・年齢に伴う、心と体の変化について理解しよう。
・思春期から中高年期までの健康について学ぶ。
・健康を支えている保健・医療の仕組みを知り、その活用を考える。
・身近に取り巻く自然環境、社会の制度や活動について知る。
・身近な環境・食品の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】
思春期から中高年期における心と体の変化やそれに伴う健康的な考え方とはどのようなことか理解できるようになる。
【思考力、判断力、表現力等】
・身近な保健や医療の問題に興味を持ち、その活用について考えることができるようになる。
・身近に取り巻く自然環境、社会の制度や活動を知り、個人的な健康や安全に対応してディスカッションできるようになる。
【学びに向かう力、人間性等】
心と体を一体としてとらえ、健康・安全について総合的に理解する。

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	①思春期から中高年期における心と体の変化とそれに伴う健康的な考えかた②身近に取り巻く自然環境､社会の制度や活動自らの健康を適切に管理することを基盤に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する。	①思春期から中高年期における心と体の変化とそれに伴う健康的な考えかた②身近に取り巻く自然環境、社会の制度や活動自らの健康を適切に管理することを基盤に、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。	①思春期から中高年期における心と体の変化とそれに伴う健康的な考えかた②身近に取り巻く自然環境、社会の制度や活動自らの健康を適切に管理することを基盤に、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	単元	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
一学期	生涯を通じる健康 1～7 単元	1.ライフステージと健康	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。思春期の心身の変化に対応して，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。	定期考査	定期考査 ディスカッション等の事例を用いた活動 保健ノートレポート等	受講状況の観察 保健ノートレポート等
		2.思春期と健康	a)思春期における心身の変化，健康課題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もうとしている。 b)思春期における心身の変化，健康課題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，分類したりするなどしている。また，筋道を立ててそれらを説明している。 c)思春期における心身の発達や健康課題について理解している。			

		3.性意識と性行動の選択	a)性意識の男女差，性に関する情報が性行動の選択に影響を及ぼすことについて，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もうとしている。 b)性意識の男女差，性に関する情報が性行動の選択に影響を及ぼすこと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，分類したりするなどしている。また，筋道を立ててそれらを説明している。 c)性意識の男女差，性に関する情報が性行動の選択に影響を及ぼすことについて理解するとともに，自分の行動への責任感や異性を尊重する態度が必要であることを理解している。			
		4.妊娠･出産と健康	a)妊娠・出産の過程における健康課題，妊娠・出産期に活用できる母子保健サービスについて関心をもち，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もうとしている。 b)妊娠・出産の過程における健康課題，妊娠・出産期に活用できる母子保健サービス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いる。また，筋道を立ててそれらを説明している。 c)妊娠・出産の過程における健康課題，妊娠・出産期における生活上の注意や周囲の支援，出産期に活用できる母子保健サービスについて理解している。			

		5.避妊法と人工妊娠中絶	a)家族計画の意義と適切な避妊法、人工妊娠中絶が女性の心身に及ぼす影響について，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もうとしている。 b)家族計画の意義と適切な避妊法、人工妊娠中絶が女性の心身に及ぼす影響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いる。また，筋道を立ててそれらを説明している。 c)家族計画の意義，適切な避妊法，人工妊娠中絶が女性の心身に及ぼす影響について理解している。			
		6.結婚生活と健康	a)心身の発達と結婚生活の関係，結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動について関心をもち，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もうとしている。 b)心身の発達と結婚生活の関係，結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動について学習したことを，個人及び社会生活や事例などと比較したり，分類したりするなどしている。また，筋道を立ててそれらを説明している。 c)心身の発達と結婚生活の関係，結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動について理解している。			

		7.中高年期と健康	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している。 b)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，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，それらを説明している。 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もうとしている。			
二学期	生涯を通じる健康 8 ～ 10 単元　健康を支える健康づくり 1 ～ 5 単元	8.働くことと健康	a)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している。 b)健康からみた休養・睡眠の意義，健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方について，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，それらを説明している。 c)健康からみた休養・睡眠の意義，健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方について資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	定期考査	定期考査 ディスカッション等の事例を用いた活動 保健ノートレポート等	受講状況の観察 保健ノートレポート等

		9.労働災害と健康	a)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している。 b)健康からみた休養・睡眠の意義，健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方について，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，それらを説明している。 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もうとしている。			
		10.健康的な職業生活	a)飲酒による健康への短期的影響と長期的影響，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，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。 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している。 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もうとしている。			

		1.大気汚染と健康	a)大気汚染の原因とその健康影響，大気にかかわる地球規模の環境問題について，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もうとしている。 b)大気汚染の原因とその健康影響，大気にかかわる地球規模の環境問題について，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，それらを説明している。 c)大気汚染の原因とその健康影響，大気にかかわる地球規模の環境問題について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。			
		2.水質汚濁，土壌汚染と健康	a)水質汚濁の原因とその健康影響，土壌汚染の原因とその健康影響，大気汚染・水質汚濁・土壌汚染のかかわりについて，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もうとしている。 b)水質汚濁の原因とその健康影響，土壌汚染の原因とその健康影響，大気汚染・水質汚濁・土壌汚染のかかわりについて，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，それらを説明している。 c)水質汚濁の原因とその健康影響，土壌汚染の原因とその健康影響，大気汚染・水質汚濁・土壌汚染のかかわりについて，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。			

		3.環境と健康にかかわる対策	a) 環境汚染を防ぐための取り組み，産業廃棄物の処理と健康問題について，資料を探したり，見たり，読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 b) 環境汚染を防ぐための取り組み，産業廃棄物の処理と健康問題について，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，それらを説明している。 c) 環境汚染の防ぐための取り組み，産業廃棄物の処理と健康問題について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。			
		4. ごみの処理と上下水道の整備	a) ゴミの処理の現状とその課題，上下水道の整備とし尿の処理について，課題の解決に向けての話し合いやい見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 b) ごみの処理の現状とその課題，上下水道の整備とし尿の処理について，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，それらを説明している。 c) ごみの処理の現状とその課題，上下水道の整備とし尿の処理について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。			

		5.食品の安全性	a)食品の安全性の確保，生産や・製造･加工による衛生管理について，話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 b)食品の安全性の確保，生産や・製造･加工による衛生管理について，学習したことを社会生活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している。 c)食品の安全性の確保，食品の安全性にかかわる，食中毒・食物アレルギーなどについて，基礎的な事項を理解している。			
三学期	健康を支える健康づくり6～11単元	6.食品衛生に関わる対策	a)食品の安全性を確保するための行政の役割について，話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 b) 行政や消費者の役割やについて，学習したことを社会生活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している。 c)衛生管理のための HACCP や食品情報などについて，基礎的な事項を理解している。	定期考査	定期考査 ディスカッション等の事例を用いた活動 保健ノートレポート等	受講状況の観察 保健ノートレポート等
		7.保健サービスとその活用	a) 健康の保持増進のために行われている保健行政の保険サービスについて，基礎的なことを理解している。 b)保健サービスを活用するために，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，それらを説明している。 c)保健所や保険センターからの健康情報について資料を調べるなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。			

		8.医療サービスとその活用	a) けがや病気など医療をうけるための医療保険のしくみについて，基礎的なことを理解している。 b)医療機関と医療サービスの活用ために，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，それらを説明している。 c)かかりつけ医やインフォームド・コンセントやセカンド・オピニオンなどについて資料を調べるなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。			
		9.医薬品の制度とその活用	a)医薬品の安全性を守る取り組み，医薬品の副作用について，基礎的なことを理解している。 b) 医薬品の使用法や副作用や薬害について，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，それらを説明している。 c) 自然治癒力や医薬品の副作用,安全性の確保するための対策などについて資料を調べるなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。			
		10.さまざまな保健活動や社会的対策	a) 国際機関・民間機関などの保健活動について，基礎的なことを理解している。 b)国際機関・民間機関などの保健活動や個人の健康課題に対する社会的対策について，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，それらを説明している。 c)WHO,UNICEF,日本赤十字社などについて資料を調べるなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。			

		11.健康に関する環境づくりと社会参加	a) 健康の保持増進のための健康づくりについて，基礎的なことを理解している。 b)健康の保持増進を目的にした環境づくりへの主体的な参 加のために，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，それらを説明している。 c)環境づくりへの社会参加やヘルスリテラシーなどについて資料を調べるなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。			

＊　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