学校番号	408

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　（大修館書店）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・身近な健康問題に興味をもち、健康や安全について理解しよう。
・健康的な生活行動について学ぼう。
・日常生活で直面するそれぞれの健康課題を知り、その解決方法を考えよう。
・健康や安全についての社会的な取り組みや個人での対応について知ろう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
健康を保持増進させるためには、どのような生活行動が必要かを理解できるようになる。
【思考力、判断力、表現力等】
身近な健康問題に興味をもち、その解決方法について自分で考えることができるようになる。また、健康や安全に対する社会的な取り組みを知り、個人の対応と関連づけて実践できるようになる。
【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	個人の健康を保持増進するための課題や社会生活における健康・安全課題やその解決方法について理解している。 自らの健康を適切に管理し、環境を改善していくための事柄について理解している。	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、それまでに学んだ知識を活用し、話し合いができたり、ノートなどに記述したりするなど、筋道を立てて説明ができる。	健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理し、生活環境を自ら改善していくことに関心を持とうとしている。また、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	現代社会と健康	オリエンテーション 1健康の考え方と成り立ち 2私たちの健康のすがた 3生活習慣病の予防と回復 4がんの原因と予防 5がん治療と回復	a:個人の健康を保持増進するための課題や社会生活における健康・安全課題やその解決方法について理解している。 自らの健康を適切に管理し、環境を改善していくための事柄について理解している。 b: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、それまでに学んだ知識を活用し、話し合いができたり、ノートなどに記述したりするなど、筋道を立てて説明ができる。 c:健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理し、生活環境を自ら改善していくことに関心を持とうとしている。また、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している。	定期考査 小テスト など	ノートの記述 レポート プレゼンテーション パフォーマンス課題 など	授業態度の観察 ノートの記述 振り返りシート など

2学期	現代社会と健康	6運動と健康 7食事と健康 8休養・睡眠と健康 9喫煙と健康 10飲酒と健康 11薬物乱用と健康 12精神疾患の特徴 13精神疾患の予防 14精神疾患からの回復 15現代の感染症 16感染症の予防 17性感染症・エイズとその予防 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：個人の健康を保持増進するための課題や社会生活における健康・安全課題やその解決方法について理解している。 自らの健康を適切に管理し、環境を改善していくための事柄について理解している。 b：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、それまでに学んだ知識を活用し、話し合いができたり、ノートなどに記述したりするなど、筋道を立てて説明ができる。 c：健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理し、生活環境を自ら改善していくことに関心を持とうとしている。また、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している。	定期考査 小テスト など	ノートの記述 レポート プレゼンテーション パフォーマンス課題 など	授業態度の観察 ノートの記述 振り返りシート など

3学期	安全な社会生活	1事故の現状と要因 2安全な社会の形成 3交通における安全 4応急手当の意義とその基本 5日常的な応急手当 6心肺蘇生法	a:個人の健康を保持増進するための課題や社会生活における健康・安全課題やその解決方法について理解している。 自らの健康を適切に管理し、環境を改善していくための事柄について理解している。 b: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、それまでに学んだ知識を活用し、話し合いができたり、ノートなどに記述したりするなど、筋道を立てて説明ができる。 c:健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理し、生活環境を自ら改善していくことに関心を持とうとしている。また、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している。	定期考査 小テスト など	ノートの記述 レポート プレゼンテーション パフォーマンス課題 など	授業態度の観察 ノートの記述 振り返りシート など

※　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