※令和４年度以降入学生用

学校番号	３２６

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）						
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）

・健康・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であろう健康課題を知り、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組や個人での対応について知ろう。
・身近な健康問題に興味を持とう。

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とともに、技能を身に付けるようにする。
・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思考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。
・生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれぞれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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。それらのことに関心を持ち、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。	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。それらのことに関心を持ち、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。			

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)

※令和４年度以降入学生用

1学期	安全な社会生活	4. 応急手当の意義とその基本	a: ・適切な応急手当は，傷害や疾病の悪化を防いだり，傷病者の苦痛を緩和したりすることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・自他の生命や身体を守り，不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには，一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに，自ら進んで行う態度が必要であること，さらに，社会の救急体制の整備を進めること，救急体制を適切に利用すること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: ・応急手当について，安全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。 ・応急手当について，習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて，悪化防止のための適切な方法に応用している。 ・応急手当について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 安全な社会づくりについて，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物
		5. 日常的な応急手当	a: ・日常生活で起こる傷害や，熱中症などの疾病の際には，それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを，実習を通して理解し，応急手当ができるようにする。 b: ・応急手当について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 安全な社会づくりについて，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物
		6. 心肺蘇生法	a: ・心肺停止状態においては，急速に回復の可能性が失われつつあり，速やかな気道確保，人工呼吸，胸骨圧迫，AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること，及び方法や手順について，実習を通して理解したことを言ったり書いたりし，AED などを用いて心肺蘇生法ができる。 b: ・応急手当について，安全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。	・定期考査 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングに	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

			・応急手当について，習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて，悪化防止のための適切な方法に応用している。 ・応急手当について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 安全な社会づくりについて，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。		よる班別発表等	
	生涯を通じる健康	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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		2. 思春期と健康	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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		3. 性意識と性行動の選択	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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		4．妊娠・出産と健康	a: ・働く人の健康の保持増進は，職場の健康管理や安全管理とともに，心身両面にわたる総合的，積極的な対策の推進が図られることで成り立つことについて，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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

2学期	生涯を通じる健康	5. 避妊法と人工妊娠中絶	a: 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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		6. 結婚生活と健康	a: 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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		7. 中高年期と健康	a: 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。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 ・加齢と健康について，習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		8. 働くことと健康	a: ・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について，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・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の防止を含む健康管理と安全管理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: ・労働と健康について，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。 ・働く人の健康の保持増進について，習得した知識を基に，生活の質の向上を図ることと関連付けて，課題解決の方法に応用している。 ・労働災害と健康について，習得した知識を基に，労働災害の防止に向けて，個人の取組と社会的対策を整理している。 ・労働と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。c: 労働と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		9. 労働災害と健康	a: ・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について，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・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の防止を含む健康管理と安全管理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: ・労働と健康について，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。 ・働く人の健康の保持増進について，習得した知識を基に，生活の質の向上を図ることと関連付けて，課題解決の方法に応用している。 ・労働災害と健康について，習得した知識を基に，労働災害の防止に向けて，個人の取組と社会的対策を整理している。 ・労働と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 労働と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		10.健康的な職業生活	a: ・働く人の健康の保持増進は，職場の健康管理や安全管理とともに，心身両面にわたる総合的，積極的な対策の推進が図られることで成り立つことについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・働く人の日常生活においては，積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて，を理解したことを言ったり書いたりしている。 b: ・労働と健康について，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。 ・働く人の健康の保持増進について，習得した知識を基に，生活の質の向上を図ることと関連付けて，課題解決の方法に応用している。 ・労働災害と健康について，習得した知識を基に，労働災害の防止に向けて，個人の取組と社会的対策を整理している。 ・労働と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 労働と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物
3学期	健康を支える環境づくり	1. 大気汚染と健康	a: ・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，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: ・環境と健康について，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。 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について，事例を通して整理し，疾病等のリスクを軽減するために，環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 ・環境と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 環境と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		2. 水質汚濁，土壌汚染と健康	a: ・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，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: ・環境と健康について，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。 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について，事例を通して整理し，疾病等のリスクを軽減するために，環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 ・環境と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 環境と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物
		3. 環境と健康にかかわる対策	a: ・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，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康への影響や被害を防止する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，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: ・環境と健康について，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。 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について，事例を通して整理し，疾病等のリスクを軽減するために，環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 ・環境と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 環境と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※令和４年度以降入学生用

		4. ごみの処理と上下水道の整備	a: ・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，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: ・環境と健康について，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。 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について，事例を通して整理し，疾病等のリスクを軽減するために，環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 ・環境と健康について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 環境と健康について，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 ・小テスト	・定期考査 ・パフォーマンス課題 ・ディスカッション、ロールプレイングによる班別発表等	・ワークシート ・学習課題の成果物

※　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