学校番号	3028

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　改訂版」（大修館）						
副教材等	なし						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

本校の保健の授業では、教科書と担当者ごとのプリントを使用し授業を進める。
1年次は「現代社会と健康」の単元を学習する。
健康の考え方から、健康の保持増進につながる生活習慣、ストレスへの対処と心身相関など、将来の豊かな社会生活に役立つ知識と習慣を身に付ける。

２　学習の到達目標

【知識及び技能】
ヒトの身体の構造・仕組みについて理解を深め、日常生活の様々な場面において自らの身体管理・健康管理などが行えるようになる。
【思考力、判断力、表現力等】
現代社会における健康問題や、新しい時代の健康の考え方を学習し、今後の人生において自分自身とそれを取り巻く社会の健康の保持増進に貢献できる素地を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
個々の生活の状況に応じて、自分の生活習慣を見直し、授業で習った内容を日々の意思決定・行動選択に活かすことで、健康増進をはかる。

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	生涯にわたって健康的な生活を送るために必要な知識と行動選択の仕方を理解する 健康の保持増進、日常的な応急手当、感染症の予防、ストレスへの対処のための実践力を養う	健康的な生活を送るための適切な意思決定・行動選択をすることができる	現代における健康問題を自らの問題と捉え、生涯にわたって適切な意思決定・行動選択ができるよう、授業に積極的に取り組む

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)
前期	現代社会と健康	健康の考え方	a:健康の保持増進のための実践力を理解する 現代における健康の考え方を理解する b:適切な意思決定と行動選択ができる c:プリント・ノートへの記入等、積極的な姿勢で授業に取り組むことができる	筆記試験	レポート 調べ学習 発表	観察 レポート 調べ学習 発表
		生活習慣病とその予防 ・食事、運動、休養 ・喫煙、飲酒	a:健康的な生活習慣を理解する 生活習慣病を予防するための食事、運動、休養の仕方を理解する b:適切な生活習慣のための意思決定と行動選択ができる c:プリント・ノートへの記入等、積極的な姿勢で授業に取り組むことができる	筆記試験	レポート 調べ学習 発表	観察 レポート 調べ学習 発表
後期	現代社会と健康	応急手当 ・日常的な応急手当 ・運搬法	a:日常的な応急手当の仕方、運搬法を理解する b:日常的な応急手当、運搬法を状況に応じて実施できる c:プリント・ノートへの記入等、積極的な姿勢で授業に取り組むことができる	筆記試験	応急手当の実施	観察 レポート
		感染症 性感染症の予防	a:感染症と性感染症の予防に向けた行動を理解する 感染症の感染経路を理解し、その予防法を知る b:感染症と性感染症の予防のための意思決定と行動選択ができる c: プリント・ノートへの記入等、積極的な姿勢で授業に取り組むことができる	筆記試験	レポート 調べ学習 発表	観察 レポート 調べ学習 発表
		欲求と適応機制 心身相関とストレス 自己実現	a:人間の欲求と、ストレスからくる心身症について理解する b:ストレスへの対処と自己実現に向けた意思決定と行動選択ができる c:プリント・ノートへの記入等、積極的な姿勢で授業に取り組むことができる	筆記試験	レポート 調べ学習 発表	観察 レポート 調べ学習 発表

※　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