学校番号	１０１２

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）

・様々な観点から健康に対しての理解を深め、自分自身の人生を豊かにする実践力を身につけよう。
・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り組みや個人での対応について知り、実生活に生かそう。
・身近な健康問題について学習し、自分自身が対応できるよう理解を深めよう。

2　学習の到達目標

（1）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。
（2）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。
（3）生涯を通じて自他の健康の保持増進やそ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	環境問題や保健活動など、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・安全の課題解決方法を理解している。 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。	環境問題や保健活動など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、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、工夫している。	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む態度を身に着ける。 様々な保健活動や、環境問題について学習を深め、積極的に実習に取り組む態度を身に着ける。

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	健康の考え方 ・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた 健康の保持増進と疾病の予防 ・生活習慣病の予防と回復 ・がんの原因と予防 ・がんの治療と回復 ・運動と健康 ・食事と健康	a:生活習慣などの様々な要素と健康の関わりについて、理解したことを整理して、具体的に説明できる。 b:「健康」について学んだことを基に、自分の生活と関連付け、新たな問題や解決策を考えることができる。 c:「健康」とは何かについて主体的に考え、積極的に学習活動に取り組もうとする。	・小テスト ・テスト	・テスト ・振り返り	・授業態度
2学期	現代社会と健康	・休養・睡眠と健康 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康	a:生活習慣などの様々な要素と健康の関わりについて、理解したことを整理して、具体的に説明できる。 b: 喫煙・飲酒・薬物乱用が個人及び周囲の人々、社会にも影響があることを知り、自身でできる対策について考えることができる。 c:自分自身と社会全体の心身の健康を考え、主体的に学習活動に取り組もうとする。	・小テスト ・テスト	・テスト ・振り返り	・授業態度
		・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復	a:心と体の働きが相互に影響しあう関係やストレスの心理・社会的要因と物理的要因について説明・記述することができる。 b:心と体の関連について考え、自身の考えを発表したり整理したりすることができる c:心身相関やストレス、心と体の関係性について考え、学習に取り組んでいる。	・小テスト ・テスト	・テスト ・振り返り	・授業態度

		・現代の感染症 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防 ・健康に関する意思決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり	a:感染症の種類や感染経路などについて理解し、説明できる。 健康のための行動や環境づくりについて理解している。 b:感染症や健康のための行動や環境づくりについて課題解決のための自身の考えを発表したり整理したりすることができる。 c: :感染症や健康のための行動や環境づくりについて実生活と関連づけて考え、主体的に学習に取り組んでいる。	・小テスト ・テスト	・テスト ・振り返り	・授業態度
3学期	安全な社会生活	交通安全 ・事故の現状と発生要因 ・安全な社会の形成 ・交通における安全 ・応急手当と意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心配蘇生法(実習含む)	a:交通事故の起こる原因や現状について理解している。 応急手当や心肺蘇生法について理解し、記述や実践することができる。 b:交通事故の現状を踏まえ調べたことを基に課題を見つけたり、整理したりすることができる。 迅速な応急手当のためにできることを考え、実践のための工夫をすることができる。 c:生命を尊重する態度や責任感を持ち、主体的に実習や学習に取り組めている。	・小テスト ・テスト ・実習	・テスト ・振り返り ・実習	・授業態度 ・実習

※　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