※令和４年度以降入学生用

学校番号	3036

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（大修館書店）						
副教材等	「図説新高等保健」　（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持ち、健康や安全について理解を深め、健康的な生活行動や習慣を学ぶ。
・日常生活で直面するであろう健康課題を多角的にとらえ、その解決方法を考える。
・健康や安全についての社会的な取り組み、個人として実践すべき内容や行動を考える。

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	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、技能を身に付けている。	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しているとともに、目的や状況に応じて自他に伝えている。	生涯を通じて自他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ための学習に主体的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・	日本における健康課題の変遷 健康の考え方と成り立ち	a：国民の健康課題について、各種の指標や疾病構造の変化を通して理解できる。健康水準の向上，疾病構造の変化に伴い，個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて理解できる。 b：現代社会と健康における事象	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

1学期			や情報などについて，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する。 c： 健康水準の向上について健康指標を調べたり、資料を見たり読んだりするなどの学習活動に自主的に取り組もうとしている。			
		ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり 健康に関する意思決定・行動選択	a：健康を保持増進するには，ヘルスプロモーションの考え方に基づき，適切な意思決定や行動選択により，疾病等のリスクを軽減することを含め，自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに，環境づくりが重要であることを理解できる。 b:個人、社会生活や事例などと比較したり分析したりする。また、筋道を立てて説明することができる。 c:健康を保持増進する時の意思決定や行動選択に関連している要因を調べるなどの学習活動に取り組もうとする。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート
	安全な社会生活	応急手当の意義と救急医療体制	a：応急手当の意義、重要性について理解し、傷病者を発見したときにどのように対応すべきかポイントをあげて、説明、記述することができる。 b:応急手当が必要な場面に遭遇した際、どのような行動をとるか考え、グループ等で発表し合うことができる。 c:応急手当の必要性や意義について調べ、応急手当が必要な時にどのような行動が必要か考えるなどの学習活動に取り組もうとする。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート
		心肺蘇生法	a:胸骨圧迫、人工呼吸、ＡＥＤによる除細動の原理や心肺蘇生法の各手順のポイントを理解し、心肺蘇生法についての技能を身に付けている。 b:心肺蘇生法やＡＥＤの実践や、他者が実施した手順や方法が正しいかを判断したり指摘し、互いに教え合い活動ができる。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	ワークシート 実習

※令和４年度以降入学生用

1学期			c:心肺蘇生法の手順やAEDの使い方を実践したり、その注意点を考えるなどの学習活動に取り組もうとする。			
		日常的な応急手当	a:日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法を理解し、記述することができる。 b:日常生活で起こりうる傷害や熱中症などの疾病について学んだことを基に、どのような応急手当が必要か調べ、まとめたり、説明したりすることができる。 c:日常生活のどのような場面や状況で傷害等が発生するか調べたり、考えたりするなどの学習活動に取り組もうとする。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート
2学期	現代社会と健康	現代における感染症の問題 感染症の予防	a:感染症の発生や流行の背景には、自然環境や社会環境の変化が関わっており、時代や地域によって異なってくること、また感染症予防の原則には社会全体と個人の対策が必要であることを理解している。 b: 新たに注目される感染症、再び問題となっている感染症について、社会と個人に分けた予防と対策について事例などと比較、分類、分析したりして、筋道立ててそれらを表現している。 c: 新たに注目される感染症、再び問題となっている感染症について、社会と個人に分けた予防と対策について、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。	ワークシート 考査	ワークシート レポート 考査	観察 振り返りシート
		性感染症・エイズとその予防	a:性感染症・エイズとその予防には、社会的な対策を前提とした個人の取組が必要であることについて理解し、説明や記述することができる。 b:性感染症・エイズの現状を知り、感染拡大の理由やどのように予防するのかを考え、意見交換することができる。 c:性感染症・エイズとその予防について課題の解決に向けての調べものや、意見交換・話合いなどの	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

			学習活動に取り組もうとする。			
		生活習慣病の予防と回復 身体活動・運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康 がんの予防と回復	a:生活習慣病の発病や進行の概要について理解している。また、健康を保持増進させ、生活習慣病を予防していくためには、食事・運動・休養といった生活習慣が適切なものである必要があること、今から確立していくことが重要であることを理解している。 b: 自身の日常の生活行動と生活習慣病の要因を比較、分析するとともに、自身の課題を見つけそれらを表現している。 c:健康な生活と疾病の予防について、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。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート
		喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康	a:喫煙・飲酒・薬物乱用による健康影響について理解している。また、それらは社会問題であり、健康問題に対する個人や社会環境への対策について説明および記述することができる。 b:喫煙・飲酒・薬物乱用の開始要因と依存性や健康影響についての対策について、学習したことを生活や事例などと比較、分析したりして、筋道立ててそれらを表現している。 c: 喫煙・飲酒・薬物乱用の開始要因と社会問題、健康被害について、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。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

3学期	現代社会と健康・安全な社会生活	精神疾患の特徴 精神疾患への対応	a: 精神疾患は，精神機能の基盤となる心理的，生物的，または社会的な機能の障害などが原因となり，認知，情動，行動などの不調により，精神活動が不全になった状態であることを理解している。 b: 精神疾患の予防と回復について，習得した知識を基に，心身の健康を保ち，不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を表現している。 c: 精神疾患の特徴や対応について、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。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート
		事故の現状と発生要因 交通事故防止の取り組み 安全な社会の形成	a：事故の発生には，周りの状況の把握及び判断，行動や心理などの人的要因，気象条件，施設・設備，車両，法令，制度，情報体制などの環境要因などが関連していることを理解している。 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、表現している。 c：交通事故や安全な社会について、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。	ワークシート 考査	ワークシート 考査	観察 振り返りシート

※　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