※令和４年度以降入学生用

学校番号	C4001

令和８年度　保健体育科

科目	保健ａ	単位数	1
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）		
副教材等	なし		
レポート	２通		
必要出席回数	１回		
テスト	１回		

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

- レポートは、空欄があると再提出になります。教科書をよく読み、すべて記入してから提出するようにして下さい。
- スクーリングは、レポートで扱う内容をより深く学習できるよう講義します。

２　学習の到達目標

（１）個人および社会生活における健康・安全について理解を深める。
（２）生涯を通じて自らの健康を適切に管理する。
（３）自分や家族の健康に関して考え、必要に応じて改善していく資質や能力を育てる。

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	● 保健を日常生活と関連付けながら理解している。 ● 課題に対して、合理的・計画的な解決方法を身につけている。	● 保健を様々な要素と関連付けて、多角的、多面的に考えている。 ● 保健を学ぶための諸資料から、有効な情報を適切に読み取ることができる。	● 保健を学ぶ意義に気づき、保健に対する関心を高め、主体的に学習に取り組もうとしている。 ● 保健を学ぶ中で、社会を形成していく当事者としての自覚をもって考える態度を身につけようとしている。

- 学習指導要領(第１章第２款の５)に則り，ラジオ・テレビ放送その他の多様なメディアを利用して行う学習による面接指導時間数の免除(面接指導の時間数のうち 10 分の６以内の時間数を免除)の制度を活用する。

学期末に５段階で評価する。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

範囲	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)
Ⅰ	現代社会と健康	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. がんの治療と回復 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	a. 健康の考え方やその保持増進の方法は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきている。 現代社会におけるさまざまな生活習慣や精神疾患について、健康上の問題や課題をことを理解している。 b. 健康を保持増進するとともに、生活習慣病を予防するためには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践及び喫煙、飲酒に関する適切な意志決定や行動選択が必要であり、その方法を考えている。 c. d. 生活習慣に関して、自らの課題を見つめ、積極的に学習しようとしている。	レポート・テスト	レポート・テスト	レポート・スクーリング
Ⅱ Ⅱ	現代社会と健康・安全な社会生活	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. 健康に関する意志決定・行動選択 19. 健康に関する環境づくり 1. 事故の現状と発生要因 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. さまざまな感染症や交通事故など、健康を脅かす課題について、その予防や対策を理解している。 またそれらに備えて、心肺蘇生法や日常の応急手当について、理解している。 b. 安全に関する原則や概念に着目して、危険の予測やその回避方法を考えている。 c. 健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択などを理解し、積極的に学習しようとしている。 また交通事故についての原因や要因を調べようとし、応急手当の学習について主体的に学ぼうとしている。	レポート・テスト	レポート・テスト	レポート・スクーリング

※　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