学校番号	３１０

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	「高等学校保健体育」　（第一学習社出版）						
副教材等	「保健体育ノート」（第一学習社出版）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

時代背景や文化、環境などさまざまな観点から「健康」というもの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。授業での知識を自分自身の人生設計に活かせるように努力しましょう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善してゆく資質や能力を育む。
【思考力、判断力、表現力等】
健康的な生活習慣を身につけ、生活環境を守るための知識と実践力を高め、生涯を通じた健康作りの基礎を学習する。
【学びに向かう力、人間性等】
健康の保持増進のための実践力を育成し、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・安全について総合的に理解しているとともに、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他者に伝えている。	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)
一学期	生涯を通じる健康	生涯の各段階における健康 労働と健康	a: 思春期に起こる心の変化や性意識の男女差，生殖機能,受精から出産までの過程,結婚に関する制度，家庭が健康に果たす役割,人工妊娠中絶による影響,壮年期以降の健康課題について,正しい知識をもつことができる。 労働者を守るしくみや労働環境の変化にともなう健康問題について，正しい知識をもつことができる。 b:男女の性意識の違い,二次性徴におけるからだの成長，結婚の意義や家庭と健康のかかわり，結婚の意義や家庭と健康のかかわりについて，自らのからだの変化と関連づけて考えることができる。家族計画の重要性,加齢による心身の変化,職業選択の際の注意点について,自らの将来に当てはめて考えることができる。 ｃ: 思春期の心の変化，男女の性意識の違い,男女の生殖器官の発達,健康の保持・増進のために，家庭が担う役割について，積極的に調べることができる。 受精から出産までの過程や家族計画を立てることの重要性，人工妊娠中絶による心身への影響などについて積極的に学習できる。労働と健康のかかわりや健康生活を送るための職場・家庭・地域の役割について，積極的に学習できる。 生涯の各段階に応じた健康についての課題を考え、自己の健康管理ができる 加齢に伴う心身の変化や壮年期以降の健康課題,高齢社会における取組などについて,積極的に調べることができる。	定期考査 確認テスト	ワークシート 定期考査 確認テスト	ワークシート

二学期	生涯を通じる健康　健康を支える環境づくり	労働と健康 環境・食品と健康	a: 労働災害の実態や対策,労働者の健康・安全を守る法律や制度，労働者自身の心がけについて理解できる。 地球環境の歴史,生物多様性保持の重要性,環境汚染の現状,大気汚染の定義と被害を及ぼす物質などの正しい知識を持つことができる。 自然環境の水を通した循環,汚染が発生の経過や対策,有害な化学物質による健康被害の危険性やそれらの管理方法について正しい知識をもつことができる。 ゴミ処理の４つの方法や上下水道の仕組み,ごみの減量化に向けた３R 運動などの取り組みについて,正しい知識をもつことができる。 食品による健康被害と，その予防のために行われている対策について，正しい知識をもつことができる。 b: 労働災害の原因やヘルスプロモーションの実現のために企業が果たす役割について身近な問題として考えることができる。 地球環境問題や大気汚染,水質汚濁や土壌汚染を防止するために，私たちが行うことができる身近な対策を考え，自らの行動に反映することができる。 産業廃棄物問題や上下水道の設備やゴミの分別など，身近な問題として捉え，考えることができる。 自らの食生活において，健康被害に遭わないために必要な行動を，適切に選択することができる。 C: 労働災害,労働者の健康・安全をまもるための施策について積極的に調査し，学習できる。 地球環境の変化や大気汚染,水質汚濁,土壌汚染による健康被害について，その原因と対策を積極的に調べることができる。産業廃棄物処理問題や環境衛生向上のための上下水道の整備方法やゴミ処理方法について，積極的に課題を見つけ，学習できる。 食品によって起こる健康被害や，防止のための対策などについて，積極的に調べることができる。	定期考査 確認テスト	ワークシート 定期考査 確認テスト	ワークシート

三学期	社会生活と健康	保健･医療制度と機関	a: わが国の保健行政・医療制度,保健・医療機関がそれぞれもっている役割やサービスについて, 正しい知識をもつことができる。 医薬品の効果と副作用に関して, 安全に使用するための正しい知識をもつことができる。 わが国で行われている保健活動や国際的に行われている保健活動について, 正しい知識をもつことができる。 健康の保持増進のための環境やヘルスプロモーションを進めるための取り組みについて, 正しい知識をもつことができる。 b: わが国の保健・医療に関する制度,保健・医療機関の利用方法について理解し, 自らの生活のなかで適切に利用することができる。 医薬品を正しく使用するための情報を日常生活に当てはめて, 適切に選択することができる。 自らの健康の保持・増進をはかるために, ヘルスプロモーションの考えに沿って積極的に調べ, さまざまな保健対策を利用することができる。 健康を保持･増進するのに必要な取り組みについて調べる適切に活用することができる。 C: わが国の保健行政や医療制度,身近にある保健・医療機関の役割や場所, 医療機関の利用法などを, 積極的に調べることができる。 医薬品の効果と危険性の両面について理解し, 日常生活における医薬品の危険性について積極的に考えることができる。 わが国や世界で行われている保健活動や対策,健康増進の取り組みについて, 自らの生活に当てはめて考え, 積極的に健康増進を図ろうとすることができる。	定期考査 確認テスト	観察 ワークシート 定期考査 確認テスト	観察 ワークシート

※　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