※令和４年度以降入学生用

学校番号	3029

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	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

科目「保健」は、生涯を通して健康を考え、健康を確保することでさまざまな自己実現が図られる生活の根幹を成す科目だと考えます。我が国の疾病構造や社会の変化に対応し健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かして健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び健康的な社会環境づくりをおこなうことの重要性の理解が必要です。成長期の今、自分自身の将来の健康を確保するための知識を習得し、その知識を生かすための実践力を身につけること、それが日々を快適に過ごしていくために必要なことを学びます。

学習方法については、「現代社会」「人の生涯」という観点から、課題を探し現状を把握しながら問題を解決していこうとすることで、自らの成長や日々の暮らしに役立てていってほしいと思います。知識の習得のみにとどまらず、課題を解決していく方法を、地域や社会の中から探す力を育成するためにホームページ・新聞などから「健康に生きる」ための情報を活用します。ただ聞くだけ、板書を書き写すだけの受身の授業ではなく、自ら関心を持って情報を集め議論できる姿勢をもつことが大切です。また、ノートのまとめ方は、板書だけでなく、自分なりに工夫をしてまとめていきましょう。

2　学習の到達目標

① 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。
② 健康についての課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断し、他者に伝える力を養う。
③ 生涯に通じて健康の保持増進やそれをささ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	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・安全課題の解決に役立ち、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、技能を身に付けている。	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、総合的に考え判断し、それらを表現している。	健康を保持増進するためには、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ことが重要であることに関心を持ち、個人及び社会生活における健康・安全課題について、主体的、意欲的に学習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。			

※令和４年度以降入学生用

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)
前期中間まで	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	a:健康の考え方は国民の健康水準や疾病構造の変化に伴って変わってきていること、健康は様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の元に成り立っていることについて理解し、健康の保持増進のために調和のとれた生活を実践する技能を身に付けている。等 b:生活習慣病と調和のとれた生活について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取り組みや社会的な対策について考え、そして表現している。等 c:生活習慣病の予防と回復について、資料を探したりする学習活動や課題の解決に向けての話し合いや意見交換などに自主的に取り組もうとしている。等	定期テスト 小テスト	レポート ノート 定期テスト ディスカッション等の班別活動	
前期期末まで		5 がんの治療と回復 6 健康と運動 7 食事と健康 8 休養・睡眠と健康				ディスカッション等の班別活動 授業態度 ノート
後期中間まで		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:飲酒や喫煙は生活習慣病などの要因にとなり、心身の健康を損ねることや、薬物乱用は心身の健康や社会の安全などに深刻な影響があることについて理解している。等 b:精神の健康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みや、社会的な対策について考え、表現している。等 c:喫煙、飲酒、薬物乱用、精神疾患について、資料を探したりする学習活動や班別発表などに自主的に取り組もうとしている。等	定期テスト 小テスト	レポート ノート 定期テスト ロールプレイングによる班別発表	ロールプレイングによる班別発表 授業態度 ノート

※令和４年度以降入学生用

後期期末まで		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 健康に関する意思決定・行動選択 19 健康に関する環境づくり	a:新興感染症、再興感染症、性感染症等について発生や流行がみられることや、健康を保持増進するには適切な意思決定や行動選択により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正しく理解している。等 b:感染症の発生や流行には時代や地域によって違いが見られることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策について考え、表現している。等 c:現代社会と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートに記述したりすることに自主的に取り組もうとしている。等	定期テスト 小テスト	レポート ノート 定期テスト ディスカッション等の班別活動	ディスカッション等の班別活動 授業態度 ノート
	安全な社会生活	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	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、車両などの環境要因などが関連していること、また交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、心身の状態や車両の特性などを把握することや、個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解している。等 b:安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けて考え、それらを説明することができる。等 c:安全な社会生活についてレポートを作成するなどの学習に自主的に取り組もうとしている。等	定期テスト 小テスト	レポート ノート 定期テスト ディスカッション等の班別活動	ディスカッション等の班別活動 授業態度 ノート

※　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