学校番号	313

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	現代高等保健体育　（大修館書店出版）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館書店出版）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

保健の授業では、みなさんの生活の身近にある課題を勉強します。現在及び将来の生活において健康・安全の課題に直面した場合に，的確な思考・判断に基づいて適切な意志決定を行い，自らの健康の管理や健康的な生活行動の選択及び健康的な社会環境づくりなどが実践できるようになりましょう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
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環境づくりの重要性について理解を深めることができる。
【思考力、判断力、表現力等】
心身の健康の保持増進を図るための思考判断表現等や健康を大切に明るく豊かに生活することができる
【学びに向かう力、人間性等】
保健で身につけた知識技能を実生活で生かすことができる。

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	個人生活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。	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。	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。

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	生涯を通じる健康	ライフステージと健康 思春期と健康 性意識と性行動の選択 妊娠・出産と健康 避妊法と人工妊娠中絶 結婚生活と健康	a:思春期の心身の変化に対応して，自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること，及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることについて理解している。 ・結婚生活、受精，妊娠，出産とそれに伴う健康課題、家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについて理解し、結婚生活を健康に過ごすには，自他の健康に対する責任感，良好な人間関係や家族や周りの人からの支援，及び母子の健康診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: 生涯の各段階における健康について，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している。 ・思春期と健康について，習得した知識を基に，心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために，性に関わる情報を適切に整理している。 ・結婚生活と健康について，習得した知識を基に，結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて，保健・医療サービスの活用方法を整理している。 c: 生涯の各段階における健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 等	定期考査 小テスト パフォーマンス課題 授業内課題 等	授業観察 等

2	生涯を通じる健康	中高年期と健康 働くことと健康 労働災害と健康 健康的な職業生活	a: 中高年期を健やかに過ごすための方法や、高齢期には，加齢に伴う変化を理解し、高齢社会では，保健・医療・福祉の連携と総合的な対策が必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 労働災害を防止するには，作業形態や作業環境の改善，長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 働く人の日常生活においては，積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: 生涯の各段階における健康について，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，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 働く人の健康の保持増進について，習得した知識を基に，生活の質の向上を図ることと関連付けて，課題解決の方法に応用している。 c: 労働と健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	定期考査 小テスト 等	定期考査 小テスト パフォーマンス課題 授業内課題 等	授業観察等
3	健康を支える環境づくり	大気汚染と健康 水質汚濁、土壌汚染と健康 環境と健康にかかわる対策 ごみの処理と上下水道の整備	a: 人間の生活や産業活動は自然環境汚染を引き起こし，健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて理解し健康への影響や被害を防止するための方法を理解している。 ・健康への影響や被害を防止するために環境基本法などの法律	定期考査 小テスト 等	定期考査 小テスト パフォーマンス課題 授業内	授業観察等

			等が制定されており，環境基準の設定，排出物の規制，監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・上下水道の整備，ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は，自然環境や学校・地域などの社会生活における環境，及び人々の健康を守るために行われていることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: 環境と健康について，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している。 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について，事例を通して整理し，疾病等のリスクを軽減するために，環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 ・環境と健康について，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，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。 c: 環境と健康について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。		課題 等	
	健康を支える環境づくり	食品の安全性 食品衛生にかかわる活動 保健サービスとその活用 医療サービスとその活用 医薬品の制度とその活用 様々な保健活動や社会的対策 健康に関する環境づくりと社会参加	a:食品の安全性を確保するために，食品衛生法などの法律等が制定されており，様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや，食品の製造・加工・保存・流通など，各段階での適切な管理が重要であることについて，理解している。 ・我が国には，人々の健康を支えるための保健・医療サービスなどが提供されていること、保健・医	定期考査 小テスト 等	定期考査 小テスト パフォーマンス課題 授業内課題 等	授業観察 等

			療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて理解している。 ・疾病からの回復や悪化の防止には，個々の医薬品の特性を理解した上で，使用法に関する注意を守り，正しく使うことが必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 b: 食品の安全性と食品衛生に関わる活動について，習得した知識を自他の日常生活に適用して，健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている。 ・医薬品の制度とその活用について，医薬品には承認制度があり，販売に規制が設けられていることと関連付けながら，生活の質の向上のために利用の仕方を整理している。 c: 食品と健康、様々な保健活動や社会的対策、健康に関する環境づくりと社会参加について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。			

※　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