学校番号	T3017

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）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

健康を保持増進するために自他や社会の課題に気づき、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断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】
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ことができる。
【思考力、判断力、表現力等】
自他の健康課題を発見し、日々の生活をより良いものにするために工夫し、他者に伝えることができる。
【学びに向かう力、人間性等】
生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための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	個人及び社会生活における健康・安全について、課題解決に役立つ知識や技能を身に付けている。	個人及び社会生活における健康課題を発見し、その解決を目指して、総合的に考え、判断し、それらを表現している。	健康を優先し、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりに関する学習活動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)
前期	現代社会と健康	生活習慣病の予防と回復	a: 生活習慣病の種類と要因について説明できる。 b: 生活習慣病の一次予防，二次予防について例をあげて説明できる。 c: 生活習慣病とその予防について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
		がんの原因・予防・治療	a:がんの原因と治療について説明できる。 b: がんを防ぐ予防方法を考え、実践することができる。 c:がんとその予防について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
		運動・休養と健康	a:運動・休養と健康の関係について説明できる。 b:健康的な運動・休養のとり方について説明できる。 c:運動・休養不足がもたらす健康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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
		食事と健康	a: 食事と健康の関係について説明できる。 b: 健康的な食事のとり方について説明できる。 c: 生活習慣病とその予防について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
		喫煙と健康	a: 喫煙者やその周囲の人に起こる害について説明できる。 b: 喫煙対策について，個人と社会に分けて例をあげて説明できる。 c: 喫煙について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート

		薬物乱用と健康	a: 薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。 b: 薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策例をあげることができる。 c: 薬物乱用について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
後期		性感染症・エイズとその予防	a: 性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について説明できる。 b: 性感染症・エイズの予防とその対策について個人と社会に分けて例をあげることができる。 c: 性感染症とその予防について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
		精神疾患	a:精神疾患の原因と治療について説明できる。 b: 精神疾患を防ぐ予防方法を考え、実践することができる。 c:精神疾患とその予防について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート ・発表	・ワークシート
	安全な社会生活	応急手当	a:応急手当の意義について説明することができる。 b: 日常的なけがや熱中症に応じた応急手当の方法を実践できる。 c: 応急手当について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート	・ワークシート
		心肺蘇生法	a: 心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。 b: 実際に，心肺蘇生法をおこなうことができる。 c: 心肺蘇生について，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。	・定期テスト ・ワークシート	・定期テスト ・ワークシート	・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