学校番号	T1202

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育科	科目	保健	単位数	１単位	年次	１年次
使用教科書	「新高等保健体育」　（大修館）						
副教材等	特になし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

- 健康を保つことの大切さや体の発育・発達などの基本的な事項を理解しよう。
- 基本的なライフスタイルを身につけよう。
- 日常生活で直面する健康課題を知り、その問題解決方法を考える。
- 健康的な生活習慣について学ぼう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
- 生活習慣や感染症、薬物乱用、精神疾患など、現代の健康問題とその対策及び、交通事故防止や応急手当の意義など安全な社会生活について学び、理解できるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】
- 身近な健康問題に興味をもち、個人及び社会生活における健康課題を発見し、整理したり、他者に伝えたりする力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】
- 現代社会の健康課題や安全な社会生活について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組む態度を養う。

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日常生活における健康・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や改善していくための基礎的な事項を理解している。	健康を保持増進するための課題や日常生活における健康・安全課題についての解決をめざして、知識を活用し、総合的に考え、判断し、それらを表している。	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が重要であることに関心を持ち、日常生活における健康・安全課題について、積極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	1. 日本における健康課題の変遷 2. 健康の考え方と成り立ち	a:健康に関する要因や問題を理解している。 b:健康とは何か理解し、説明できる。 c:健康要因や健康問題について関心を持ち、積極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 レポート(調べ学習)	授業態度の観察 レポート(授業振り返り)
		3. ヘルスプロモーションと健康に関わる県境づくり 4. 健康に関する意思決定・行動選択	a:ヘルスプロモーションの考え方や意思決定・行動選択と健康との関係について理解している。 b:健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決を考え、説明できる。 c:健康の保持増進とその予防について関心を持ち、積極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 レポート(調べ学習)	授業態度の観察 レポート(授業振り返り)
		5. 現代における感染症の問題 6. 感染症の予防 7. 性感染症・エイズとその予防	a:感染症の要因とその予防の方法について理解している。 b:感染症の要因とその予防の方法について課題の解決を考え、説明できる。 c:感染症の要因やその予防の方法について関心を持ち、積極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 レポート(調べ学習)	授業態度の観察 レポート(授業振り返り)
		8. 生活習慣病の予防と回復 9. 身体活動・運動と健康 10. 食事と健康 11. 休養・睡眠と健康 12. がん予防と回復	a:適切な食事と運動、休養を理解している。 b:健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決を考え、説明できる。 c:適切な食事と運動、休養や健康の保持増進と疾病の予防について関心を持ち、積極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 レポート(調べ学習)	授業態度の観察 レポート(授業振り返り)

後期	現代社会と健康	13. 喫煙と健康	a:煙には多くの有害物質が含まれており、人体に様々な影響を与えると理解している。 b:喫煙は自他に悪影響を与えると理解し、喫煙を進められても断る判断ができる。 c:がんに関する社会的な取り組みや喫煙は自他に悪影響を与えるについて関心を持ち、積極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 レポート（調べ学習）	授業態度の観察 レポート（授業振り返り）
		14. 飲酒と健康 15. 薬物乱用と健康	a:健康の保持増進と疾病の予防について理解している。 b:健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決を考え、説明できる。 c:健康の保持増進とその予防について関心を持ち、積極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 レポート（調べ学習）	授業態度の観察 レポート（授業振り返り）
		16. 精神疾患の特徴 17. 精神疾患への対応	a:人間の欲求や適応機制には様々な種類があることについて理解している。 b:心身には密接な関係があると理解し、ストレスへの適切な対処を説明できる。 c:人間の欲求や適応機制について関心を持ち、積極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 レポート（調べ学習）	授業態度の観察 レポート（授業振り返り）
	安全な社会生活	1. 事故の現状と発生要因 2. 交通事故防止の取り組み 3. 安全な社会の形成	a:運転者には資質と責任が必要なことを理解している。 b:交通安全に関する知識を理解し、説明できる。 c:運転者の資質と責任や交通安全に関する知識について関心を持ち、積極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 レポート（調べ学習）	授業態度の観察 レポート（授業振り返り）
		4. 応急手当の意義と救急医療体制 5. 心肺蘇生法 6. 日常的な応急手当	a:傷害や疾病の悪化を軽減することや、正しい手順・方法を理解している。 b:傷害の種類によって、どの応急手当の基本動作が必要であるかを理解し、説明できる。 c:傷害の種類や疾病の悪化について関心を持ち、積極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 レポート（調べ学習）	授業態度の観察 レポート（授業振り返り）

※　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