※令和４年度以降入学生用

学校番号	402

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	新高等保健体育（大修館）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・健康・安全について理解しよう。
・健康的な生活行動について学ぶ。
・日常生活で直面するであろう健康課題を知り、その解決方法を考える。
・健康や安全についての社会的な取組や個人での対応について知る。
・身近な健康問題に興味をもってもらう。

2　学習の到達目標

・心身の健康について理解を深めることができる。
・健康を保持増進するための課題を発見し、合理的、計画的に解決することができる。
・生活における健康を理解して、健康で安全な生活を実践することができる。

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	健康を保持増進するための課題や個人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理解を深めるとともに、技能を身につけている。	自らの健康を保持増進するための課題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、それを支える環境づくりをめざし、意欲的に学習に取り組もうとする。

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	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 ③ヘルスプロモーションと健康に関わる環境づくり ④健康に関する意思決定・行動選択	a: 健康水準や疾病構造の変化に伴って「健康のすがた」が変わってきていることを理解し、新たな健康課題について知る。 b:「健康」について、理解したこと、自身の考えを基に課題を見つけたり、整理したり、説明することができる。 c: 「健康」とは何かについて資料を探したり、見たり読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出	グループワーク ノートやファイル提出
		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:感染症問題に関して例をあげて説明したり、感染症の予防対策について、個人でできる対策と社会的な対策について分類して、記述・説明できる。 b:感染症を予防し流行を防ぐためにはどのような対策が必要か、個人でできる対策、社会的な対策に分類して考えることができる。 c:感染症について調べ、現在どのような感染症があるのか、また、流行しているのかを調べたり、発表するなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出	グループワーク ノートやファイル提出
		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	a:生活習慣病の例をあげ、なぜ生活習慣病と呼ばれるのかを理解し、その予防法について記述、説明できる。 b:生活習慣病の要因と食事・運動・休養睡眠の関係を自身の日常の生活行動を比較・分析し、課題を見つけたり、説明することができる。 c: 日常の生活行動と生活習慣病について調べたりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出	グループワーク ノートやファイル提出

※令和４年度以降入学生用

後期	現代社会と健康・安全な社会生活	⑫がんの予防と回復 ⑬喫煙と健康 ⑭飲酒と健康 ⑮薬物乱用と健康	a:健康被害について理解し、心身の健康や社会環境への影響・対策について例を上げ、説明することができる。 b:喫煙・飲酒・薬物乱用がもたらす健康被害について自身の生活や社会生活の事例を基に対策や防止について分析することができる。 c: がん、たばこ、アルコール、薬物乱用について調べたり、資料を見たり読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出	グループワーク ノートやファイル提出
		⑯精神疾患の特徴 ⑰精神疾患への対応	a:ストレスへのさまざまな対処法の例をあげることができ、自己実現と心の健康の関係について考え、記述することができる。 b:心と体の関連について考え、ストレスに対するさまざまな対処法について調べ、どのようにストレスと関わっていくことが必要か、自身の生活を振り返って考えることができる。 c: 心身相関やストレスへの対処について、調べたり、自身の実生活と置き換えて考えたりする学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク 調べ学習 発表	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出 調べ学習 発表	グループワーク ノートやファイル提出 調べ学習 発表
	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:交通事故には、車両の特性や、当事者の意識や行動、周囲の環境が関連していることについて理解し、記述することができる。 b:交通事故の現状を踏まえ調べたことを基に課題を見つけたり、整理することができる。 c: 交通事故の現状とその原因について資料を見たり、読んだりするなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク 調べ学習 発表	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出 調べ学習 発表	グループワーク ノートやファイル提出 調べ学習 発表

※令和４年度以降入学生用

		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:胸骨圧迫、人工呼吸、AED による除細動の原理や心肺蘇生法の各手順のポイントを理解し、実践したり、記述することができる。 b:心肺蘇生法や AED の実践や、他者が実施した手順や方法が正しいかを判断したり、指摘し互いに教え合い活動ができる。 c: 心肺蘇生法の手順や AED の使い方を実践したり、その注意点を考えるなどの学習活動に取り組もうとする。	定期考査 グループワーク 調べ学習 発表 実習	定期考査 グループワーク ノートやファイル提出 調べ学習 発表 実習	グループワーク ノートやファイル提出 調べ学習 発表 実習

※　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