学校番号	3026

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	現代高等　保健体育ノート　(大修館書店)						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

中学生のころに学んだ基礎知識を再確認するとともに、さらにより深く「健康」について考えていきます。社会の目覚ましい変化、情報過多な環境の中で、正しい知識を選定し、自分の健康を保つためにはどう行動をしていくことがよいのかを模索していきます。授業の中では、グループで話をしたり、共に情報を集めて、意見の交換を行います。自分の考えや思いを他者へ伝えること、他者の意見を聞くことで、さらに理解を深めていきましょう。自分の健康を守ること、家族や仲間など周りの人の健康も守ることができる視点を養いましょう。

2　学習の到達目標

・身近な健康問題に興味を持ち、その解決方法について考えることができるようになる。
・健康や安全に対する社会的な取り組みを知り、個人的な対応と関連付けて実践できるようになる。
・心と体を一体として捉え、健康・安全について総合的に理解するとともに、社会の課題に対しての解決案を具体的に思考・発表できるよう、積極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個人生活における健康・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、及ひ゛環境を改善していくための基礎的な事項を理解している。幅広い知識と教養を自身の健康に役立てるように工夫できている。	健康を保持増進するための課題や個人生活及ひ゛社会生活における健康・安全課題についての解決をめさ゛し、より深い知識を活用して、総合的に学習活動内にて評価・報告・発表が出来る。	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や、環境を改善していくことが重要であることに関心を持っている。自身の生活及び社会生活における健康・安全課題について、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。

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	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 5.がんの治療と回復 6.運動と健康 7.食事と健康 8.休養・睡眠と健康	a:健康水準の向上，疾病構造の変化に伴い，個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて，理解している。 b:がんや生活習慣病などの予防と回復について，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組や社会的な対策を思考・整理・発表ができる。 c:積極的に健康の考え方について，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 課題 ノート	定期考査 課題 ノート	ワーク シート ノート 振り返り シート
2	現代社会と健康 現代社会と健康	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 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	a: 個々の問題による健康課題を防止するには，正しい知識の普及，健全な価値観の育成などの個人への働きかけ，及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて，理解している。また、現在の感染症に対して、正しい知識を持っている。 b: 喫煙，飲酒，薬物乱用の防止について，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，筋道を立てて説明できる。また、時事問題である感染症に対して、社会の一員として、自分の主張を持っている。 c: 喫煙，飲酒，薬物乱用について，また精神疾患の予防とその回復について，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 ノート	定期考査 研究発表ノート	ワーク シート ノート 振り返り シート
3	現代社会と健康	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:エイズ及び性感染症について，その原因，及び予防のための個人の行動選択や社会の対策についての理解や、健康を保持増進するための環境には，自然環境，及び政策や制度，地域活動などの様々な社会環境があることについて，理解できている。 b:現代の感染症とその予防について，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整理できている。 c:健康の考え方について，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 ノート	定期考査 研究発表	ワーク シート ノート 振り返り シート

	安全な社会生活	01.事故の現状と発生要因 02.安全な社会の形成 03.交通における安全 04.応急手当の意義とその基本 05.日常的な応急手当 06.心肺蘇生法	a:事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には，交通安全，防災，防犯などを取り上げて，法的な整備などの環境の整備，環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組や、適切な応急手当は，傷害や疾病の悪化を防いだり，傷病者の苦痛を緩和したりすることについて理解している。 b:安全な社会づくりについて，様々な事故や災害の事例から，安全に関する情報を整理し，環境の整備に応用している。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、思考・整理・発表ができる。 c:安全な社会づくり、応急手当、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。	定期考査 ノート	定期考査 研究発表	ワークシート ノート 振り返りシート

※ 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