※令和４年度以降入学生用

学校番号	１２０１

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	現代高等保健体育改訂版　（大修館）						
副教材等	現代高等保健体育ノート改訂版（大修館）						

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

・健康的な生活行動とはどのようなことか理解できるようになる。
・身近な健康問題に興味をもち、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組みを知り、個人的な対応と関連づけて実践できるようになる。
・心と体を一体としてとらえ、健康・安全について総合的に理解する。

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生活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個人生活及び社会生活における健康・安全課題についての解決をめざして、知識を活用した学習活動などにより、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、個人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んでいる。

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。

※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)
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	a：思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面，心理面，行動面などの変化に関わり，健康課題が生じることがあることについて，理解している。 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。 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。 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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート
		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:結婚生活について，心身の発達や健康の保持増進の観点から理解し、受精，妊娠，出産とそれに伴う健康課題について，理解している。 a: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	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート

※令和４年度以降入学生用

			とを理解している。 b：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。			
2		中高年期と健康	a:高齢期には，加齢に伴い，心身の機能や形態が変化すること，その変化には個人差があること，疾病や事故のリスクが高まること，健康の回復が長期化する傾向にあることについて，理解している。 b:習得した知識を基に，中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価し、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を知っている。 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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート

※令和４年度以降入学生用

		働くことと健康 労働災害と健康	a: 働くことの意義と健康と働き方や働く人の健康問題の変化について理解できる。 a:労働災害の種類とその原因と労働災害を防止するために必要なことを理解できる。 b:労働災害を防止するには，作業形態や作業環境の改善，長時間労働などの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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート
		健康的な職業生活	a:働く人の健康の保持増進は，職場の健康管理や安全管理とともに，心身両面にわたる総合的，積極的な対策で成り立つことを理解し、余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることで健康の保持増進を理解している。 b: 労働災害の防止に向けて，個人の取組と社会的対策を理解し、自他や社会の課題の解決方法など理解している。 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	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート

※令和４年度以降入学生用

	健康生活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，大気汚染，水質汚濁，土壌汚染などの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を理解している。 a: 健康への影響や被害を防止するためには，汚染物質の排出をできるだけ抑制したり，排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて，理解している。 a: 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を理解している。 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，自他や社会の課題を理解している。 b: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考えている。 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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート

※令和４年度以降入学生用

3	健康生活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	a: 人々の健康を支えるためには，食品の安全性を確保することが重要で，食品の安全性が健康に深刻な被害をもたらすことがあり，食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることを理解している。 b: 食品と健康について，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。 c: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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート
		保健サービスとその活用 医療サービスとその活用 医療品の制度とその活用	a:人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し，行政及びその他の機関などから健康に関する情報，医療の供給，医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて理解している。 a:検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し，地域の保健所や保健センターなどの保健機関，病院や診療所などの医療機関，及び保健・医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。 a: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，理解している。 b: 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について個人及び社会生活と関連付け，自他や社会の課題を発見している。 c: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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート

※令和４年度以降入学生用

		さまざまな保健活動や社会的対策	a: 我が国や世界では健康を支えるために健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて，理解している。 b: 地域の保健・医療機関やスポーツ施設の活用の仕方について，関連した情報を整理し，生活の質の向上に向けた課題解決に応用している。 c: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。	観察 ワークシート 考査	観察 ワークシート 考査	観察 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