学校番号	402

令和２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(改訂版)」　（大修館）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（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

心身の健康について理解を深めるとともに、生活における健康を理解させ健康で安全な生活を実践する能力や態度を養う。

３　学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:関心・意欲・態度	b:思考・判断	c:知識・理解
観点の趣旨	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もうとする。	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。
評価方法	ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習	定期テスト ワークシート ディスカッション等の事例を用いた活動 実習

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	主な評価の観点			単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c		
前期	現代社会と健康	健康の考え方 ①私たちの健康のすがた ②健康のとらえ方 ③健康と意志決定・行動選択 ④健康に関する環境づくり	○	○	○	a:「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。 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。	ワークシート 課題学習の成果物等 定期テスト
		２．健康の保持増進と疾病の予防 ⑤生活習慣病とその予防 ⑥食事と健康 ⑦運動と健康 ⑧休養・睡眠と健康	○	○	○	a: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。 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: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。	
		⑨喫煙と健康 ⑩飲酒と健康 ⑪薬物乱用と健康	○	○	○	a: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。 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: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。	
後期	現代社会と健康	３．精神の健康 ①現代の感染症 ②感染症の予防 ③性感染症・エイズとその予防	○	○	○	a: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。 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。	ワークシート 課題学習の成果物等 定期テスト 救急法実習
		④欲求と適応機制 ⑤心身の相関とストレス ⑥ストレスへの対処 ⑦心の健康と自己実現	○	○	○	a: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。 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: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。	

		４．交通安全 ⑧交通事故の現状と要因 ⑨交通社会における運転者の資質と責任 ⑩安全な交通社会づくり	○	○	○	a: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。 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。	
		５．応急手当 ⑪応急手当の意義とその基本 ⑫心肺蘇生法 ⑬日常的な応急手当感染症とその予防	○	○	○	a: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。 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: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。	

※　表中の観点について　　a:関心・意欲・態度　　b:思考・判断　　c:知識・理解

※　年間指導計画（例）作成上の留意点

・原則として一つの単元（題材）で全ての観点について評価することとなるが、学習内容（小単元）の各項目において特に重点的に評価を行う観点（もしくは重み付けを行う観点）について○を付けている。