学校番号	T0308

平成 31 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	「最新高等保健体育[改訂版]」　（大修館書店出版）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

〇健康の意義と健全で安全な生活について理解しよう。
〇健康な精神生活についての理解を深めよう。
〇交通事故の現状と安全について理解しよう。

2　学習の到達目標

〇社会生活における健康の意義を理解させ、生涯を通じて健康で安全な生活を実践して、改善していく能力や態度を養う。

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	個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心をもち、自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとする。	個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題の解決を目指し、適切な意思決定を行い、選択すべき行動を適切に判断している。	健康・安全の意義を理解するとともに、生涯を通じる健康及び、社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。
評価方法	ワークシート 受講態度の観察	定期テスト ワークシート	定期テスト ワークシート

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		
1学期	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち 1. 健康についてはさまざまな考え方がある 2. 健康はさまざまな要因から成り立っている	○	○	○	a: 健康の考え方と成り立ちについて，発言し、学習活動に取り組もうとする。 b: 健康の考え方と成り立ちについて，課題を見つけたり，自身の考えを整理する c:，生きがいを重視した健康観などを例に健康の考え方が変化していることを理解している。また，健康の成立には，さまざまな主体要因と環境要因がかかわっていることについて理解している。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	私たちの健康のすがた 1. わが国の健康水準は向上を続けてきた 2. 健康問題は時代とともに変化する	○	○	○	a: わが国の健康水準の変化およびその背景について発言し学習活動に意欲的に取り組もうとする。 b: わが国の健康水準の変化およびその背景について，自身で考えたり、課題を見つけたり，整理する c: 健康水準の変化に伴って，「健康のすがた」が変わってきていることや、わが国の新たな健康問題について，基礎的な事項を理解している。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

1学期	現代社会と健康	健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり 1．適切な意思決定・行動選択は重要である 2．適切な意思決定・行動選択にするために 3．健康にかかわる環境づくりが重要である	○	○	○	a：健康に関する意志決定・行動選択の重要性，ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて，発言し、学習活動に意欲的に取り組もうとする。 b：健康に関する意志決定・行動選択の重要性，ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて，課題を見つけたり，整理する。 c：適切な意思決定や行動選択を行う過程を理解し、個人的要因・社会的要因，情報の収集，計画と評価，社会的な影響力への対処，および健康に影響を与える環境，ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて，基礎的な事項を理解している。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	生活習慣病とその予防 1．生活習慣と関連の深い病気を生活習慣病という 2．生活習慣病を予防しよう	○	○	○	a：日常の生活行動と生活習慣病について発言し、学習活動に意欲的に取り組もうとする。 b：生活習慣病の要因と自身の日常の生活行動を比較・分析し、課題を見つけることができる。 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、その予防法を考えることができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
2学期	現代社会と健康	食事と健康 1．食事は健康の基礎である 2．健康的な食事をとろう	○	○	○	a：健康な生活を送る上での食事の意味について発言するなどの学習活動に取り組もうとする。 b：自身の食生活と健康的な食事について比較・分析し課題を見つけることができる。 c：健康的な食事について理解し、自身の食生活を見直し、改善方法を考えることができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

2学期	現代社会と健康	運動・休養と健康 1. 適度な運動が健康をつくる 2. 休養が疲労を回復し、活力をよみがえらせる	○	○	○	a:健康な生活を送る上での運動の意味について多様な運動の種類やその効果について発言するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:運動が健康に及ぼす影響について、自身の生活と比較・分析することができる。 c:健康づくりのための運動や休養の必要性について健康に良い運動の行い方・休養の取り方を理解し身につけている。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	喫煙と健康 1. 喫煙は、健康に大きな影響をもたらす 2. 喫煙を始めるとなかなかやめられなくなる 3. たばこ対策は全世界で進められている	○	○	○	a:喫煙による健康被害や、有害物質について発言するなど学習活動に取り組もうとする。 b:喫煙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喫煙対策を考えることができる。 c:喫煙者やその周囲の人に起こる健康被害について理解することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	飲酒と健康 1. アルコールは、脳や体に影響を及ぼす 2. 長期間の過度の飲酒は多くの問題を引き起こす 3. さまざまな飲酒対策がおこなわれている	○	○	○	a:アルコールが脳や体にどのような影響を及ぼすか、またその健康影響について発言するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:飲酒による健康影響について設定された課題に対して自身の考えを導き出すことができる。 c:飲酒による短期的影響と長期的影響について理解することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

2学期	現代社会と健康	薬物乱用と健康 1.「1回だけ」でも薬物は人生を台無しにする 2. 自分の周囲や社会にも薬物は悪影響をもたらす 3. 薬物には多面的な対策が必要である	○	○	○	a:薬物乱用について発言するなどの学習活動に取り組もうとする b:薬物乱用が個人及び周囲の人々、社会にも影響があることを知り、自身でできる薬物乱用への対策について考えることができる。 c:薬物乱用が心身の健康や社会に与える影響について理解することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
3学期	現代社会と健康	感染症とその予防 1. 病原体が原因の病気を感染症という 2. 問題となる感染症は変化してきている 3. 感染症の予防や、社会と個人で取り組む	○	○	○	a:現在どのような感染症があるのか、流行しているのかを発言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為にはどのような対策が必要か、個人でできる対策を考えることができる。 c:感染症の予防対策について、個人でできる対策を記述・説明できる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	性感染症・エイズとその予防 1. 性感染症・エイズが若者の間で問題となっている 2. 性感染症・エイズは予防できる	○	○	○	a:性感染症・エイズとその予防について課題の解決に向けて発言するなど学習活動に取り組もうとする。 b:際感染症・エイズの現状を知り、感染拡大の理由やどのように予防するするのか考えることができる。 c:性感染症・エイズとその予防には、個人の取り組みが必要であることを理解することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

	現代社会と健康	欲求と適応機制 1. 欲求は成長とともに多様化する 2. 欲求不満や葛藤をやわらげる心の働きがある	○	○	○	a:欲求・欲求不満・適応機制について心と体のつながりについて、自身の行動を振り返るなどの学習活動に取り組もうとする。 b:人間の欲求の種類を理解し、欲求を分類したり、適応機制について自身の行動を振り返ることができる。 c:人間の欲求を理解し、欲求不満に対処するための適応機制の例をあげて説明・記述することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	心身の相関とストレス 1. 心と体は、一体となっている 2. ストレスは、心と体に影響を及ぼす	○	○	○	a:心身相関やストレスについて考え、ストレスについて発言するなど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、ストレスの原因について考えることができる。 c:心と体の働きが相互に影響しあう関係やストレスの心理・社会的要因と物理的要因について理解できる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	心の健康のために 1. ストレスにはさまざまな対処法がある 2. 自己実現は、心の健康につながる	○	○	○	a:ストレスの対処について発言したり、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: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ることができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

3学期	現代社会と健康	交通事故の現状と要因 1. 若者では自動車と二輪車の事故が多い 2. 3つの要因がかかわって交通事故が起こる	○	○	○	a:交通事故の現状とその原因について発言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、課題を見つけたり、整理したりすることができる。 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することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	交通事故を防ぐために 1. 運転者には資質と責任が必要である 2. 安全な交通社会づくりが進められている	○	○	○	a:交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくりについて、発言するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:交通社会で必要な資質と責任や交通事故などによる傷害がない安全な社会づくりについて考えることができる。 c:事故を防止し、安全な社会づくりにするには自他の生命を尊重し、個人の心身状態や適切な行動や環境の整備が重要であることを理解することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	応急手当の意義とその基本 1. 適切な応急手当は命を救い、痛みをやわらげる 2. 応急手当の最初のポイントは確認と観察である	○	○	○	a:応急手当の必要性や、応急手当が必要な時にどのような行動が必要か考え、発言するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:応急手当が必要な場面に遭遇した際、どのような行動をとるか考えることができる。 c:応急手当の意義、重要性について理解し、傷病者を発見した時にどのような対応をすべきか理解できる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

3学期	現代社会と健康	日常的な応急手当 1. けがに応急手当がある 2. 熱中症には適切な手当てが大切である	○	○	○	a:日常生活のどのような場面や状況で傷害等が発生するか発言するなどの学習活動に取り組もうとする b:日常生活で起こりうる傷害や熱中症などの疾病について学んだことを基に、どのような応急手当が必要か考えることができる。 c:日常的なけがや熱中症の応急手当や手順や方法を理解することができる。	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト
	現代社会と健康	心配蘇生法の原理とおこない方 1. 心配蘇生法は原理にもとづいている 2. 心配蘇生法には適切な手順がある	○	○	○	a:心配蘇生法の手順やＡＥＤの使い方を、発言するなどの学習活動に取り組もうとする。 b:心配蘇生法やＡＥＤの正しい使い方を考えることができる。 c:胸骨圧迫、人工呼吸、ＡＥＤによる除細動の原理や心配蘇生法の各手順のポイントを理解することができる	ワークシート 受講態度の観察 定期テスト

※　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。