

教科(科目)	保健体育 (保健)	単位数	1 単位	学年(コース)	1 学年 全学科
使用教科書	大修館書店 現代高等保健体育				
副教材等	大修館書店 現代高等保健体育ノート				

1 学習目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。

- (1) 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけるようにする。
- (2) 健康についての自他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る力を養う。
- (3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

2 指導の重点

- ① 生徒にとって身近な事例を取り上げ、これを思考・判断させ生涯を通じた健康で安全な生活を送る実践力を育成する。
- ② 学習ノートを活用し授業の理解を深める。

3 評価の観点の趣旨

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めているとともに、技能を身に付けている。	・健康についての自他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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。	・生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。

4 評価規準と評価方法

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の観点	以上の観点を踏まえ ・学期末及び学年末考査、確認テストの分析 ・提出物の内容の確認 などから、評価します。	以上の観点を踏まえ ・学期末及び学年末考査、確認テストの分析 ・提出物の内容の確認 ・授業中の発言、発表や討論の内容 などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・提出物の内容の確認 ・授業中の発言、発表や討論の内容 などから、評価します。
評価方法	内容のまとめりごとに、各観点 「A：十分満足できる」、「B：おおむね満足できる」、「C：努力を要する」 で評価します。 内容のまとめりごとの評価規準は授業で説明します。		

5 学習計画

月	単元名	授業時数と領域	教材名	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	①健康の考え方と成り立ち	2 現代社会と健康	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・さまざまな健康の考え方について学習し例をあげて説明できるようになる。 ・健康を成り立たせている要因について学習し例をあげて説明できるようになる。	2	・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み

	②私たちの健康のすかた	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・わが国の健康水準の変化とその背景について学習し説明できるようになる。 ・わが国の現在の健康問題について学習し例をあげて説明できるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
5	③生活習慣病の予防と回復	2 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病の種類と要因について学習し説明できるようになる。 ・生活習慣病の一次予防、二次予防について学習し例をあげて説明できるようになる。 	2	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	④がんの原因と予防	2 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・がんの種類や原因について学習し説明できるようになる。 ・がんの一次予防と二次予防について学習し例をあげて説明できるようになる。 	2	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
6	⑤がんの治療と回復	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・がんのおもな治療法や緩和ケアについて学習し説明できる。 ・がん検診の普及や情報サービスの整備などの社会的な対策について学習し説明できる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑥運動と健康	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・健康と運動の関係について学習し説明できるようになる。 ・目的に応じた健康的な運動のしかたについて学習し例をあげて説明できる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑦食事と健康	2 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・食事と健康の関係について学習し説明できるようになる。 ・健康的な食事のとり方について学習し説明できるようになる。 	2	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
7	⑧休養・睡眠と健康	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について学習し説明できるようになる。 ・健康と睡眠の関係及び健康によい睡眠のとり方について学習し説明できるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
8	⑨喫煙と健康	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙者やその周囲の人に起こる害について学習し説明できるようになる。 ・喫煙対策について、個人と社会に分けて学習し例をあげて説明できるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
9	⑩飲酒と健康	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を学習し説明できるようになる。 ・飲酒による健康問題に対する個人や社会環境への対策について学習し例をあげて説明できるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑪薬物乱用と健康	2 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について学習し説明できるようになる。 ・薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策を学習し例をあげることができるようになる。 	2	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑫精神疾患の特徴	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患の例をあげ、発病の要因とおもな症状について学習し説明できるようになる。 ・現代社会における精神保健の課題を学習し例をあげることができるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
10	⑬精神疾患の予防	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患を予防する方法について学習し説明できるようになる。 ・精神疾患の早期発見のために必要なことについて学習し説明できるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑭精神疾患からの回復	1 現代社会と健康	教:現代高等保健体育 副:現代高等保健体育ノート	<ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患の治療について学習し例をあげて説明できるようになる。 ・精神疾患の適切な治療や回復のためには、どのような社会環境が必要かを学習し説明できるようになる。 	1	<ul style="list-style-type: none"> ・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み

	⑮現代の感染症	2 現代社会と健康	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて学習し説明できるようになる。 ・新興感染症と再興感染症が流行する要因を学習しそれぞれ説明できるようになる。	2	・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
1 1	⑯感染症の予防	1 現代社会と健康	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・感染症の予防対策について学習し3原則から例をあげて説明できるようになる。 ・感染症への個人と社会の対策について学習し例をあげて説明できるようになる。	1	・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑰性感染症・エイズとその予防	1 現代社会と健康	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について学習し説明できるようになる。 ・性感染症・エイズの予防とその対策について個人と社会に分けて学習し例をあげることができるようになる。	1	・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑱健康に関する意思決定・行動選択	2 現代社会と健康	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・意思決定・行動選択に影響を与える要因について学習し説明できるようになる。 ・健康に関する適切な意思決定・行動選択の際の工夫について学習し例をあげて説明できるようになる。	2	・学期末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
1 2	⑲健康に関する環境づくり	1 現代社会と健康	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・社会環境の健康への影響について学習し例をあげて説明できるようになる。 ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について学習し説明できるようになる。	1	・学年末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
1	①事故の現状と発生要因	2 安全な社会生活	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・事故の実態と被害の実態について学習し説明できるようになる。 ・事故の発生には人的要因と環境要因が関連していることについて学習し例をあげて説明できるようになる。	2	・学年末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	②安全な社会の形成	1 安全な社会生活	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・安全のために必要な個人の行動について学習し例をあげて説明できるようになる。 ・すべての人たちの安全を確保するために必要な環境整備について学習し例をあげて説明できるようになる。	1	・学年末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
2	③交通における安全	2 安全な社会生活	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について学習し例をあげて説明できるようになる。 ・交通事故における責任を3つに分けて学習し説明できるようになる。	2	・学年末考査の結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	④応急手当の意義とその基本	1 安全な社会生活	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・応急手当の意義について学習し説明できるようになる。 ・傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントをあげることができるようになる。	1	・確認テストの結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
	⑤日常的な応急手当	1 安全な社会生活	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について学習し説明できるようになる。 ・実際に、日常的なけがや熱中症の応急手当ができるようになる。	1	・確認テストの結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み
3	⑥心肺蘇生法	2 安全な社会生活	教：現代高等保健体育 副：現代高等保健体育ノート	・心肺蘇生法の方法と手順について学習し説明できるようになる。 ・実際に、心肺蘇生法をおこなうことができるようになる。	2	・確認テストの結果 ・提出物の確認 ・授業への取り組み

計 35 時間 (50 分授業)

6 課題・提出物等

- ・各学期末にノート提出があります。

7 担当者からの一言

高等学校の保健の授業は、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を育成します。授業は1単位ですが健康問題は一生です。授業に対する心構えを今一度見直し、将来の自分のために意欲的に取り組みましょう。

(担当：関谷 圭介)

