

教科・科目	保健体育・保健	単位数	1 単位	学年・学級	1年必修
使用教科書	『現代高等学校保健体育』（大修館）		副教材	『現代高等学校保健体育ノート』（大修館） 『図説現代高等保健』（大修館）	

学校教育目標		郷土を愛し　たくましく生きよう　自ら学ぶ意欲を　持ち続けよう							
育成を目指す資質・能力		傾聴力		協働力	○	議論する力	○		
		自省力	◎	理解力	○	批判力	○		
		自己実現力	○	表現力	○	情報活用力	◎		
学習の到達目標		①我が国の疾病構造や社会の変化と対応させて、個人や社会生活における健康・安全についての知識・理解を深める。 ②我が国の健康課題に対しヘルスプロモーションの考え方を生かし、適切な思考・判断ができる。 ③個人や社会生活における健康・安全についての関心を持ち、意欲的に取り組む態度を身に付ける。							
評価の観点		①　知識・技能		②　思考・判断・表現		③　主体的に学習に取り組む態度			
A 活用できる		過去や現在における健康の考え方やとらえ方、現代の健康や安全に関する課題について理解し、予防や対象の方法を身に付け、活用することができる。		現代社会と健康に関わる事象や情報から自己や社会の課題を発見し、解決方法を考え、適切な方法を選択し、説明することができる。		自他や社会全体の健康に関心を持ち、健康の保持増進の方法について主体的に学び深めることができる。			
B わかる・できる		過去や現在における健康の考え方やとらえ方、現代の健康や安全に関する課題について理解し、予防や対象の方法を身につけることができる。		現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、解決方法を考え、適切な方法を選択し、説明することができる。		自他の健康に関心を持ち、健康の保持増進の方法について学び深めることができる。			
C 努力を要する		過去や現在における健康の考え方やとらえ方、現代の健康課題、予防や対処の方法を理解することに努力を要する。		現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、解決方法を考え、適切な方法を選択し、説明しようとするに努力を要する。		自己の健康に関心を持ち、健康の保持増進の方法について学ぶことに努力を要する。			
具体的な改善方法		・理解できなかったことは、その日のうちに解決する。（復習） ・話していることなどメモを積極的に行う		・自分の考えやその過程を丁寧に記述する。 ・発表やグループでの話し合いなどで、自分の考えを表現する		・あきらめず粘り強く取り組む ・ワークシートを必ず提出する			
評価基準 (各１０段階)		A	10	～	8	A	10	～	8
		B	7	～	3	B	7	～	3
		C	2	～	1	C	2	～	1
評価の方法		評価の方法		評価の方法		評価の方法			
・単元毎の小テスト ・ワークシート ・発表		・ワークシート（評価問題） ・発表				・ワークシート ・授業の様子 ・振り返り（アンケート） ・発表			

【学習計画】

月	単元	学習の目標	評価の観点			評価の方法	自己評価	実際評価
			①	②	③			
4	ガイダンス	1年間の学習内容、シラバスの活用方法について理解する。❧前期の目標						
	健康の考え方や成り立ち	・健康の考え方について、健康に関わる原理や概念を理解し説明することができる。 ・日本の健康水準や疾病構造の変化について分析、理解し、個人及び社会生活と関連付け、自他や社会の課題を整理・発見できる。	○	○		行動観察 ワークシート 小テスト		
	私たちの健康のすがた	・主体要因と環境要因が互い影響し合いながら健康の成立に関わっていることについて理解できる。 ・生活の質向上に向けた課題解決をヘルスプロモーションの考え方に踏まえ整理し、道筋を立てて説明できる。		○				
5	生活習慣病の予防とその回復 (講話：がん教育)	生活習慣病の予防と回復には、個人の取り組みとともに、健康診断やがん検診の普及、正しい情報発信が必要なことについて理解できる。	○	○		行動観察 ワークシート		

6	がんの原因と予防 がんの治療と回復	・がんの種類は様々であり、生活習慣病のみならず、細菌やウイルス感染があることを理解できる。	○	小テスト		
	運動と健康	・生活習慣病を防ぐ方法を食事、運動、休養及び睡眠などの側面から理解し、リスクの軽減と生活の質向上に必要な取り組みを整理できる。	○ ○			
	食事と健康					
	休養・睡眠と健康	・がんや生活習慣病の1次予防や2次予防について整理し、説明できる。	○ ○			
	7 応急手当とその意義					
	日常的な応急手当 (応急手当講習)	・適切な応急手当は、傷害の疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛緩和をしたりすることについて理解できる。	○ ○			
8	喫煙と健康	・喫煙、飲酒は生活習慣病などの要因となることを理解し、喫煙や飲酒による健康課題を防止するための正しい行動について考えることができる。	○	行動観察 ワークシート		
9	飲酒と健康	・日本のこれまでの取り組みを分析し、諸外国と比較し、防止策を評価できる。	○ ○	小テスト		
	薬物乱用と健康	・正しい知識の普及、健全な価値観、規範意識などの個人への働きかけ、法的な規制や行政的な対応などの対策が必要であることを理解できる。 ・薬物の乱用は心身の心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはいけないことについて、理解できる。	○ ○			
		🔄振り返り	○			
		🔄後期の目標				
10	精神疾患の特徴	・精神疾患の予防とその回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由を道筋を立てて説明できる。	○ ○ ○			
	精神疾患の予防	・心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取り組みや社会的な対策を整理できる。 ・精神疾患の例をあげ、発病の要因と主な症状、予防策や治療法について例をあげて説明できる。	○ ○ ○ ○			
11	精神疾患からの回復	・専門家への相談や早期治療などを受けやすい環境を整えることが重要である、偏見や差別の対象ではないことについて、理解できる。	○			
12	心肺蘇生法 (救命講習)	・心肺蘇生方法について、胸骨圧迫、気道確保、AEDの使用が必要であること、及び方法や手順について実習を通して理解したことを言ったり、書き出したり、実践できる。	○ ○ ○	行動観察 ワークシート 小テスト		
1	現代の感染症	・現代の感染症とその予防について、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、それらの解決策を考えることができる。	○ ○	行動観察 ワークシート		
	感染症の予防	・感染症の発生や流行には時代や地域によって違いが見られることについて理解できる。また、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための取り組みについて整理できる。	○ ○	小テスト		
	性感染症・エイズとその予防	・感染症のリスクを軽減し予防するために必要なことを理解し言ったり書き出したりしている。	○ ○			
2	健康に関する意志決定・行動選択	・健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由を道筋を立てて説明できる。	○ ○	行動観察 ワークシート		
	健康に関する環境づくり	・ヘルスプロモーションの考え方に基づき、健康を保持増進するためには、適切な環境作りが大切であることを、データや資料に基づき分析し整理できる。 ・適切な意志決定、行動選択、健康の保持増進に必要なことを理解できる。	○ ○ ○	小テスト		
3	自己の現状と発生要因	・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由を道筋を立てて説明できる。	○ ○	行動観察 ワークシート		
	安全な社会形成 (防災訓練)	・様々な事故や災害の事例から、情報を整理し環境の整備に応用できる。	○ ○ ○	小テスト		
	交通における安全 (交通安全教室)	・交通事故を防止するためには、必要なことを整理し理解できる。	○ ○ ○			

🔄最終評価（自己評価／実際評価）

① 知識・理解	② 思考・判断・表現	③ 主体的に学習に取り組む態度