

講 座 名	保健	教 科	保健体育	科 目	保健
開 講 学 年	1 年	履 修 区 分		単 位 数	1
教 科 書	現代高等保健体育(大修館)				
教 材	現代高等保健体育ノート（大修館）				

1 科目の目標・学習内容

- ・健康や安全について興味・関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できる能力を身に付ける。
- ・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すとともに、適切な意志決定及び行動選択ができる能力を身に付ける。
- ・健康や安全についての基礎的な事項を理解し、個人や集団の身近な健康問題を取り上げ、解決方法や知識を身に付ける。

2 学習の到達目標

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
・保健を身近な問題として捉え、正しい知識を持ち、実践する能力を身に付けている。	・学習内容に対して常に疑問を持ち、日常生活に照らし合わせ、自ら考え選択する能力を身に付けている。	・生涯を通じて健康で安全な社会生活を送るため、自ら進んで学習する態度を身に付けている。

3 学習計画（記載例）

月	単元名	特に培 いたい 資質能 力	学習内容	単元の評価規準			評価方法 【評価規準】
				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	
4	1 単元 現代社会と健康	主体性 思考力 判断力		・各内容におい て、個人生活や 集団生活におけ る健康や安全に ついて、課題解 決に役立つ知識 を身に付けてい る。	・各内容にお いて、学習す る課題の設定 や解決の方法 を工夫し、判 断することができる。	・各内容の学 習に主体的に 取り組むこと ができる。 ・意欲的・積 極的に発言し たり、意見交 換することができる。	・活動観察 ・ワークシート ・ノート
5	1 健康の考え方 と成り立ち	情報分 析力	・健康の考え方や成立要 因について ・我が国の健康水準の変 化やその背景について ・生活習慣病の種類と要 因について ・がんの種類や原因につ いて ・がんの主な治療法や緩 和ケアについて ・健康と運動の関係性に ついて				
6	2 健康のとらえ 方						
7	3 生活習慣病の 予防と回復						
8	4 がんの原因と 予防						
9	5 がんの治療と 回復						
10	6 運動と健康						
11	7 食事と健康	主体性 思考力 判断力	・食事と健康の関連性に ついて ・休養と睡眠が心身の疲 労回復について ・喫煙が及ぼす健康・社 会的問題について ・飲酒が及ぼす健康・社	・各内容におい て、個人生活や 集団生活におけ る健康や安全に ついて、課題解 決に役立つ知識 を身に付けてい る。	・各内容にお いて、学習す る課題の設定 や解決の方法 を工夫し、判 断することができる。	・各内容の学 習に主体的に 取り組むこと ができる。 ・意欲的・積 極的に発言し たり、意見交 換することができる。	・活動観察 ・ワークシート ・ノート
12	8 休養・睡眠と 健康	情報分 析力					
1	9 喫煙と健康						
2	10 飲酒と健康						

			会的問題について	る。		換することができる。	
9	期末考査	筆記試験（知識・理解・表現）					
10	11薬物乱用と健康	主体性 思考力	・薬物が及ぼす健康・社会問題について	・各内容において、個人生活や集団生活における健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身に付けている。	・各内容において、学習する課題の設定や解決の方法を工夫し、判断することができる。	・各内容の学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・ワークシート ・ノート
	12精神疾患の特徴	判断力	・精神疾患の発病の要因と主な症状について				
	13精神疾患の予防	情報分析力	・精神疾患の予防する方法について			・意欲的・積極的に発言したり、意見交換することができる。	
11	14精神疾患からの回復		・精神疾患の適切な治療と回復について				
	15現代の感染症		・現在の感染症問題の特徴について				
			・欲求の生じる過程とその種類、欲求不満から生じる適応機制について				
	16感染症の予防	主体性 思考力	・現在問題となっている感染症への対策について	・各内容において、個人生活や集団生活における健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身に付けている。	・各内容において、学習する課題の設定や解決の方法を工夫し、判断することができる。	・各内容の学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・ワークシート ・ノート
12	17性感染症・エイズとその予防	判断力 情報分析力	・エイズ等の性感染症の基礎的な知識とその予防法について			・意欲的・積極的に発言したり、意見交換することができる。	
	18健康に関する意志決定・行動選択		・意志決定・行動選択に影響を与える要因について				
1	19健康に関する環境づくり	主体性 思考力	・社会環境の健康への影響について	・各内容において、個人生活や集団生活における健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身に付けている。	・各内容において、学習する課題の設定や解決の方法を工夫し、判断することができる。	・各内容の学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・ワークシート ・ノート
	2 単元 安全な社会生活	判断力 情報分析力					
	1 事故の現状と発生要因		・事故の実態と被害実態について			・意欲的・積極的に発言したり、意見交換することができる。	
2	2 安全な社会の形成		・安全のために必要な個人の行動について				
	期末考査	筆記試験（知識・理解・表現）					
3	3 交通における安全		・交通事故防止の取り組みと交通環境の整備について	・各内容において、個人生活や集団生活における健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身に付けている。	・各内容において、学習する課題の設定や解決の方法を工夫し、判断することができる。	・各内容の学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・ワークシート ・ノート
	4 応急手当の意義とその基本		・傷病者発見時の観察・確認ポイントについて			・意欲的・積極的に発言したり、意見交換することができる。	
	5 日常的な応急手当		・応急手当の手順や方法について				
	6 心肺蘇生法		・心肺蘇生の方法と手順について				

4 評価基準

- ・評価の観点とは「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点とする。
- ・評価は、定期考査を基本に、日常の学習意欲や態度、保健ノートの記述内容等を上記の3観点に基づき、総合的に評価する。

5 その他

上記の学習内容は、進度によって変更される場合がある。