

教科	科目	学年	単位数	使用教科書	主な使用補助教材
保健体育	保健	1	1	現代高等保健体育（大修館書店）	-

1 科目の目標と評価の観点

目標	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ようにし、生涯を通じて自らの 健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。				
評価の 観点	知識・技能	思考力・判断力・表現力		主体的に学習に取り組む態度	
	各単元、基礎的・基本的な知識が概ね定着し、さらに発展的な内容を習得するとともに、習得した知識を強い知的好奇心や深い探究心を発展させたり、知識を生きた知識として活用し、課題解決を図ったりできるようにする。	広い教養を活用し、思考を深めることで、新たな課題を発見する力、様々な知識を関連させながら、情報を正確に理解し、的確に判断し、目的に応じて活用できる力、自分の考えをまとめ、場面に即して豊かに表現し、他者に伝えることができる力を養う。		目標をよく理解し、自分に必要な努力をすることがで きる力、自分を客観的に認知し、自分と他者の違いを 理解できる力、他者を認めた上で自己開示できる力、 ディベートや意見交換を通してルールやマナーを理解 し、規範意識を持って実践し、他者に示すことができ る力を養う。	

2 学習計画と観点別評価基準

学習内容	学期	学習のねらい	観点別評価基準		
			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
1 単元 1. 健康の考え方と成り立ち	1 学 期 （ 1 2 ）	さまざまな健康の考え方について例をあげて、健康を成り立たせている要因について例をあげて説明できる。	各種の指標や国民の健康課題について、また健康水準及び疾病構造の変化には、社会の状況が関わっていることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	健康に関わる原則や概念を整理，個人及び社会生活と関連付けて，自他や社会の課題を発見している。国民の健康課題を健康水準の向上や疾病構造の変化に基づいて分析し，生活の質の向上に向けた課題解決の方法を整理している。	健康の考え方について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
2. 私たちの健康のすがた		健康水準の変化とその背景について，現在の健康問題について例をあげて説明できる。	健康水準の向上，疾病構造の変化に伴う個人や集団の健康の考え方の変化，主体要因と環境要因が互いに影響し合いながら健康が成り立つことについて理解したことを言ったり書いたりしている。		健康の考え方について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
3. 生活習慣病の予防と回復		生活習慣病の種類と要因，生活習慣病の一次予防，二次予防について例をあげて説明できる。	○がん，高血圧症，糖尿病など生活習慣病リスクを軽減し，予防には健康的な生活を続けることが必要であること，定期的な健康診断の受診が必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 ○がんは様々な種類があり，生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて，また，生活習慣病などの予防と回復には，個人の取組，健康診断や検診の普及，正しい情報の発信など社会的な対策が必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。	○生活習慣病などの予防と回復について，健康に関わる原則や概念を整理したり，個人及び社会生活と関連付けて，自他や社会の課題を発見している。 ○習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し，リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 ○生活習慣病などの予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。	生活習慣病とその予防について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
4. がんの原因と予防		がんの種類や原因について説明できる、一次予防と二次予防について例をあげて説明できる。			
5. がんの治療と回復		がんのおもな治療法や緩和ケアについて説明できる、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説明できる。			
6. 運動と健康		健康と運動の関係を説明できる。目的に応じた運動について例をあげて説明できる。			
7. 食事と健康		食事と健康の関係を説明できる、健康的な食事のとり方について説明できる。			
8. 休養・睡眠と健康		健康と休養と睡眠の関係、適切な休養、適切な睡眠のとり方について説明できる。			
定期考査	1				
9. 喫煙と健康	2 学 期 （ 1 2 ）	喫煙者やその周囲の人に起こる害や、喫煙対策について個人と社会に分けて例をあげて説明できる。	○喫煙や飲酒は健康を損ねること，喫煙や飲酒による健康課題を防止には，正しい知識の普及，健全な価値観育成，社会環境への適切な対策が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ○薬物の乱用は健康，社会の安全に対して深刻な影響を及ぼすこと，絶対にしないことについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○喫煙，飲酒，薬物乱用の防止について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。 ○我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり，諸外国と比較したりして，防止策を評価している。 ○自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。	喫煙，飲酒，薬物乱用について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
10. 飲酒と健康		飲酒による健康への短期的長期的影響を説明できる。また、個人や社会環境への対策について例をあげて説明できる。			
11. 薬物乱用と健康		薬物乱用による健康や社会に及ぼす影響を説明できる。薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策例をあげることができる。			

学習内容	学期	学習のねらい	観点別評価基準		
			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
12. 精神疾患の特徴		精神疾患の例，発病の要因と症状について説明できる。現代社会の精神保健の課題をあげることができる。	○精神疾患は心理、生物、社会的機能障害などが原因で精神活動が不全状態であること、また、うつ病，摂食障害などは誰もが罹患しうることを理解している。	○精神疾患の予防と回復について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。	精神疾患の予防とその回復について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
13. 精神疾患の予防		精神疾患を予防する方法を説明できる。早期発見に必要なことを説明できる。	○適切な対処で回復と生活の質の向上が可能、調和のとれた生活を実践，早期に心身の不調に気付くこと，ストレスを緩和する等が重要であることを理解している。	○習得した知識を基に，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組や社会的な対策を整理している。	
14. 精神疾患からの回復		精神疾患の治療について例をあげて説明できる。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説明できる。	○専門家への相談や早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○精神疾患の予防と回復について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。	
15. 現代の感染症		感染症とは何かを説明できる。新興感染症と再興感染症が流行する要因を説明できる。	○感染症は時代や地域、自然環境や社会環境により発生や流行に違いが見られること，新たな病原体の出現，社会の意識の変化等によって新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○現代の感染症とその予防について，健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。	現代の感染症とその予防について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
16. 感染症の予防		予防対策について3原則から例をあげる、また、個人と社会の対策について例をあげて説明できる。	○感染症のリスクを軽減し予防するには社会的な対策とともに個人の取組が必要であること，エイズ及び性感染症もその原因や予防のための行動選択や社会の対策が重要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて，事例を通して整理し，感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している。	
17. 性感染症・エイズとその予防		性感染症・エイズが他の感染症と異なる点、その対策について個人と社会に分けて例をあげることができる。		○現代の感染症とその予防について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。	
18. 健康に関する意思決定・行動選択		意思決定・行動選択に影響の要因について、また健康に関する適切な意思決定・行動選択の工夫について例をあげて説明できる。	○健康を保持増進にはヘルスプロモーションの考え方に基づき適切な意思決定や行動選択により自らの健康を適切に管理することが重要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○健康に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。	健康の考え方について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
19. 健康に関する環境づくり		社会環境の健康への影響、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説明できる。	○また、個人の知識，価値観，心理状態，人間関係を含む社会環境が関連していること、健康を保持増進するための環境には，自然環境，及び政策や制度，地域活動などの様々な社会環境があることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。	○健康課題について，健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し，生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。	
定期考査	1				
2 単元 1．事故の現状と発生要因	3 学期（8）	事故の実態と被害の実態, 事故発生は人的要因と環境要因が関連していることについて例をあげて説明できる。	事故は，地域，職場，家庭，学校など様々な場面において発生していること，事故の発生には，人的要因，環境要因などが関連していることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。	○安全な社会づくりについて，安全に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。	安全な社会づくりについて，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
2．安全な社会の形成		安全のために必要な個人の行動, 安全を確保するために必要な環境整備について例をあげて説明できる。	安全な社会の形成には，交通安全，防災，防犯などを取り上げて，法的な環境の整備，環境や状況に応じた適切な行動，地域の連携などが必要であることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。	○また、様々な事故や災害の事例から，安全に関する情報を整理し，環境の整備に応用している。	
3．交通における安全		交通事故防止における個人の取り組み, 交通環境整備について，交通事故における責任を3つに分けて説明できる。	交通事故防止には自他の生命を尊重するとともに心身の状態や環境，車両特性などを把握する，交通環境の整備が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○交通安全について，習得した知識を基に，事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している。	

学習内容	学期	学習のねらい	観点別評価基準		
			知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
4. 応急手当の意義とその基本		応急手当の意義について説明できる。傷病者を発見時に確認・観察するポイントをあげることができる。	傷害や疾病の悪化を防ぎ苦痛を緩和する，不慮の事故災害に対応する社会には，適切な連絡・通報や運搬，救急体制を適切に利用することが必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。	○応急手当について，安全に関わる原則や概念を基に整理したり，個人及び社会生活と関連付けたりして，自他や社会の課題を発見している。 ○応急手当について，習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて，悪化防止のための適切な方法に応用している。 ○応急手当について，自他や社会の課題の解決方法と，それを選択した理由などを話し合ったり，ノートなどに記述したりして，筋道を立てて説明している。	応急手当について，課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。
5. 日常的な応急手当		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説明できる。実際に，日常的なけがや熱中症の応急手当ができる。	日常生活で起こる傷害や，熱中症などの疾病の際には，それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを，実習を通して理解し，応急手当ができるようにする。		
6. 心肺蘇生法		心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。実際に行うことができる。	心肺停止状態は速やかな気道確保，人工呼吸，胸骨圧迫，AEDの使用などが必要であることを，実習を通して理解したことを言ったり書いたりしている。		
定期考査	1				