

1 この科目の構成について (改行は Alt + Enter)

教科	保健体育	科目	保健		単位	1	単位
対象コース	全	コース	対象クラス	1 年	1～6 組		
使用教科書	現代保健体育 (大修館書店)						
使用副教材	なし						

2 この科目の目標・学習内容・学習方法について (改行は Alt + Enter)

学習目標：この科目を学習して何を身につけてほしいのか

1. 心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ能力や資質を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を身につけます。

2. 私たちが暮らす現代社会は昔と比べるととても豊かになりましたが、生活習慣病や薬物、ストレスなどの健康にかかかっている問題は少なくありません。時代の流れの中で健康自体の捉え方や個人や社会に求められることも変化しています。現代の健康問題や新しい時代の健康の考え方などについて学習します。

学習内容：この科目で学習する大まかな内容

1. 我が国の疾病構造や社会の変化に対応し、健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かして健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択および健康的な社会環境づくりを行うことが重要であることを理解できるようにします。

2. 思春期から高齢社会までの生涯の各段階における健康課題への対応と保健・医療制度や地域の保健・医療機関の適切な活用および環境と食品の保健、労働と健康など社会生活との関わりを含めた総合的な理解を深めることができますようにします。

学習方法：この科目を学校と家庭でどのように学習すればよいのか

(1) 学校

図書室などを利用して、実際に起きている問題を授業の内容と照らし合わせ、より深い興味・関心を持つようにしてください。

(2) 家庭

情報機関(新聞など)を利用して、実際に起きている問題を授業内容と照らし合わせ、より深い興味、関心を持つようにしてください。

3 この科目の評価方法について (改行は Alt + Enter)

評価方法：何を使って評価するのか

- 行動観察・・・毎時間、学習環境を整えて、自主的に授業参加(発言、板書など)しているか確認します。
- ノート確認・・・定期的にノート確認をし、各自の学習意欲を確認します。レポートの提出もあります。
- 定期考査・・・期末ごとに考査を実施し、習熟度を確認します。

評価における定期考査の割合

70 %

4 この科目の評価の観点について (改行は Alt + Enter)

評価の観点：この科目の学習内容はどのような基準で評価されるのか

(1) 関心・意欲・態度

現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとしているか、授業態度(①ノートにまとめる ②他の意見をよく聞く ③発言をする)の観察をします。

(2) 思考・判断

現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について課題の解決を目指して総合的に考え、判断しているか、ノートやレポートを提出してチェックします。

(3) 技能・表現

興味あるテーマを思考ツールを活用してレポートにまとめ、さらに集団でのブレインストーミングやロールプレイング、ディスカッションを通して自分の意見をまとめます。プレゼンテーションで発表できるようにします。

(4) 知識・理解

現代社会と健康、生涯を通じる健康、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ようとしていて、定期考査、単元ごとの確認テスト、提出物で総合判断します。

5 この科目の学習計画について (改行は Alt + Enter)

年間学習計画：この科目でいつ・何を・どのように学ぶのか				重視する評価の観点				CHECK	
学期	月	学習の項目	学習の内容	関	思	技	知	○△×	
1	4	・オリエンテーション	・ガイダンス 道徳教育を実施						
		1 単元 現代社会と健康 ・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた	・健康の考え方が変化していることを学習します。また、健康の考え方やその保持増進の方法は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていることを学習します。 ・生活習慣病を予防するためには、健康に関する個人の適切な意志決定・行動選択が重要になっていることを学習します。	○	○	○	○		
		・健康に関する意思決定と行動選択と環境づくり	・家族や周囲の人たちからの影響や社会的な要因が健康観に影響していることに気付き、健康にとって望ましい行動をとるために必要なことについて考え、意志決定や行動選択には心身の状態や周囲からの圧力などが影響していることを学習します。	○	○	○	○		
		・生活習慣病とその予防	・ヘルスプロモーションの考え方に基づいた様々な保健活動や対策が、我が国や世界で行われていることを学習します。 ・健康を保持増進するためには、健康的な生活習慣病が必要であることを理解し、その際、日常の生活行動と深い関係にある生活習慣病の予防を適宜取りあげ、健康に関する適切な意志決定・行動選択が重要であることを学習します。	○	○	○	○		
		・食事と健康・運動と休養と健康	・健康にとっての食事の意味について学習します。また、不適切な食事がさまざまな健康問題につながっていくことを理解し、食事の取り方のポイントを学習します。 ・運動が健康に及ぼす影響と健康により運動のおこないについて学習します。 ・適度な運動が健康をつくること、休養が疲労回復し、活力をよみがえさせることについて重要であることを学習します。	○	○	○	○		
		・喫煙と健康	・喫煙による健康への影響について、疾病との関連、周囲の人々や胎児への影響、社会に及ぼす影響があることを学習します。また、好奇心、自分自身を大切にす気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響などが喫煙の開始や継続の要因となることを学習します。	○	○	○	○		
	5	6	体育編 ・人間にとって「動く」とは何か ・スポーツの始まりと変遷 ・スポーツ文化の楽しみ方	・運動は人間にとってどのような意味をもっているのか学習します。スポーツの歴史や、文化的特徴について学習します。					
			第2回考査	ノート確認					
			・飲酒と健康と健康	・飲酒による健康への影響について、疾病との関連と社会に及ぼす影響があることを学習します。	○	○	○	○	
			・薬物乱用と健康	・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ます。	○	○	○	○	
			・感染症とその予防 ・性感染症 ・エイズとその予防	・エイズ、結核、腸管出血性大腸菌感染症や薬剤耐性菌問題など、近年、感染症の新たな問題が起こっていること、及びその予防には、社会的な対策と共に個人の適切な行動が必要であることを学習します。	○	○	○	○	
			・欲求と適応機制	・人間には低次から高次な欲求が存在し、それらは発達した大脳新皮質の働きによってコントロール可能であることを学習します。	○	○	○	○	
2	8								
	9								



