

学科名	学年	教科	科目	単位数	教科書	主体的に学習に取り組む態度	思考・判断・表現	知識・技能
普通科	1学年	保健体育	保健	1				
個人および社会における健康・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。								
月・考査等	単元名	指導内容	評価規準		評価方法	補助教材	指導上の改善点など	
			知識・技能【知】	思考・判断・表現【思】	主体的に学習に取り組む態度【態】			
4	【現代社会と健康】 健康の成り立ち 私たちの健康のすがた	・健康の考え方がどのように変化してきたのか理解する。 ・健康の成り立ちには様々な要因が関わっていることを理解する。	・我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康水準及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む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。	・国民の健康課題について、我が国の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整理している。 ・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。	・健康の考え方について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。			
5	生活習慣病とその予防 がんの予防と回復	・生活習慣病のリスクを軽減し予防するために必要な個人の取り組みについて理解する。 ・生活習慣病の予防や回復のために必要な社会の取り組みについて理解する。	・がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適宜取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診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。 ・がんは、肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、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、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は、個人の取組とともに、健康診断やがん検診の普及、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	・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たりして、自他や社会の課題を発見している。 ・生活習慣病などの予防と回復について、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。	・生活習慣病などの予防と回復について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
中間考査								
6	運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康	・身体活動・運動と健康の関係について理解する。 ・身体活動・運動の継続的な実践に必要な個人と社会の取り組みについて理解する。 ・食事と健康の関係について理解する。 ・健康的な食生活の実践に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。 ・休養・睡眠と健康の関係について理解する。 ・適切な休養・睡眠の確保に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	・がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適宜取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診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。 ・がんは、肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、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、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は、個人の取組とともに、健康診断やがん検診の普及、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	・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たりして、自他や社会の課題を発見している。 ・生活習慣病などの予防と回復について、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。	・生活習慣病などの予防と回復について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
期末考査								
7	喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康	・喫煙による健康への影響について理解する。 ・喫煙による健康被害の防止に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。 ・飲酒による健康への影響について理解する。 ・飲酒による健康被害の防止に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。 ・薬物乱用による健康および社会への影響について理解する。 ・薬物乱用の防止に必要な個人および社会環境への対策について理解する。	・喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねること、喫煙や飲酒による健康被害の防止には、正しい知識の普及、健全な環境の確保などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた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。 ・コカイン、MDMAなどの薬物、覚醒剤、大麻、など、薬物の乱用は、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、決して行ってはならないことについて、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。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、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。	・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。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
課題7								
9	精神疾患の特徴 精神疾患の予防 精神疾患の回復	・代表的な精神疾患の特徴や症状について理解する。 ・精神疾患の発症、回復のポイントを理解する。 ・精神疾患の予防や早期発見、治療や支援など適切な対応について理解する。 ・心の健康社会の実現を目指した取り組みの重要性について理解する。	・精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物学的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、行動などの不調を伴う。精神疾患の発症や回復には、適切な対応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。 ・うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などは、誰もが罹患すること、若年や発症する疾患が多いこと、適切な対応により回復し生活の質の向上が可能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は、身体と健康と調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクゼーションの方法でストレスを緩和することなど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、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。 ・精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を促し、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。 ・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。	・精神疾患の予防と回復について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
10	現代の感染症 感染症の予防 性感染症・エイズとその予防	・感染症の発生や流行には自然や社会の環境が影響することについて理解する。 ・新興感染症や再興感染症の発生や流行の現状とその理由について理解する。 ・性感染症・エイズの現状と今後の課題について理解する。 ・性感染症・エイズの予防に必要な個人および社会の取り組みについて理解する。	・感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られること、交通網の発達により短時間で広がりやすくなっていること、新たな病原体の出現、膵管出血性大腸菌(O157等)感染症、結核などの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。 ・感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取組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。 ・エイズ及び性感染症についても、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策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おける事象や情報などについて、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、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。	・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。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
中間考査								
11	健康に関する意思決定・行動選択 健康に関する環境づくり	・健康を保持・増進するには適切な意思決定・行動選択が必要であることを理解する。 ・意思決定・行動選択は様々な要因により影響を受けることを理解する。	・適切な意思決定や行動選択には、個人の知識、価値観、心理状態など、健康を促進するものも含む社会環境が関係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。	・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。	・健康の考え方について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
期末考査								
12	事故の現状と発生要因 安全な社会の形成 交通安全における安全	・様々な場面で起こる事故とその被害の実態について理解する。 ・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を理解する。 ・交通安全防止には個人の取り組みと交通環境の整備が必要であることを理解する。 ・交通安全には補償などの責任が生じることについて理解する。 ・安全な社会をつくるために必要な個人の取り組みを理解する。	・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、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因が関係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。 ・交通安全を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、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。 ・事故を防止したり事故の発生に伴う被害等を軽減したりすることを旨とす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、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携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。	・安全な社会づくりについて、安全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、様々な事故や災害の事例から、安全に関わる原則や概念を整理し、環境の整備に活用している。 ・交通安全防止について、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。 ・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。	・安全な社会づくりについて、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
1	応急手当の意義とその基本	・応急手当の意義と、その手順や方法を身につける必要性について理解する。 ・救急医療体制の仕組みと社会的整備の必要性、適切な利用方法について理解する。	・適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防ぐために、傷害者の生命を維持したりすることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには、一人一人が適切な知識・技能や意識も含む応急手当の手順や方法を身につけるとともに、自ら進んで行う態度が必要であること、さらに、社会の救急体制の整備を進めること、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活用している。 ・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活動に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		
2	日常的な応急手当	・日常生活で起こるけがの基本的な応急手当の方法を理解し、できるようにする。 ・熱中症の予防および基本的な応急手当の方法を理解し、できるようにする。	・日常生活で起こるけがや、熱中症などの疾病の発生には、それに応じた適切な処置・応急手当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。					
学年末考査								
3	心肺蘇生法	・心肺蘇生法の意義や方法、手順について理解する。 ・心肺蘇生法ができるようになる。【実技】	・心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、適切な処置・応急手当の迅速な実施が重要であること、人工呼吸器、胸骨圧迫(AED)の適切な使用や手順が必要であること、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いたりし、AEDなどを用いて心肺蘇生法ができる。	・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活用している。	・応急手当について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。	行動観察 制作物確認 ノート確認 レポート確認		

