

|      |                                                                     |     |     |        |                         |
|------|---------------------------------------------------------------------|-----|-----|--------|-------------------------|
| 教科名  | 保健2                                                                 |     |     | 使用教科書  | 現代高等保健体育（701） [ 大修館書店 ] |
| 履修区分 | 必修                                                                  | 単位数 | 1単位 | 主な評価方法 | レポート・単位認定試験             |
| 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。 |     |     |        |                         |

| レポート<br>No | 教科書    | レッスン                                                                               | 評価の3観点                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                |                                              |
|------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|            |        |                                                                                    | 知識・技能 A                                                                                                                                                                                                      | 思考・判断・表現 B                                                                                                                                     | 主体的に学習に取り組む態度 C                              |
| No.1       | P76～98 | ライフステージと健康<br>思春期と健康<br>性意識と性行動の選択<br>妊娠・出産と健康<br>避妊法と人工妊娠中絶<br>結婚生活と健康<br>中高年期と健康 | ・ライフステージと健康の関連について説明できる。<br>・思春期における体の変化を、女性と男性に分けて説明できる。<br>・性意識の男女差について例をあげて説明できる。<br>・妊娠・出産の過程における健康課題について説明できる。<br>・家族計画の意義と適切な避妊法について説明できる。<br>・心身の発達と結婚生活の関係について説明できる。<br>・加齢にともなう心身の変化について例をあげて説明できる。 | ・生涯の各段階における健康について、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。<br>・思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関わる情報を適切に整理している。 | 生涯の各段階における健康について、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。 |
|            |        | 働くことと健康<br>労働災害と健康<br>健康的な職業生活                                                     | ・働くことの意義と健康とのかかわりについて説明できる。<br>・労働災害の種類とその原因について例をあげて説明できる。<br>・職場がおこなう健康に関する取り組みについて例をあげて説明できる。                                                                                                             | ・労働と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理し、自他や社会の課題を発見している。<br>・働く人の健康の保持増進について、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に応用している。                                           | 労働と健康について、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。        |
|            |        | 大気汚染と健康<br>水質汚濁、土壌汚染と健康<br>環境と健康にかかわるごみの処理と上下水道の整備                                 | ・大気汚染の原因と健康への影響について例をあげて説明できる。<br>・水質汚濁、土壌汚染の原因とその健康影響を説明できる。<br>・環境汚染による健康被害を防ぐ方法について説明できる。<br>・ごみの処理の現状やその課題について説明できる。                                                                                     | ・環境と健康について、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。                                                                              | 環境と健康について、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。        |
|            |        | 食品の安全性                                                                             | ・食品の安全性と健康との                                                                                                                                                                                                 | ・食品と健康について、健                                                                                                                                   | 食品と健康について、課題                                 |

|       |          |                                              |                                                                                            |                                                                                                                                              |                                              |
|-------|----------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| N o.2 | P100~115 | 食品衛生にかかわる活動                                  | <p>かわりについて説明できる。・食品の安全性を確保するための行政や製造者の役割について説明できる。</p>                                     | <p>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。</p> <p>・食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている。</p> | <p>の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。</p>             |
| N o.3 | P116~129 | 大気汚染と健康<br>水質汚濁、土壌汚染と環境と健康にかかわるごみの処理と上下水道の整備 | <p>・大気汚染の原因と健康への影響について例をあげて説明できる。・水質汚濁、土壌汚染の原因とその健康影響を説明できる。・ごみの処理の現状やその課題について説明できる。</p>   | <p>・環境と健康について、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。</p>                                                                     | <p>環境と健康について、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。</p> |
|       |          | 食品の安全性<br>食品衛生にかかわる活動                        | <p>・食品の安全性と健康とのかかわりについて説明できる。・食品の安全性を確保するための役割について説明できる。・食品の安全性を確保するための個人の役割について説明できる。</p> | <p>・食品と健康について、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</p>                                                                                | <p>食品と健康について、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。</p> |

|      |                                                                     |     |     |        |                         |
|------|---------------------------------------------------------------------|-----|-----|--------|-------------------------|
| 教科名  | 保健 1                                                                |     |     | 使用教科書  | 現代高等保健体育（701） [ 大修館書店 ] |
| 履修区分 | 必修                                                                  | 単位数 | 1単位 | 主な評価方法 | レポート・単位認定試験             |
| 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。 |     |     |        |                         |

| レポート<br>No | 教科書    | レッスン                            | 評価の3観点                                                   |                                                                           |                                              |
|------------|--------|---------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|            |        |                                 | 知識・技能 A                                                  | 思考・判断・表現 B                                                                | 主体的に学習に取り組む態度 C                              |
| No.1       | P6～35  | 健康の考え方と成り立ち                     | ・さまざまな健康の考え方について例をあげて説明できる。                              | ・健康の考え方について、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。        | 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。       |
|            |        | 私たちの健康のすがた                      | ・わが国の健康水準の変化とその背景について説明できる。                              |                                                                           |                                              |
|            |        | 生活習慣病の予防と回復                     | ・生活習慣病の種類と要因について説明できる。                                   | ・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基に整理して、自他や社会の課題を発見している。                    | 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。   |
|            |        | がんの原因と予防<br>がんの治療と回復            | ・がんの種類やその予防や治療方法について例をあげて説明できる。                          | ・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を分析し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。    |                                              |
|            |        | 運動と健康<br>食事と健康<br>休養・睡眠と健康      | ・健康と運動、食事の関係について説明できる。<br>・健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について説明できる。 |                                                                           |                                              |
|            |        | 喫煙と健康                           | ・喫煙者やその周囲の人に起こる害について説明できる。                               | ・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。 | 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。   |
|            |        | 飲酒と健康                           | ・飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。                             |                                                                           |                                              |
| No.2       | P36～56 | 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説明できる。                           |                                                                           |                                              |
|            |        | 精神疾患の特徴<br>精神疾患の予防<br>精神疾患からの回復 | ・精神疾患の例をあげ、発病の要因、予防、回復とものな症状について説明できる。                   | ・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。 |
|            |        | 現代の感染症                          | ・感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて説明できる。                         | ・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。  |
|            |        | 感染症の予防                          | ・感染症の予防対策について3原則から例をあげて説明できる。                            |                                                                           |                                              |
|            |        | 性感染症・エイズとその予防                   | ・性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について説明できる。                          |                                                                           |                                              |
|            |        | 健康に関する意思決定・行動選択                 | ・意思決定・行動選択に影響を与える要因について説明できる。                            | ・健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理し、自他や社会の                                      | 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。       |

|  |  |             |                             |            |    |
|--|--|-------------|-----------------------------|------------|----|
|  |  | 健康に関する環境づくり | ・社会環境の健康への影響について例をあげて説明できる。 | 課題を発見している。 | る。 |
|--|--|-------------|-----------------------------|------------|----|

|       |        |              |                                                                                                                             |                                                                                                                           |                                          |
|-------|--------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| N o.3 | P60~74 | 事故の現状と発生要因   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・事故の実態と被害の実態について説明できる。</li> <li>・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について例をあげて説明できる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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ことについて、自他や社会の課題を発見している。</li> </ul> | 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。 |
|       |        | 安全な社会の形成     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全のために必要な個人の行動について例をあげて説明できる。</li> </ul>                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用している。</li> </ul>                  |                                          |
|       |        | 交通における安全     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について例をあげて説明できる。</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>                |                                          |
|       |        | 応急手当の意義とその基本 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・応急手当の意義について説明できる。</li> <li>・傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントをあげることができる。</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>        | 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。     |
|       |        | 日常的な応急手当     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・実際に、日常的なけがや熱中症の応急手当ができる。</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> </ul>          |                                          |
|       |        | 心肺蘇生法        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。</li> <li>・実際に、心肺蘇生法をおこなうことができる。</li> </ul>                    |                                                                                                                           |                                          |

|      |                                                                                                                                                       |     |     |        |                         |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|--------|-------------------------|
| 教科名  | 体育3                                                                                                                                                   |     |     | 使用教科書  | 現代高等保健体育（701） [ 大修館書店 ] |
| 履修区分 | 必修                                                                                                                                                    | 単位数 | 2単位 | 主な評価方法 | レポート・スクーリング（実技を含む）      |
| 目標   | 運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。 |     |     |        |                         |

| レポート<br>No | 教科書      | レッスン            | 評価の3観点                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                          |
|------------|----------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
|            |          |                 | 知識・技能 A                                                                                                                                   | 思考・判断・表現 B                                                                                                                                                                           | 主体的に学習に取り組む態度 C                          |
| No.1       | P182～185 | 生涯スポーツの見方・考え方   | ・各ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方は、個人のスポーツ経験や学習によって育まれたスポーツに対する欲求や考え方、健康や体力を求める必要性や個人の健康目標などによっても変化するもの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。                | ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見すること。<br>・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。 | 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。 |
|            |          | ライフスタイルに応じたスポーツ | ・生涯にわたって「する、みる、支える、知る」などのスポーツを多様に継続するためには、ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方を見付けることに加え、それぞれのライフスタイルに応じた無理のないスポーツへの関わり方が大切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。 |                                                                                                                                                                                      |                                          |
|            |          | スポーツを推進する取り組み   | ・国や地方自治体は、スポーツの推進のために様々な施策を行っており、人や財源、施設や用具、情報などを人々に提供することや企業や競技者の社会貢献、スポーツボランティアなどが見られるようになっていくことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。               |                                                                                                                                                                                      |                                          |

|       |          |               |                                                                                                                                                     |  |
|-------|----------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| N o.2 | P186~195 | 豊かなスポーツライフの創造 | ・スポーツを，人生に潤いをもたらす貴重な文化的財産として未来に継承するためには，スポーツには健康で生き生きとした生活をもたらしたり，様々な人々とつながったりするなどの可能性がある反面，勝利を優先する余り人間関係を悪化させるなどの問題点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。 |  |
|-------|----------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|      |                                                                                                                                                       |     |       |                         |                    |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------------------------|--------------------|
| 教科名  | 体育2                                                                                                                                                   |     | 使用教科書 | 現代高等保健体育（701） [ 大修館書店 ] |                    |
| 履修区分 | 必修                                                                                                                                                    | 単位数 | 2単位   | 主な評価方法                  | レポート・スクーリング（実技を含む） |
| 目標   | 運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。 |     |       |                         |                    |

| レポート<br>No | 教科書      | レッスン          | 評価の3観点                                                                                                                                      |                                                                                                 |                                           |
|------------|----------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
|            |          |               | 知識・技能 A                                                                                                                                     | 思考・判断・表現 B                                                                                      | 主体的に学習に取り組む態度 C                           |
| No.1       | P158～163 | スポーツにおける技能と体力 | ・技能と体力の関係について説明できる。<br>・技能や体力を高めるときに気をつけるべき点をあげることができる。                                                                                     | ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見すること。                                   | 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。 |
|            |          | スポーツにおける技術と戦術 | ・個々の運動やスポーツを特徴付けている技術は、練習を通して身に付けられた合理的な動き方としての技能という状態で発揮されること、技能には、クローズドスキル型とオープンスキル型の技能があり、その型の違いによって学習の仕方が異なることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 | ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について、習得した知識を基に、環境の異なる場所や変化を想定して、危険を予測し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。 |                                           |
| No.2       | P164～173 | 技能の上達過程と練習    | ・運動やスポーツの技能の上達過程を試行錯誤の段階、意図的な調整の段階及び自動化の段階の三つに分ける考え方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。                                                          |                                                                                                 |                                           |
|            |          | 効果的な動きのメカニズム  | ・運動やスポーツの技能は、体力と相互に関連しており、技能は、身長や体重などの体格や巧みさなどの体力との関連で発揮されることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。                                                      |                                                                                                 |                                           |
|            |          | 体力トレーニング      | ・個々の技能に関連した体力を高めることが必要になることや、期待される成果に応じた技能や体力の高め方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。                                                             |                                                                                                 |                                           |

|  |  |                    |                                                                                              |  |  |
|--|--|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  | 運動やスポーツでの安全<br>の確保 | ・ けがや事故の防止のための<br>対策，発生時の処置などの<br>各場面での適切な対応方<br>法を想定しておくことにつ<br>いて，理解したことを言っ<br>たり書いたりしている。 |  |  |
|--|--|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|      |                                                                                                                                                       |     |      |        |                         |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|--------|-------------------------|
| 教科名  | 体育 1                                                                                                                                                  |     |      | 使用教科書  | 現代高等保健体育（701） [ 大修館書店 ] |
| 履修区分 | 必修                                                                                                                                                    | 単位数 | 3 単位 | 主な評価方法 | レポート・スクーリング（実技を含む）      |
| 目標   | 運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。 |     |      |        |                         |

| レポート<br>No | 教科書      | レッスン                  | 評価の3観点                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |
|------------|----------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
|            |          |                       | 知識・技能 A                                                                                                                                         | 思考・判断・表現 B                                                                                                                                                                                                                                                                    | 主体的に学習に<br>取り組む態度 C                                      |
| No.1       | P136～143 | スポーツの始まりと変遷           | ・スポーツの理念が時代に<br>応じて多様に変容してきて<br>いることについて、理解し<br>たことを言ったり書いたり<br>している。                                                                           | ・スポーツの歴史的発展と<br>多様な変化や現代のスポー<br>ツの意義や価値について、<br>事実や理念を整理したり、<br>自己のスポーツへの関わり<br>を見いだしたりして、自己<br>や社会にスポーツがもたら<br>す影響について課題を発見<br>している。<br>・スポーツの経済的効果と<br>高潔さやスポーツが環境や<br>社会へもたらす影響につい<br>て、習得した知識を基に、<br>持続可能なスポーツの発展<br>のための課題の解決に向け<br>て、自己の提案を言葉や文<br>章などを通して他者に伝え<br>ている。 | スポーツの文化的特性や現<br>代スポーツの発展について<br>の学習に、主体的に取り組<br>もうとしている。 |
|            |          | 文化としてのスポーツ            | ・近年では、日本の文化の<br>発信に貢献していることに<br>ついて、理解したことを<br>言ったり書いたりしてい<br>る。。                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |
| No.2       | P144～149 | オリンピックとパラリン<br>ピックの意義 | ・スポーツは、国際親善や<br>世界平和に大きな役割を果<br>たしていることについて、<br>理解したことを言ったり書<br>いたりしている。                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |
|            |          | スポーツが経済に及ぼす<br>効果     | ・スポーツイベント等によ<br>る波及的な経済的効果があ<br>り、経済活動に大きな影響<br>を及ぼしていることについ<br>て、理解したことを言ったり<br>書いたりしている。                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |
| No.3       | P150～156 | スポーツの高潔さとドー<br>ピング    | ・ドーピングはスポーツの<br>文化的価値を失わせる行為<br>であることについて、理解<br>したことを言ったり書いたり<br>している。<br>・スポーツの価値を一層高<br>める関わり方が求められて<br>いることについて、理解し<br>たことを言ったり書いたり<br>している。 |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |

|  |  |         |                                                                                                                                  |  |
|--|--|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | スポーツと環境 | <ul style="list-style-type: none"><li>・スポーツに関わる人々の増加は、例えば、地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようにな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。</li></ul> |  |
|--|--|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|