

令和8年度 保健体育科 年間指導計画及び年間評価計画(2学年) 保健分野

単元・教材 学習内容	観点評価規準		
	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>健康な生活と疾病の予防②</p> <p>1 生活習慣病とその予防</p> <p>2 がんとその予防</p> <p>3 喫煙と健康</p> <p>4 飲酒と健康</p> <p>5 薬物乱用と健康</p> <p>6 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ</p>	<p>健康な生活と疾病の予防について理解している。</p> <p>・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解している。</p> <p>・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身にさまざまな影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを理解している。</p>	<p>健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</p>	<p>健康な生活と疾病の予防についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>
<p>障害の防止</p> <p>1 傷害の原因と防止</p> <p>2 交通事故の現状と原因</p> <p>3 交通事故の防止</p> <p>4 犯罪被害の防止</p> <p>5 自然災害に備えて</p> <p>6 応急手当の意義と基本</p>	<p>傷害の防止について理解しているとともに、応急手当についての技能を身に付けている。</p> <p>・交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生することを理解している。</p> <p>・交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できることを理解している。</p> <p>・自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できることを理解している。</p> <p>・応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができることを理解しているとともに、心肺蘇生法などの技能を身に付けている。</p>	<p>傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考えているとともに、それらを表現している。</p>	<p>傷害の防止についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>
<p>スポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方</p> <p>1 スポーツが心身と社会性に及ぼす効果</p> <p>2 スポーツの学び方</p> <p>3 スポーツの安全な行い方</p>	<p>運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解している。</p> <p>・運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果及びルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できることを理解している。</p> <p>・運動やスポーツには、特有の技術があり、その学び方には、運動の課題を合理的に解決するための一定の方法があることを理解している。</p> <p>・運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を選ぶなど、健康・安全に留意する必要があることを理解している。</p>	<p>運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断しているとともに、他者に伝えている。</p>	<p>動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に積極的に取り組もうとしている。</p>