

教科	保健体育	学年	第1学年
----	------	----	------

単元名	時数	単元の到達目標(小単元のねらい)	単元のまとまりの評価規準		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
保健編1章 健康な生活と疾病の予防①	5	・健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できる。	・健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康について、理解している。	・健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し、健康の保持増進のための原則や概念を明らかにするため科学的に思考・判断して、それらを他者に伝えたり、表したりしている。	・健康の成り立ちと疾病の発生要因および生活習慣と健康について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。
心身の機能の発達と心の健康	11	・心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できるようにするとともに、ストレスへの対処の仕方を身につけることができる。	・身体機能の発達、生殖に関わる機能の成熟、精神機能の発達と自己形成および欲求やストレスへの対処と心の健康について理解し、ストレスへの対処の仕方を身につけている。	・心身の機能の発達と心の健康に関わる事象や情報を基に課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどに関連づけて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを他者に伝えたり、表したりしている。	・心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、自他の健康の保持増進や回復についての学習に粘り強く取り組もうとしている。
運動やスポーツの多様性	4	・運動やスポーツの多様性について、課題を発見し、その解決を目指した学習に主体的に取り組み、理解できる。	・運動やスポーツは人々の多様な必要性や独自の楽しさによって支えられ発展してきたこと、運動やスポーツには、する、みる、支える及び知るなどの多様な関わり方があること、体を動かす楽しさ、運動やスポーツの特性や魅力に応じた楽しさ、人々と協働する楽しさなどを味わう多様な楽しみ方があることを理解している。	・運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考・判断するとともに、それらを他者に伝えたり、表したりしている。	・運動やスポーツが多様であることについて関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。 ・過去大会で活躍した日本人選手の生き方や考え方をすることで理想の実現に向けて自分の人生について考えていくことを理解している。