

# 保健体育科 観点別評価規準

## 体育編2章 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方（3時間）

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
や① 社運 会動 性や にス おポ よー ぼツ すが 効心 果身	運動やスポーツは、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およ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。	運動やスポーツが心身や社会性におよぼす効果について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。	運動やスポーツが心身や社会性におよぼす効果についての学習に積極的に取り組もうとしている。
方ポ②  運 ツ動 のや 学ス び	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。	運動やスポーツの学び方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。	運動やスポーツの学び方についての学習に積極的に取り組もうとしている。
③ 安全 な運 動や スポ ーツ の行 い方	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。	安全な運動やスポーツの行い方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。	安全な運動やスポーツの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。

保健編 3章 健康な生活と病気の予防（6時間）

体育編 第1

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
の① 予生 防活 習 慣 病	生活習慣病は、日常の生活習慣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、喫煙や過度の飲酒をしない、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることによって予防できることを理解している。	生活習慣病とその予防について、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。	生活習慣病とその予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。
防② が ん の 予	がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する病気であり、その要因には様々なものがあること、がんの予防には、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを理解している。	がんとその予防について、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。	がんとその予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。
③ 喫 煙 と 健 康	たばこの煙の中の有害物質により、喫煙すると毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下など様々な急性影響が現れること、また、常習的な喫煙により、がんや心臓病など様々な病気を起こしやすくなることを理解している。また、未成年者の喫煙は、体に大きな影響を及ぼし、依存症になりやすいことを理解している。	喫煙と健康について、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。	喫煙と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。
④ 飲 酒 と 健 康	飲酒をすると、エチルアルコールによって思考力、自制力、運動機能が低下したり、事故などを起こしたりすること、急激に大量の飲酒をすると、急性中毒で死に至ることもあることを理解している。また、常習的な飲酒により、肝臓病や脳の病気など様々な病気を起こしやすくなること、未成年者の飲酒は、体に大きな影響をおよぼし、依存症になりやすいことを理解している。	飲酒と健康について、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。	飲酒と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。

⑤ 薬物乱用と健康	薬物を乱用すると激しい急性の錯乱状態や急死などを引き起こすこと、中断すると精神や身体に苦痛を感じるようになるなど様々な障害が起きること、家庭・学校・地域社会にも深刻な影響を及ぼすこともあることを理解する。	薬物乱用と健康について、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。	薬物乱用と健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。
乱⑥ 用喫の煙 き、 つ飲 か酒、 け 薬物	喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、好奇心、なげやりな気持ち、過度のストレスなどの心理状態、断りにくい人間関係、宣伝・広告や入手し易さなどの社会環境によって助長されること、それらに適切に対処する必要があることを理解している。	喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけについて、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。	喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけについての学習に自主的に取り組もうとしている。

#### 保健編 4章 傷害の防止（8～10時間）

体育編 第1

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
要① 因傷と 害防の 止発生	多くの傷害は、心身の状態や行動のしかたなどの人的要因と、生活環境における施設・設備の状態や気象条件などの環境要因が関わり合って発生することを理解している。	傷害の発生要因とその防止について、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。	傷害の発生要因とその防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。
因② と交 傷通 害事 の故 防の 止要	交通事故による傷害を防止するには、車両の特性を知り、交通法規を守り、心身の状態を把握し、車両、道路、気象条件などの周囲の状況に応じて、安全に行動することが必要であることを理解している。	交通事故の発生要因とその防止について、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。	交通事故の発生要因とその防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。

③ 犯罪被害の防止	犯罪被害の要因は、人的要因や環境要因などが関わり合っており、人的要因に対しては、危険を予測し、判断して、犯罪を避ける行動をとること、環境要因に対しては、周囲の人の関心を高めることなどの対策があることについて理解している。	犯罪被害とその防止について、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。	犯罪被害の防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。
傷④ 害自 の然 防 災 止 害 に よ る	自然災害による傷害には地震、台風、大雨、竜巻、火山の噴火、落雷、大雪などによるものと、それに伴って発生する二次災害によるものがあること、日頃から災害時の安全の確保に備えておくこと、災害情報を正確に把握すること、災害時には周囲の状況を的確に判断し、冷静かつ迅速に行動する必要があることを理解している。	自然災害による傷害とその防止について、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。	自然災害による傷害の防止についての学習に自主的に取り組もうとしている。
本⑤ 応 急 手 当 の 基	傷害が発生した際に、その場に居合わせた人が応急手当をすることで、傷害の悪化を防止し得ること、心肺停止に陥った人に遭遇したときの応急手当としては、心肺蘇生法があることを理解している。	応急手当の意義や目的、手順について、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。	応急手当の意義や目的、手順についての学習に自主的に取り組もうとしている。
⑥ 心 肺 蘇 生 法	気道確保・人工呼吸・胸骨圧迫、AEDなどの心肺蘇生法を身に付けている。	反応がないときの応急手当の方法について、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。	反応がないときの応急手当の方法についての学習に自主的に取り組もうとしている。
き⑦ の 出 血 が 手 当 と	出血があるときの応急手当の基本や方法について理解し、正しい応急手当の方法を身に付けている。	出血があるときの応急手当について、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。	出血があるときの応急手当についての学習に自主的に取り組もうとしている。

急⑧ 手外 当傷 の 応	打撲傷などの外傷の応急手当の基本や方法について理解し、正しい応急手当の方法を身に付けている。	外傷の応急手当の方法について、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。	外傷の応急手当の方法についての学習に自主的に取り組もうとしている。
--------------------------	------------------------------------------------	---------------------------------------------------------	-----------------------------------