

中学校保健体育科 単元計画例

『新・中学保健体育』
(学研224／保体224-72)

第3学年

ここに掲載している評価の観点は、例をできるだけ示したものです。
実際の単元計画を作成する際には、必要な箇所を取り上げるなどしてご活用ください。

株式会社Gakken

【体育編 3 章】 文化としてのスポーツ

教科書 p.136～149 ◆配当時数（目安）：3 時間

評価規準	
知識・技能	文化としてのスポーツの意義について理解している。 ・スポーツは、文化的な生活を営みよりよく生きていくために重要であることを理解している。 ・オリンピックやパラリンピック及び国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解している。 ・スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付けていることを理解している。
思考・判断・表現	文化としてのスポーツの意義について、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たりするとともに、他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組もうとしている。

単元と評価の計画	知：知識・技能 思：思考・判断・表現 態：主体的に学習に取り組む態度 [※]
	◎：該当する観点 ○：関連する観点

※主体的に学習に取り組む態度の評価については、内容や時間のまとまりごとなど、評価が適切に行える段階で実施するのが望ましい。

時間 (教科書ページ)	学習内容・目標	評価規準と評価方法例 (ノート：ノート、ワークシートなどへの記述)	評価の観点		
			知	思	態
第 1 時 (p.138～139)	1 スポーツの文化的意義 ・現代生活におけるスポーツの意義について理解する。 ・スポーツの意義を自分の生活と結び付けて考える。	・スポーツは、現代生活において誰もが楽しめるように、その関わり方を工夫してきた文化であることを理解している。 【ノート、発言】 ・現代生活におけるスポーツの意義や役割について考えている。 【ノート、発言】 ・スポーツの意義と自分の生活を結び付けて考えようとしている。 【ノート、発言】	◎	◎	◎
第 2 時 (p.140～141)	2 国際的なスポーツ大会とその役割 ・国際的なスポーツ大会にはどんな役割があるかについて理解する。 ・諸外国の人と相互理解を深める活動について考える。	・スポーツにはさまざまな国際大会があり、それらは国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること、それらの果たす役割が大きくなってきていることを理解している。 【ノート】 ・国際的なスポーツ大会が身近で行われた際に、どんな関わり方ができるかについて考えている。 【ノート、発言】 ・国際的なスポーツ大会などに関心を持ち、その意義や役割について考えようとしている。 【ノート、発言】	◎	◎	○ ◎
第 3 時 (p.142～143)	3 人々を結び付けるスポーツ ・スポーツが持つ、人々を結び付ける働きについて理解する。 ・人々を結び付けるスポーツの働きについて、事例を通して考える。	・スポーツには、人々を結び付ける働きがあること、さまざまな違いを超える可能性があることを理解している。 【ノート、発言】 ・さまざまな違いを超えて交流するスポーツについて、事例を通して考えている。 【ノート、発言】 ・スポーツが人々を結び付けた例を思い出したり、調べたりするとともに、自分の経験を通して考えようとしている。 【ノート、観察】	◎	○ ◎ ○	○ ◎

【保健編 5 章】 健康な生活と病気の予防③

教科書 p. 150～167 ◆配当時数（目安）：6 時間

評価規準

知識・技能	健康な生活と疾病の予防について理解している。 ・感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることを理解している。 ・健康の保持増進や疾病の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用することを理解している。
思考・判断・表現	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。
主体的に学習に取り組む態度	健康な生活と疾病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。

知：知識・技能 思：思考・判断・表現 態：主体的に学習に取り組む態度

◎：該当する観点 ○：関連する観点

単元と評価の計画

※主体的に学習に取り組む態度の評価については、内容や時間のまとまりごとなど、評価が適切に行える段階で実施するのが望ましい。

時間 (教科書ページ)	学習内容・目標	評価規準と評価方法例 (ノート：ノート、ワークシートなどへの記述)	評価の観点		
			知	思	態
第1時 第2時 (p. 152～155)	1 感染症とその予防 ・感染症の起こり方とその予防について理解する。 ・感染症予防の対策と回復について考える。	・感染症は、環境の条件や主体の条件が複雑に関係する中で、病原体が体の中に侵入して起こることを理解している。 【ノート】 ・感染症を予防するには、感染源、感染経路、体の抵抗力のそれぞれについて対策を立てることが有効であることを理解している。 【ノート、発言】 ・感染症にかかった場合、適切な治療を受けることが重要であることを、病気の回復のみでなく、感染拡大の防止の観点においても理解している。 【ノート、発言】 ・感染した（しているかもしれない）ときにどう行動すべきかや、抵抗力を高めるためにできることについて考え、意見を出し合っている。 【ノート、発言】	◎		○
第3時 第4時 (p. 156～159)	2 性感染症とその予防／エイズ ・性感染症とその予防について理解する。 ・性感染症の予防について考える。	・さまざまな性感染症、HIV感染・エイズについて、症状や特徴を理解している。 【ノート】 ・性感染症を予防するには、性的接触をしないことや、コンドームを正しく使うことが有効であること、感染の不安などがあるときには早期に検査・治療を受けることが大切であることを理解している。 【ノート、発言】	◎	○	○
第5時 (p. 160～161)	3 健康を守る社会の取り組み ・人々の健康を守るために、地域でどんな活動が行われているかについて理解する。 ・保健機関の役割を理解し、利用できるようにする。	・人々の命や健康を守るために、さまざまな社会的活動が行われていることを理解している。 【ノート、発言】 ・健康を保持増進し、病気を予防するためには、保健所・保健センターなどの保健機関を必要に応じて適切に利用することが大切であることを理解している。 【ノート、発言】 ・自分が住んでいる地域の保健所、保健センターについて調べたり、利用について考えたりしている。 【ノート、観察】 ・保健機関の役割などに関心を持ち、自分や家の人の健康と関連させて、その利用について考えようとしている。 【発言、観察】	◎	○	◎

時間 (教科書ページ)	学習内容・目標	評価規準と評価方法例 (ノート：ノート、ワークシートなどへの記述)	評価の観点		
			知	思	態
第6時 (p.162～163)	4 医療機関の利用と医薬品の使用 ・医療機関の役割と利用の仕方、医薬品の作用と正しい使い方を理解する。 ・医療機関の利用の仕方や医薬品の正しい使い方について考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・医療機関について知るとともに、医療機関を必要に応じて適切に利用することが大切であることを理解している。 【ノート、発言】 ・医薬品には主作用と副作用があること、使用方法を守り正しく使用する必要があることを理解している。 【ノート】 ・事例を基に、医薬品の使い方について考えたり話し合ったりしている。 【ノート、発言】 ・医薬品の使い方に関心を持ち、適切に使用しようとしている。 【発言】 	◎	○	
			◎		
				◎	
					◎

※このほかに、3年における保健体育全体で3時間の課題学習を設定する。

【保健編 6 章】 健康と環境

教科書 p. 168～187 ◆配当時数（目安）：7 時間

評価規準	
知識・技能	健康と環境について理解している。 ・身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があることを理解している。 ・飲料水や空気は、健康と密接な関わりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解している。 ・人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解している。
思考・判断・表現	健康と環境に関する情報から課題を発見し、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。
主体的に学習に取り組む態度	健康と環境についての学習に自主的に取り組もうとしている。

単元と評価の計画	知：知識・技能 思：思考・判断・表現 態：主体的に学習に取り組む態度 [※]
	◎：該当する観点 ○：関連する観点

※主体的に学習に取り組む態度の評価については、内容や時間のまとまりごとなど、評価が適切に行える段階で実施するのが望ましい。

時間 (教科書ページ)	学習内容・目標	評価規準と評価方法例 (ノート：ノート、ワークシートなどへの記述)	評価の観点		
			知	思	態
第 1 時 (p. 170～171)	1 環境の変化と適応能力 ・環境の変化に対して体はどのように対応するか理解する。 ・適応能力には限界があることを身近な事例を通して考える。	・人間には、環境の変化に応じて諸器官を働かせてその変化に対応する能力があることを理解している。 【ノート】 ・適応能力には限界があり、それを超えると、体にさまざまな支障をきたすことがあることを理解している。 【ノート】 ・事例を通して、気象情報などの情報の適切な利用が有効であることを理解している。 【ノート、発言】	◎ ◎ ◎	○	○
第 2 時 (p. 172～173)	2 活動に適した環境 ・活動に適した温度、湿度、明るさなどの環境の範囲について理解する。 ・室内の環境の調節の仕方について考える。	・暑さ・寒さの感じ方には、気温、湿度、気流が関係しており、気温には人間の活動にとって至適な範囲があることを理解している。 【ノート】 ・寒さ・暑さを調節するための工夫と注意点を考えているとともに、それらを表現している。 【ノート、発言】 ・学習や作業をするときは、それに応じた適度な明るさが必要であることを理解するとともに、実践への意欲を持っている。 【ノート、発言】	◎ ○	◎	◎
第 3 時 (p. 174～175)	3 室内の空気の条件 ・二酸化炭素や一酸化炭素の体への影響とそれらの管理方法について理解する。 ・室内の空気を衛生的に保つ必要性や方法について考える。	・二酸化炭素濃度は、室内の空気の汚れの指標となることを理解している。 【ノート】 ・一酸化炭素は、吸入すると一酸化炭素中毒を起こすこと、そのため基準が決められていることを理解している。 【ノート】 ・室内の空気の条件について課題を見つけるとともに、課題などを通して計画的な換気の必要性を理解し、暖房器具の取り扱いなどについて考えている。 【ノート、発言】 ・進んで室内の換気をしようとしている。 【観察】	◎ ◎ ○	◎	◎
第 4 時 (p. 176～177)	4 水の役割と飲料水の確保 ・水の役割と飲料水の確保について理解する。 ・安全な水について考える。	・水は、人間の生命維持や健康な生活を送るうえで重要な役割を果たしていることについて理解している。 【ノート】 ・飲料水の水質には一定の基準が設けられており、水道施設により衛生的な水を確保していることを理解している。 【ノート、発言】 ・水と私たちの生活についての課題を見つけ、進んでその解決方法を探ろうとしている。 【発言、観察】	◎ ◎	◎	○

時間 (教科書ページ)	学習内容・目標	評価規準と評価方法例 (ノート：ノート、ワークシートなどへの記述)	評価の観点		
			知	思	態
第5時 (p.178～179)	5 生活排水の処理 ・生活排水を衛生的に処理する必要があることを理解する。 ・水を汚染しないためにできることについて考える。	・家庭から出る生活排水がどのように処理されているかについて関心を持って学習に取り組もうとしている。【ノート、発言】 ・生活排水は、衛生的に処理されなければならないことを理解している。【ノート】 ・生活排水の処理を巡るさまざまな問題があることを理解するとともに、水の汚染を防ぐための工夫や対策を考えたり話し合ったりしている。【ノート、発言】	○ ◎ ○	◎	◎
第6時 (p.180～181)	6 ごみの処理 ・ごみを衛生的に処理する必要があることを理解する。 ・ごみの問題を解決するためにできることについて考える。	・生活に伴って生じるごみはどのように処理されているかについて関心を持って学習に取り組もうとしている。【ノート、発言】 ・ごみの処理を巡るさまざまな問題があることを理解するとともに、ごみの問題の解決のための工夫や対策を考えたり話し合ったりしている。【ノート、発言】	○ ○	◎	◎
第7時 (p.182～183)	7 環境の汚染と保全 ・環境汚染が健康に及ぼす影響について理解する。 ・環境汚染を防ぐための取り組みについて考える。	・環境を汚染するものやそれによる健康への影響について考え、課題意識を持っている。【ノート、発言】 ・環境を汚染する物質は、さまざまな経路で私たちの体に入り、私たちの健康にさまざまな被害をもたらすことを理解している。【ノート、発言】 ・身近な環境に関心を持ち、改善しようとしている。【発言、観察】	◎ ◎	◎	◎

※このほかに、3年における保健体育全体で3時間の課題学習を設定する。