

❖ 評価規準

| 関心・意欲・態度 | 思考・判断 | 知識・理解 |
|--|--|--|
| 健康な生活と病気の予防について、 ・資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ・課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 | 健康な生活と病気の予防について、 ・資料などで調べたことを基に課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、説明している。 ・学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見つけたりするなどして、筋道を立てて説明している。 | 以下のことについて、理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ・健康の成り立ちと病気の発生要因 ・生活行動・生活習慣と病気 ・喫煙・飲酒・薬物乱用と健康 ・感染症の予防 ・保健・医療機関や医薬品の有効利用 ・個人の健康を守る社会の取り組み |

❖ 単元と評価の計画

関：関心・意欲・態度 思：思考・判断 知：知識・理解
 ◎：該当する観点 ○：関連する観点

| 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 | | |
|------------------|--|--|-------|---|---|
| | | | 関 | 思 | 知 |
| 第1時 (p.86～87) | 1 健康の成り立ち ・病気や健康にはどんなことが関わっているかについて理解する。 ・自分にとって健康とはどんなことか考える。 | ・自分の健康に関心を持ち、健康について考えようとしている。 【観察、発言】 ・健康は、主体と環境の関わりの中で成り立っていることを理解している。 【ノート、発言】 ・健康を保持増進するためには、個人の行動や環境を健康的なものにするとともに、その実現を可能にする社会の取り組みが必要であることを理解している。 【ノート】 ・自分にとって健康とはどのようなことか考えている。 【ノート、発言】 | ◎ | | ◎ |
| 第2時 (p.88～89) | 2 運動と健康 ・運動の効果と必要性、日常の運動の行い方について理解する。 ・生活の中に運動を取り入れるためにできることについて考える。 | ・運動には、体の各器官を発達させるとともに、精神的な効果もあることを理解している。 【ノート】 ・健康のためには、日常生活において適切な運動をすることが必要であることを理解している。 【ノート】 ・学習したことを踏まえて、自分に適した運動を計画している。 【ノート、発言】 ・生活の中に運動を取り入れるなどの改善に、意欲的に取り組もうとしている。 【観察、発言】 | | ◎ | ◎ |
| 第3時 (p.90～91) | 3 食生活と健康 ・健康のために食生活で気を付けるべきことについて理解する。 ・食生活に問題点があるかどうかについて考える。 | ・食事と日常の運動との関係、規則正しい食生活を踏まえて、自分の食生活の問題点と改善方法を考えている。 【発言、観察】 ・健康のためには、日常の運動に見合った食事や規則正しい食生活が大切であることを理解している。 【ノート、発言】 ・自分の食生活に関心を持ち、健康のために、バランスのよい食生活になるよう、改善を図ろうとしている。 【ノート、観察】 | ◎ | | ◎ |
| 第4時 (p.92～93) | 4 休養・睡眠と健康 ・健康のために休養・睡眠をどのようにとればよいか理解する。 ・休養・睡眠のとり方の工夫を考える。 | ・今日の生活が疲労やストレスが起りやすいものであることに気づき、疲労と健康の関係に関心を持って学習に取り組もうとしている。 【ノート、発言】 ・長時間の学習、運動、作業は疲労をもたらすこと、疲労の現れ方は条件や個人などによって違うこと、疲労は警告信号の意味があることを理解している。 【ノート、発言】 ・健康のためには、休養や睡眠を適切にとることが必要であることを理解している。 【ノート、発言】 ・休養に留意した生活を送ろうとしている。 【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 | | |
|-----------------------------|--|---|-------|---|---|
| | | | 関 | 思 | 知 |
| 第5時 第6時 (p.94～97) | 5 生活習慣病とその予防 ・生活習慣病を引き起こす要因と予防の仕方について理解する。 ・生活習慣病と関連させて自分の生活を振り返る。 | ・生活習慣病とは、不適切な生活習慣がその発症や進行に関係する病気であることを理解している。【ノート】 ・早いうちから生活習慣を見直し，生活習慣病の予防や改善に取り組むことが大切であることを理解している。【ノート，発言】 ・循環器の病気，糖尿病，がんについて，それぞれの原因，症状，予防方法などを理解している。【ノート，発言】 ・生活習慣病を予防するためには，健康増進・発病予防，早期発見・早期治療，個人を支援する社会的環境の整備が必要であることを理解している。【ノート，発言】 ・生活習慣病の予防について，自分の生活との関わりを考えている。【ノート，発言】 ・生活習慣の改善などの実践への意欲を持っている。【発言，観察】 | ○ | ○ | ◎ |
| (p.98～99) | もっと広げる深める がん アレルギー | ※学校全体の教育目標や実情などに応じて，「生活習慣病とその予防」と関連させて取り扱うとよい。 | | | |
| 第7時 (p.100～101) | 6 喫煙と健康 ・喫煙が喫煙者や周りの人に及ぼす影響について理解する。 ・未成年者の喫煙の害についてまとめたり他の人に伝えたりする。 | ・喫煙の急性影響・慢性影響，未成年者への喫煙の害，周りの人への悪影響について理解している。【ノート，発言】 ・学習したことを基に，喫煙防止の標語や警告文を考えている。【発言，観察】 | ○ | ○ | ◎ |
| 第8時 (p.102～103) | 7 飲酒と健康 ・飲酒が健康に及ぼす影響について理解する。 ・未成年者の飲酒の害についてまとめたり他の人に伝えたりする。 | ・飲酒の急性影響・慢性影響，未成年者への飲酒の害などについて理解している。【ノート，発言】 ・学習したことを基に，飲酒の勧めに対する断り方を考えている。【発言，観察】 | ○ | ○ | ◎ |
| 第9時 (p.104～105) | 8 薬物乱用と健康 ・薬物乱用の心身への害と社会への悪影響について理解する。 ・薬物乱用の害についてまとめたり他の人に伝えたりする。 | ・薬物乱用の意味，薬物乱用の心身への害，薬物乱用の周囲への悪影響について理解している。【ノート，発言】 ・薬物乱用の害についてまとめたり，事例を基に誤りを指摘したりしている。【ノート，発言】 | ○ | ○ | ◎ |
| 第10時 (p.106～107) | 9 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ ・喫煙・飲酒・薬物乱用を始めるきっかけと防止対策について理解する。 ・薬物乱用の防止についてまとめたり他の人に伝えたりする。 | ・喫煙・飲酒・薬物乱用の開始には，個人の要因や社会の要因があることを理解している。【ノート，発言】 ・喫煙・飲酒・薬物乱用の防止には，対処能力や社会的環境への対策が重要であることを理解している。【ノート，発言】 ・誘われたときにどうするかなど，喫煙・飲酒・薬物乱用の防止に向けた意識を高めている。【発言，観察】 | ◎ | ○ | ◎ |
| (p.108～109) | もっと広げる深める たばこ・酒・薬物に手を出さないために | ・学習した知識を基に，喫煙・飲酒・薬物乱用に関しての話し合いや実習に積極的に取り組んでいる。【発言，観察】 | ◎ | ◎ | ○ |
| 第11時 第12時 (p.110～113) | 10 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。 ・感染症予防対策について考える。 | ・感染症は，自然環境，社会環境，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ている。【ノート，発言】 | ○ | ○ | ◎ |

| 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 | | |
|-----------------------------|--|---|-------|---|---|
| | | | 関 | 思 | 知 |
| 第13時 第14時 (p.114~117) | 11 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15時 (p.118~119) | 12 保健・医療機関の利用 ・保健・医療機関の役割と利用の仕方について理解する。 ・自分が住んでいる地域の保健・医療機関について知る。 | ・健康を保持増進し, 病気を予防するためには, 保健所・保健センターや医療機関など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・医療機関について調べたり, 利用について考えたりしている。【ノート, 観察】 ・保健・医療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】 | ◎ | ○ | ◎ |
| 第16時 (p.120~121) | 13 医薬品の有効利用 ・医薬品の作用と正しい使用について理解する。 ・医薬品の使い方について考える。 | ・医薬品には主作用と副作用があること, 使用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】 | ◎ | ◎ | ◎ |
| 第17時 (p.122~123) | 14 共に健康に生きる社会 ・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。 ・みんなの健康を守るために, 自分たちにできることを考える。 | ・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】 ・人々の命や健康を守るために, 自分にできること, してみたいことについて考えている。【ノート, 発言】 ・人々の命や健康を守る取り組みに関心を持ち, 自分にできることに取り組もうとしている。【発言, 観察】 | ◎ | ◎ | ◎ |
| 第18時~ 第20時 | ※この3時間は, 探究的な学習や重点的に取り扱いたい内容などに充てる。 | | | | |