年　　　組　　　番　氏名

１　健康の考え方と成り立ち

（１）学習のねらい

生活の質などを例に、健康についての考え方が変化していることを理解し、また、健康の成り立ちには様々な要因がかかわっていることを理解できる。

（２）評価の観点

　〇関心・意欲・態度

健康の考え方と成り立ちについて関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。

〇思考・判断

健康の考え方と成り立ちについて、学習したことを、個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している。

　〇知識・理解

WHO憲章での健康の考え方、生きがいを重視した健康の考え方、健康の成り立ちにかかわる要因が変化していること、様々な主体要因と環境要因についての、基礎的な事項を理解している。

＜設問①＞

　健康について様々な考え方があることを知り、「健康」とは何かを考えよう。

（課題１）現在のあなたは健康ですか。理由を含めて、自分の考えを書きましょう。

（課題２）WHOにおける健康の定義を書きなさい。その定義から考えるとあなたは健康だと言えますか。

　　　　　理由も含めて書きましょう。

（課題３）「生活の質を重視した健康観」とはどのようなものでしょうか。「身体」「生きがい」という言葉を使用して説明してみましょう。

＜設問②＞

健康の成り立ちには様々な要因があることを知り、健康に生きるために必要なものを考えよう。

（課題１）健康の成り立ちに関係する主体要因を人間の生物としての側面（生物的要因）と生活習慣（生活習慣的要因）に分けて書きましょう。

（課題２）環境要因（文化的環境や社会環境も含む）として考えられるものを書きましょう。

＜課題の振り返り＞課題を実施した後で、自分の考えを書きましょう。

①あなたが考える「健康」とはどのようなものだと思いましたか。自分の考えを書きましょう。

②今まで学習してきた健康の考え方以外に「未病」という言葉があります。「未病」について調べ、それに対する自分の考えを書きましょう。

③健康の成り立ちには様々な要因があることがわかりましたが、社会に住む多くの人が健康に暮らしていくためには、どのようなことが必要だと思いますか。自分の考えを書きましょう。

＜参考資料＞

※設問や課題を考え、まとめる上で参考とした資料を記載してください。

例）保健体育の教科書、ＷＥＢページ（厚生労働省等）