

教科	保健体育	科目名	保健	単位数	1
学科	全	学年	1 学年	履修区分	必修
使用教科書	現代高等保健体育(大修館書店)				
副教材など	現代高等保健体育ノート(大修館書店)				

1. 科目の目的

- 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を育てることを目的とします。

2. 授業の内容と進め方

- 教科書をベースとし、単元に応じた事例やデータを準備し、授業を行っています。

3. 学習する上での留意点

- 生涯の健康保持、増進、および生活設計の知識を学ぶ教科です。

4. 課題等について

- 必要に応じて保健ノートの課題提出を課することもあります。

5. 成績評価規準(評価の観点及び趣旨)

評価の観点	評価規準
関心・意欲・態度	○保健に関する諸問題について興味、関心を持ち、意欲的に取り組み自ら学習しようとする態度を評価します。
思考・判断	○保健に関する基本的な知識を身につけ、個人生活や社会生活における健康・安全に関する事柄に興味・関心を持ち、科学的に思考・判断する能力を評価します。
運動の技能	○授業で学習した保健に関する基本的な知識や技能を身につけ、自らの健康増進と生活習慣病予防に率先して取り組むとともに、家族などの身近な人々にその重要性を伝えることができるかを評価します。
知識・理解	○保健の意義や役割を理解でき、自らの健康管理や健康的な生活行動の選択及び健康的な社会環境づくりが実践できる資質や能力を身につけているかを評価します。

6. 評価の方法

- 各学期末の考査(計3回)において学習内容の理解度を評価します。
- 授業への取り組み(学習活動への意欲・出席状況)学習の態度や取り組む姿勢などを評価します。

《指導計画》 科目名 保健

1 学年

1 単位

学期	月	学習内容 (単元・考査等)	学習のねらい	評価方法等	
一 学 期	4	1単元 現代社会と健康 1. 私たちの健康のすがた	・健康水準について過去や外国との比較や、健康問題の変化について説明できるようになる。	関心・意欲・態度(授業・提出物・プリント・各考査) 思考・判断(提出物・発表内容) 知識・理解(各考査・提出物・プリント)	
	5	2. 健康のとらえ方	・健康の側面についての理解や、健康の成立要因や条件について説明できるようになる。		
	6	3. 健康と意志決定・行動選択	・さまざまな保健活動や対策について理解し、これまでの保健活動とヘルスプロモーションの理念に基づく活動との違いを説明できるようになる。		
	6	4. 健康に関する環境づくり	・生活習慣病とは何か、生活習慣病を防ぐにはどのようなことがあるのか、考えられるようになる。		
	6	5. 生活習慣病とその予防	・喫煙にたいしての問題や対策など、考えられるようになる。		
	6	6. 食事と健康	・飲酒にたいしての問題や対策など、考えられるようになる。		
			期末考査		
	7	7. 運動と健康	・薬物乱用にたいしての問題や対策など、考えられるようになる。		
	7	8. 休養・睡眠と健康	・医薬品の役割について理解するとともに正しく使うためのポイントを考えられるようになる。		
二 学 期	9	9. 喫煙と健康	・感染症の実態への理解と、新たな感染症問題防止について考えられるようになる。		
	10	10. 飲酒と健康	・エイズの実態についての理解と、エイズや性感染症の予防に関して考えられるようになる。		
	10	11. 薬物乱用と健康	・意志決定と行動選択の重要性を理解し、個人的なものと社会的なものに分けて考えられるようになる。		
	11	12. 現代の感染症	・意志決定と行動選択に必要なこと、それをしやすい社会とはどのような社会かを考えられるようになる。		
	11	13. 感染症の予防	・人間の欲求にはどんな種類があるか、欲求不満にたいする色々な適応機制を理解できるようになる。		
	11	14. 性感染症・エイズとその予防	・心と体の働きの密接な関係、ストレスとは何かを考えられるようになる。		
	11	15. 欲求と適応機制	・ストレスについて、自分でとることができる対処法を考えられるようになる。		
			期末考査		
	12	16. 心身の相関とストレス	・自己実現とはなにか、また、達成目的や条件を説明できるようになる。		
三 学 期	1	17. ストレスへの対処	・交通事故の特徴と要因などについて、具体例があげられるようになる。		
	1	18. 心の健康と自己実現	・安全な運転のために必要とされるもの、交通事故をおこした場合に生じる責任や補償について、説明できるようになる。		
	1	19. 交通事故の現状と要因	・安全な交通社会をつくるための方策について理解し、車両の安全装置について具体的にあげられるようになる。		
	2	20. 交通社会における運転者の資質と責任	・応急手当の意義と手順について説明できるようになる。		
	2	21. 安全な交通社会づくり	・心肺蘇生法の原理や意義および手順を理解し、おこなうことができるようになる。		
	2	22. 応急手当の意義とその基本	・心肺蘇生法をおこなうことができるようになる。		
	2	23. 心肺蘇生法			
			学年末考査		
	3	24. 日常的な応急手当	・日常的な応急手当や熱中症の応急手当ができるようになる。		