

# 学習シラバス 保健体育科

科目名	単位数	学 科・学 年・類 型
保 健	1	普通科・第1学年

## 1 学習の到達目標等

学習の到達目標	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、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身に付けます。
使用教科書・副教材等	教科書 「現代高等保健体育 改訂版」 (大修館書店) 副教材 「現代高等保健ノート 改訂版」 (大修館書店)

## 2 学習計画及び評価方法等

### (1) 学習計画等

学 期	学 習 内 容	月	学 習 の ね ら い	考 査 範 囲
1  学  期	1 現代社会と健康 (1) 私たちの健康のすがた (2) 健康のとらえ方 (3) 健康と意志決定・行動選択 (4) 健康づくりに関する環境づくり (5) 生活習慣病とその予防 (6) 食事と健康 (7) 運動と健康 (8) 休養・睡眠と健康 (9) 喫煙と健康 (10) 飲酒と健康 (11) 薬物乱用と健康	4    5  6  7	健康の考え方は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていることを理解します。 健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っている重要なことを理解します。 健康の保持増進には、健康に関する個人の適切な意志決定・行動選択及び環境づくりが関わることを理解します。 健康の保持増進と生活習慣病を予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和の取れた生活を実践する必要があることを理解します。 喫煙と飲酒は、生活習慣病の大きな要因になっていることを理解します。 社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会環境への対策が必要であることを理解します。	期 末 考 査
	<b>【課題・提出物等】</b> 1 授業に臨むにあたって、毎時間保健ノートを利用して予習してくること。 2 授業で利用したプリント類は各自でファイルするなどして、大切に保管しておくこと。			
	<b>【1学期の評価方法】</b> 定期考査の成績に、授業態度の観察・レポート・ノート・実習の評価を加え総合的に評価します。			
2  学  期	(12) 現代の感染症 (13) 感染症の予防 (14) 性感染症・エイズとその予防 (15) 欲求と適応規制 (16) 心身の相関とストレス (17) ストレスへの対処 (18) 心の健康と自己実現	8  9  10  11	感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いが見られること。その予防には個人的及び社会的な対策を行う必要であることを理解します。 人間の欲求と適応機制には様々な種類があることを理解します。 精神と身体には、密接な関連があることを理解します。 精神の健康を保持増進することは、欲求やストレスに適切に対処するとともに、自己実現を図るよう努力していくことが重要であることを理解します。	期 末 考 査

	(19) 交通事故の現状と要因 (20) 交通社会における運転者の資質と責任 (21) 安全な交通社会づくり	12	交通事故を防止するには、車両の特性を理解すること。そして、安全な運転や歩行など適切な行動・自他の生命を尊重する態度が重要であることを理解します。また、交通事故には責任や補償問題が生じることを理解します。	
	<b>【課題・提出物等】</b> 1 授業に臨むにあたって、毎時間保健ノートを利用して予習してくること。 2 授業で利用したプリント類は各自でファイルするなどして、大切に保管しておくこと。			
	<b>【2学期の評価方法】</b> 定期考査の成績に、授業態度の観察・レポート・ノート・実習の評価を加え総合的に評価します。			
3 学 期	(22) 応急手当の意義とその基本 (23) 心肺蘇生法 (24) 日常的な応急手当	1 2 3	適切な応急手当は、傷病や疾病の悪化を軽減できることを理解します。 応急手当には、正しい手順や方法があることを理解します。 心肺蘇生法の応急手当は、傷病や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから、速やかに行う必要があることを理解します。	学年 末 考 査
	<b>【課題・提出物等】</b> 1 授業に臨むにあたって、毎時間保健ノートを利用して予習してくること。 2 授業で利用したプリント類は各自でファイルするなどして、大切に保管しておくこと。			
	<b>【3学期の評価方法】</b> 定期考査の成績に、授業態度の観察・レポート・ノート・実習の評価を加え総合的に評価します。			
<b>【学年末の評価方法】</b> 1学期～3学期の評価成績を総合評価し、年間の評価とします。				
	確かな学力を身に付けるためのアドバイス	健康は生涯を通じた人間の生活にとっての重要な土台となります。 今日、私たちが暮らす社会はとても豊かですが生活習慣病や薬物、心の問題など健康にかかわる問題は少なくありません。また、時代の流れの中で、健康自体のとらえ方や健康のために人や社会に望まれることも変化してきています。 現代の健康問題や新しい時代の健康のあり方などについて学習します。		
	授業を受けるに当たって守ってほしい事項	教科書・ノートは忘れずに準備してください。 提出物は、期限を守り、丁寧に取り組んでください。 課題学習のレポートは、必ず提出してください。 実習には積極的に取り組んでください。		

(2) 評価の観点、内容及び評価方法

評価の観点及び内容		評価方法
関心・意欲・態度	・個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心を持ち自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとしているか。	授業、実習への参加の仕方や態度 ノート・レポートの記述
思考・判断	・個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題解決を目指して、科学的に思考し、総合的に捉えることにより適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断しているか。	授業、実習への参加の仕方や態度 ノート・レポートの記述
知識・理解	・健康安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康・生涯を通じる健康及び社会生活と健康について、課題解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けているか。	定期考査