

令和元年度シラバス

科目	保健	学年・類型	1年・共通	単位数	1単位
教科書		最新高等保健体育 改訂版 (大修館書店)			
副教材等		最新高等保健体育ノート 改訂版 (大修館書店)			
学習目標	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、改善していく資質や能力を育てます。				
学習心得	教科書や保健ノートを参考にし、不明な点や重要語句を調べます。各自に課題が与えられたときは、新聞、インターネット等を利用し発表資料を作成します。 保健とは「生命の尊さ」を学ぶ教科です。学んだ知識を生かし、日常生活での実践に心掛けます。				
評価方法	定期テスト(70%) 平常点(30%)。評価の方法は、定期考査・授業の観察・レポートやノート提出・発表などを通じて評価します。平常の学習活動全般から得られる資料に基づき、教科「保健」の目標及び内容に沿って、多面的・総合的に行います。				
	単元(予定時数・実施時数)	主な学習活動			
一学期	単元1 現代社会と健康 1 健康の考え方と成り立ち 15 交通事故の現状と要因 16 交通事故を防ぐために 17 応急手当の意義とその基本 18 日常的な応急手当 19 心肺蘇生法の原理と行い方 期末考査(12・)	<ul style="list-style-type: none"> 健康とは何かについての考え方を学習します。 交通事故の要因を知り交通事故を防止するために、車両の特性や安全な運転、自他の生命を尊重する態度および交通環境の整備などが重要であることを学習します。 応急手当に関しての理解を深めます。 心肺蘇生法などの応急手当について正しい手順や方法について理解を深めるとともに、重要性を理解します。 			
	10 感染症とその予防 11 性感染症・エイズとその予防 12 欲求と適応機制 13 心身の相関とストレス 14 心の健康のために 期末考査(13・)	<ul style="list-style-type: none"> エイズを含めた感染症の予防に必要なことを学習します。 欲求や適応機制には様々な種類があることを学習します。 精神と身体の密接な関連を理解します。 ストレスに関する理解と自己実現を図るためには何をすれば良いかを理解します。 			
三学期	2 私たちの健康のすがた 3 健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり 4 生活習慣病の予防 5 食事と健康 6 運動・休養と健康 7 喫煙と健康 8 飲酒と健康 9 薬物乱用と健康 学年末考査(10・)	<ul style="list-style-type: none"> 健康の要因とヘルスプロモーションについて学習します。 健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択ができるようにします。 健康水準や生活習慣病について学習します。 生活習慣病を予防するための調和の取れた生活の実践ができるようにします。 健康に過ごすための食事や運動・休養について理解を深めます。 喫煙・飲酒・薬物乱用に関する理解を深め、適切な意志決定や行動選択ができるようにします。 			