

| | | | | | |
|------|--|--|-----------------|-----|---|
| 科目 | 保健 | 学年・類型 | 1年普通科・国際文理科・商業科 | 単位数 | 1 |
| 教科書 | | 「現代高等保健体育」(大修館書店) | | | |
| 副教材等 | | 「現代高等保健体育ノート」(大修館書店) | | | |
| 学習目標 | <p>1 個人及び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できるような意欲を育てます。</p> <p>2 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について課題解決の役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けます。</p> <p>3 心身の健康や安全に関する課題解決をめざし、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断できる力を身に付けます。</p> | | | | |
| 学習心得 | <p>保健の授業では、健康に対する基本的な考え方や知識をもとに、実生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践したりできるようにすることを目指します。自分や家族、友達など身近な人々の生活と結びつけながら、学習を進めていきましょう</p> | | | | |
| | 単元(予定時数・実施時数) | 主な学習活動 | | | |
| 一学期 | <p>現代社会と健康</p> <p>1 健康の考え方と成り立ち</p> <p>2 私たちの健康のすがた</p> <p>3 健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり</p> <p>4 生活習慣病とその予防</p> <p>5 食事と健康</p> <p>6 運動・休養と健康</p> <p>7 喫煙と健康</p> <p>8 飲酒と健康</p> <p>9 薬物乱用と健康</p> <p>課題研究</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・現在のわが国の健康水準について、過去との比較などを通して説明できるようになる。 ・客観的な数値にはあらわれにくい健康の側面について説明できるようになる。 ・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が説明できるようになる。 ・生活習慣病とは何か、また、その予防方法について食事・運動・休養などの側面から説明できるようになる。 ・もし、自分が実際に行えばどのような問題が起こりうるかをさまざまな角度から考えられるようになる。また、現在どのような対策がとられ、これからどのような対策が必要なのか説明できるようになる。 ・飲酒をすれば心身にどのような影響があるかを学習する。 ・社会問題となっている薬物乱用を身近にとらえ「ダメ絶対」という気持ちを育む。 ・今まで学習した単元の中からテーマを選び、調べ学習を行い、レポート提出や発表を行う。 | | | |
| 二学期 | <p>10 感染症とその予防</p> <p>11 性感染症・エイズとその予防</p> <p>12 欲求と適応機制</p> <p>13 心身の相関とストレス</p> <p>14 心の健康のために</p> <p>課題研究</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・感染症問題の防止のために自分でやれること、社会がすべきことについて考えられるようになる。 ・エイズや性感染症の予防のために自分でやれること、社会がすべきことについて考えられるようになる。 ・適切な意志決定・行動選択の重要性とそれを行うために必要なことを説明できるようになる。 ・人間に起こる欲求とそれにたいする適応機制について例をあげながら説明できるようになる。 ・心の働きと体の働きが相互に影響しあう関係について、またストレスの原因について説明できるようになる。 ・ストレスについて、自分でできる対処法を考えられるようになる。 ・今まで学習した単元の中からテーマを選び、調べ学習を行い、レポート提出や発表を行う。 | | | |
| 三学期 | <p>15 交通事故の現状と要因</p> <p>16 交通事故を防ぐために</p> <p>17 応急手当の意義とその基本</p> <p>18 日常的な応急手当</p> <p>19 心肺蘇生法の原理と行い方</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・自分にとっての自己実現とは何なのかを考えそれを達成する過程や条件が説明できるようになる。 ・交通事故が引き起こされる要因、自己の責任と補償、交通事故を防ぐために必要な個人及び社会の取り組み等について説明できるようになる。 ・日常的な応急手当と心肺蘇生法が説明、実践できるようになる。 | | | |

| 評 価 の 観 点 及 び 内 容 | | 評 価 方 法 |
|-------------------|--|--|
| 知識・技能 | 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とともに、技能を身に付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・定期考査 ・授業中の活動への取組 ・確認テスト |
| 思考・判断・表現 | 健康についての個人や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考・判断しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・定期考査 ・ワークシート ・発表の内容 |
| 主体的に学習に取り組む態度 | 生涯を通じて自他の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ・授業に取り組む態度 ・ノート等における記述 ・授業中の発言 |