

教科	科 目	単位数	学年・クラス
保健体育	保健	1	1年1組・2組

### 1 使用教材

使用教科書	現代高等保健体育
出版社	大修館
副教材等	現代高等保健体育ノート
出版社	大修館書店

### 2 学習の目標

1 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、技能を身に付けるようにする。
2 健康についての自他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し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
3 生涯を通じて自他の健康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態度を養う。

### 3 評価の観点・方法

評価の観点	内 容
① 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。
② 思考・判断・表現	健康についての自他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し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。
③ 主体的に学習に取り組む態度	生涯を通じて自他の健康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。

評価方法	観点別重要度			主な評価項目
	①	②	③	
学習状況の観察	A	B	A	授業態度など
ノート提出	A	A	B	内容と提出状況
定期考査	A	A	B	定期テスト

※表中のA・B・Cは評価の重要性を高い順に表している。

#### 4 学習計画

学期	学 習 内 容	学習のねらい
1 学期	<p>1 現代社会と健康</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康の考え方と成り立ち</li> <li>・私たちの健康のすがた</li>   <li>・生活習慣病の予防と回復</li> <li>・がんの原因と予防</li> <li>・がんの治療と回復</li>   <li>・運動と健康</li>   <li>・食事と健康</li> <li>・休養・睡眠と健康</li> <li>・喫煙と健康</li> <li>・飲酒と健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康の考え方、成立要因について理解することができる。</li> <li>・わが国の健康水準、健康問題の変化について理解することができる。</li> <li>・生活習慣病の種類と要因、予防について理解する。</li> <li>・がんの種類と要因、予防について理解する。</li> <li>・がんの治療法や緩和ケア、社会的対策について理解する。</li>   <li>・目的に応じた健康的な運動の仕方について理解する。</li> <li>・健康的な食事のとり方について理解する。</li> <li>・適切な休養、健康によい睡眠のとり方について理解する。</li> <li>・喫煙の害や喫煙対策について理解する。</li> <li>・飲酒による健康への影響、健康問題対策について理解する。</li> </ul>
2 学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物乱用と健康</li>   <li>・精神疾患の特徴</li> <li>・精神疾患の予防</li>   <li>・精神疾患からの回復</li>   <li>・現代の感染症</li> <li>・感染症の予防</li> <li>・性感染症・エイズとその予防</li> <li>・健康に関する意志決定・行動選択</li> <li>・健康に関する環境づくり</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物乱用が及ぼす影響、乱用防止の対策について理解する。</li> <li>・精神疾患の発病の要因、症状について理解する。</li> <li>・精神疾患の予防、早期発見に必要なことについて理解する。</li> <li>・精神疾患の適切な治療、社会環境について理解する。</li> <li>・感染症の流行する要因について理解する。</li> <li>・感染の予防対策について理解する。</li> <li>・性感染症、エイズの実態、予防と対策について理解する。</li> <li>・健康的な意志決定、行動選択について理解する。</li>   <li>・ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりについて理解する。</li> </ul>
3 学期	<p>2 安全な社会生活</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・事故の現状と発生要因</li>   <li>・安全な社会の形成</li>   <li>・交通における安全</li>   <li>・応急手当の意義とその基本</li>   <li>・日常的な応急手当</li> <li>・心肺蘇生法</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事故の実態や、発生要因について理解する。</li> <li>・安全のために必要な行動、環境整備について理解する。</li> <li>・交通事故防止のための取り組みや交通環境の整備について理解する。</li> <li>・応急手当の意義について理解する。</li> <li>・応急手当の手順を理解し、実践できる。</li> <li>・実習を通して実践できるようになる。</li> </ul>