

| (保健体育)科 (保 健) シラバス | | 1 単位 | 普通科 第 1 学年 | 1 ~ 4 組 |
|---|---|--|---|---------|
| 年間の到達目標 | | 1 個人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できるような意欲を育てます。 2 健康や安全についての理解を深めるとともに、現代社会における健康についての課題解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけます。 3 心身の健康や安全に関する課題解決を目指し、自らが意志決定を行い、適切な行動を選択し実践できる能力を身につけます。 | | |
| 教科書・副教材等 | | 現代保健体育(大修館書店), 現代保健ノート(大修館書店) | | |
| 学期 | 月 | 学 習 内 容 | 学 習 の ね ら い | |
| 4 | 4 | 「保健」学習について 1 現代社会と健康 | 「保健」学習の意義や内容、評価の方法を理解します。 各種の指標を通して、健康水準の向上と疾病構造の変化について理解します。 ヘルスプロモーションの考え方を生かして、健康の考え方やその保持増進の方法について理解を深めます。 国民の健康の保持増進を図るために、さまざまな保健活動や対策などが行われていることを理解します。 健康を保持増進するためには、適切な食事、運動、休養及び睡眠など、健康的な生活習慣が必要であること、また、喫煙や飲酒による健康への影響や社会に及ぼす影響について理解します。 薬物乱用は、心身の健康や社会に及ぼす影響を考へて、絶対に行わないこと、また、医薬品の有効性や副作用及びその正しい使い方について理解します。 | |
| | 5 | (1) 健康の考え方 ・わが国の健康水準と健康問題の変化 ・健康の考え方と成り立ち ・さまざまな保健活動や対策 | | |
| | 6 | (2) 健康の保持増進と疾病の予防 ・生活習慣病と日常の生活行動 ・喫煙・飲酒の健康影響と対策 ・薬物乱用の健康影響と社会問題 ・医薬品の役割と正しい使い方 | | |
| | 7 | | | |
| 期末考査範囲 | | 教科書及びノートの指定範囲、配布プリント、視聴覚教材の内容 | | |
| 【課題・提出物等】 | | 1 授業中に使用する保健ノートと配布するプリント 2 ビデオ視聴の感想や新聞記事の切り抜きにコメントして提出します。 | | |
| 9 | 9 | (2) 健康の保持増進と疾病の予防 ・感染症とその予防 ・エイズとその予防 | 近年の感染症の新たな問題点について、結核やエイズなどの感染症を取りあげて、その予防には社会的な対策とともに、個人の適切な行動が必要であることを理解します。 健康を保持増進するためには、適切な意志決定や行動選択が必要で、それには十分な情報を集め、個人の知識や価値観をもとに思考・判断する必要があることを理解します。 精神機能は、主として脳によって統一的・調和的に営まれていること、そして、人間にはさまざまな欲求があり、満たされない時に起こる心身の変化と適応機制について理解します。 精神と身体には密接な関連があることを理解し、精神の健康を保持増進するために、ストレスの原因と自分なりの対処法を身につけることが必要であることを理解します。 人間の欲求のなかの自己実現について、その達成の課程において自らが成長することを理解します。 | |
| | 10 | (3) 健康にかかわる意志決定と行動選択 ・適切な意志決定・行動選択の重要性とそのため必要なこと | | |
| | 11 | (4) 精神の健康 ・欲求と適応機制 ・心身の相関 ・ストレスとその対応 ・自己実現 | | |
| | 12 | | | |
| 期末考査範囲 | | 教科書及びノートの指定範囲、配布プリント、視聴覚教材の内容 | | |
| 【課題・提出物等】 | | 1 授業中に使用する保健ノートと配布するプリント 2 ビデオ視聴の感想や新聞記事の切り抜きにコメントして提出します。 | | |
| 1 | 1 | (5) 交通安全 ・交通事故の現状と要因 ・交通社会における運転者の資質と責任 ・安全な交通社会づくり | わが国の交通事故の状況を知り、事故を防止するためには、自分自身の心身の状態や車両の特性を把握すること、個人の適切な行動が必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、交通事故防止のために安全な社会づくりが必要であることを理解します。 応急手当の順序や方法を身につけ、自ら進んで行う態度を養うことが必要であることを理解します。 心肺蘇生法の方法について理解し、実践できるようにします。 日常生活で起こる傷害について、それぞれに応じた応急手当の手順や方法を理解し、実践できるようにします。 | |
| | 2 | (6) 応急手当 ・応急手当の意義とその基本 ・心肺蘇生法 ・日常的な応急手当 | | |
| | 3 | | | |
| 学年末考査範囲 | | 教科書及びノートの指定範囲、配布プリント、視聴覚教材及び実習の内容 | | |
| 【課題・提出物等】 | | 1 授業中に使用する保健ノートと配布するプリント 2 ビデオ視聴の感想や新聞記事の切り抜きにコメントして提出します。 | | |
| 評価の観点 | 内 容 | | 評 価 方 法 | |
| 関 心 意 欲 態 度 (20)% | ・健康の保持増進に必要な事柄について関心を持っているか。 ・積極的に授業に参加しているか。 ・ノートやプリントのまとめ方に工夫がみられるか。 | | ・授業場面での参加の仕方や意欲・態度の観察 ・提出物の記述内容からの読みとり ・定期考査の解答からの読みとり | |
| 思 考 判 断 (10)% | ・自分のこれまでの学習や体験、資料などや、他の人の考えを聞いたりして、課題の設定や解決方法を考え、判断しているか。 | | ・提出物の記述内容からの読みとり ・授業中の発表内容からの聞きとり | |
| 知 識 理 解 (70)% | ・心身の健康や安全についての正しい知識が身についたか。 ・適切な生活行動を選択し、実践することが必要であることを理解しているか。 ・個人や社会生活における健康や安全について、課題解決に役立つ知識が身についたか。 | | ・定期考査の結果 ・提出物の記述内容からの読みとり | |
| 【担当者からのメッセージ】 「保健」という科目は、「健康を保つ」ことを取り扱う授業で、毎週1時間の授業が行われます。 健康問題がテレビや新聞等で大きく取り扱われる現状のなかで、正しい情報を取り入れ、適切な生活行動を選択できるようになることが求められています。 「保健」では、自分や家族の健康を保持増進するための基本的な事柄を理解するだけでなく、日常生活のなかの課題を見つけだし、解決の方法を導き出すことができるような授業を展開します。 日常生活において健康は、空気と同じようにあるのが当たり前で、なくなると非常に困るものです。毎日の生活のなかで、「体の健康」「心の健康」に目を向けましょう。 | | | | |