

保 健

対象クラス	1年生 全クラス	単位数	1
使用教科書	現代保健体育 改訂版 大修館書店		
使用副教材	現代高等保健体育ノート 大修館書店		

<p>「保健」はこんな科目です</p> <p>現在および将来にわたって、健康で安全な生活をおくるために必要な健康に関する科学的な知識の習得を目指す教科です。そして、それを日常生活のなかで役立てるよう努力してもらうものです。</p>
<p>科目の到達目標（目標とする検定等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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にするため、現代社会が抱えている身近な健康問題を多く取り上げて、生活改善の意欲を喚起します。 ・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の解決を目指して、選択すべき行動を適切に判断し、意志決定ができるようにするため、課題解決形式の学習を随時盛り込み、自分の考えを表現し行動できるようにします。 ・健康・安全についての基礎的な事項を理解し、知識を身につけるために、個人生活や社会生活が抱えている身近な問題を多く取り上げテーマとし、これからの生活に役立てることができるようにします。

評価の観点	評価規準・評価内容	評価方法等
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。	<ul style="list-style-type: none"> ・学習活動への参加態度 ・行動観察 ・自己評価 ・ノート
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。	<ul style="list-style-type: none"> ・プリント ・発言 ・行動観察
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、生涯を通じる健康および社会生活と健康について課題の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。	<ul style="list-style-type: none"> ・小テスト ・行動観察 ・定期考査

学習計画（どのような内容を、どの時期に学ぶのか）

	単元名	学習内容	学習活動のねらい
前 期 中 間	I. 現代社会と健康 【前期中間考査】	<ul style="list-style-type: none"> ・保健の授業について（はじめに） ・私たちの健康のすがた ・健康のとらえ方 ・健康と意思決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり 	<ul style="list-style-type: none"> ・保健学習の意味と学習の見通し ・健康水準の推移と背景や疾病構造の変化を通して、現代の健康のとらえ方を理解する。 ・健康についての多様な考え方や健康の成り立ちとその要因について理解する。 ・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あることを理解する。 ・生活の質や生きがいを重視する健康の考え方、健康のための個人の実践力の育成とそれを支える環境づくりを重視するヘルスプロモーションの考え方を理解する。
前 期 期 末	【前期期末考査】	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病とその予防 ・食事と健康 ・運動と健康 ・休養・睡眠と健康 ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 	<ul style="list-style-type: none"> ・国民の死亡原因の上位を占める「生活習慣病」についての理解を深めるとともに、今の生活習慣を見直すことによって、食事、運動、休養・睡眠など調和のとれた生活を実践する能力を身に付ける。 ・喫煙や飲酒による健康への被害を理解し、適切な行動選択と意志決定について考える。 ・薬物の乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について理解する。
後 期 中 間	【後期中間考査】	<ul style="list-style-type: none"> ・現代の感染症 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防 ・欲求と適応機制 ・心身の相関とストレス ・ストレスへの対処 ・心の健康と自己実現 	<ul style="list-style-type: none"> ・新たに注目される感染症、再び問題となっている感染症、性感染症、エイズについて、予防とその対策を理解する。また、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する。 ・心と脳の働きを理解し、様々な欲求と適応機制があることを理解する。 ・精神と身体には密接な関係があることを理解する。 ・精神の健康を保持増進するためには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、自己実現を図る努力の必要性を理解する。
後 期 期 末	【学年末考査】	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・交通事故防止のために車両の特性の理解、適切な行動、生命尊厳の態度、交通環境の整備の重要性を理解する。 ・責任や補償問題について理解する。 ・応急手当の意義と手順を学び実践できるようにする。 ・心肺蘇生法など応急手当の意義や正しい手順について理解するとともに、実習を通して、日常生活において実践できる態度と技能を身に付ける。 ・ケガと熱中症の応急手当ができるようにする。 ・1年間の総復習をする。 ・授業評価を実施する。

