

保 健

対象クラス	第1学年 全科	単位数	1
使用教科書	現代高等保健体育（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）		

「保健」とはこんな科目です。
 保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成します。

科目の到達目標(目標とする検定等)
 ・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。
 ・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。
 ・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。

評価の観点	割合	評価規準・評価内容	評価の場面・方法等
知識・技能(技術)	4	・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。	・行動観察 ・定期考査・小テスト ・自己評価
思考・判断・表現	3	・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。	・行動観察 ・定期考査・小テスト ・自己評価 ・発言
主体的に学習に取り組む態度	3	・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。	・行動観察 ・ノート ・発言

学習計画(どのような内容を、どのような時期に学ぶのか)

時期	単元名	学習内容	学習活動のねらい
前期中間	1単元 現代社会と健康	1健康の考え方と成り立ち 2私たちの健康のすがた 3生活習慣病の予防と回復 4がんの原因と予防 5がんの治療と回復 6運動と健康	・さまざまな健康の考え方について例をあげて説明できる。 ・わが国の健康水準の変化とその背景について説明できる。 ・生活習慣病の種類と要因について説明できる。 ・がんの種類や原因について説明できる。 ・がんのおもな治療法や緩和ケアについて説明できる。 ・健康と運動の関係について説明できる。
前期期末	【前期期末考査】	7食事と健康 8休養・睡眠と健康 9喫煙と健康 10飲酒と健康 11薬物乱用と健康 12精神疾患の特徴	・食事と健康の関係について説明できる。 ・健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について説明できる。 ・喫煙者やその周囲の人に起こる害について説明できる。 ・飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。 ・薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。 ・精神疾患の例をあげ、発病の要因とおもな症状について説明できる。
後期中間		13精神疾患の予防 14精神疾患からの回復 15現代の感染症 16感染症の予防 17性感染症・エイズとその予防 18健康に関する意思決定・行動選択	・精神疾患を予防する方法について説明できる。 ・精神疾患の治療について例をあげて説明できる。 ・感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて説明できる。 ・感染症の予防対策について3原則から例をあげて説明できる。 ・性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について説明できる。 ・意思決定・行動選択に影響を与える要因について説明できる。
学年末	2単元 安全な社会生活	19健康に関する環境づくり 1 事故の現状と発生要因 2安全な社会の形成 3交通における安全 4応急手当の意義とその基本 5日常的な応急手当 6心肺蘇生法	・社会環境の健康への影響について例をあげて説明できる。 ・事故の実態と被害の実態について説明できる。 ・安全のために必要な個人の行動について例をあげて説明できる。 ・交通事故防止における個人の取り組みと交通環境整備について例をあげて説明できる。 ・応急手当の意義について説明できる。 ・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について説明できる。 ・心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。
	【学年末考査】		