

教科名	科目名	学科・学年・類型	単位数
保健体育	保健	普通科 1 学年	1
教科書	[主たる教材] 現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店)		
副教材等	[副教材] ステップアップ高校スポーツ 2018 (大修館書店)		

1 学習目標

個人および社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

2 指導の重点

- ①知識、技能の習得に向けて
ヘルスプロモーションの考え方を生かし、健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択および健康的な社会環境づくりなどの重要性について理解を深めるとともに、生涯の各段階における健康課題への対応と保健・医療制度や地域の保健・医療機関の適切な活用および社会生活における健康の保持増進について理解できるようにし、心身の健康の保持増進を図るための思考力・判断力などの資質や能力を育成する。
- ②思考力、判断力、表現力の育成に向けて
健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を体系的に学習することにより、健康問題を認識し、これを科学的に思考・判断し、適切に対処できるようにすることをねらいとする。そして、ホームルーム活動や学校行事などの特別活動および総合的な学習の時間などにおいて「保健」で身に付けた知識および資質や能力を生かして課題解決などに取り組むことができるようにする。
- ③学びに向かう力の涵養に向けて
健康に関する興味・関心や課題解決への意欲を高めるとともに、知識を活用する学習活動を重視して、思考力・判断力等を育成する。

3 学習計画

月	単元名	教材	学習内容 (指導内容)	時間	評価方法
4月	現代社会と健康	私たちの健康のすがた	健康水準の向上	10	1 学期末考査
5月		健康のとらえ方	健康についての多様な考え方		
6月		健康と意思決定・行動選択			
7月		健康に関する環境づくり 生活習慣病とその予防	ヘルスプロモーション		
8月		食事と健康	健康的な食生活の重要性と意義	13	2 学期末考査
9月		運動と健康	運動の意義、健康づくりのための運動習慣の形成		
10月		休養・睡眠と健康	休養、睡眠の意義		
11月		喫煙と健康	喫煙の健康影響		
12月		飲酒と健康	飲酒の健康影響	13	2 学期末考査
1月		薬物乱用と健康	薬物乱用の健康影響		
2月		現代の感染症 感染症の予防	感染症とは 感染症対策		
3月		性感染症・エイズとその予防	性感染症・エイズの予防		
1月		欲求と適応機制	欲求と脳の働き	13	2 学期末考査
2月		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	心身相関のしくみとストレス 自己実現と心の健康の関係		
1月		交通事故の現状と要因	交通事故の現状		
2月		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			

3月	心怠り等の意義とその基本 心肺蘇生法 日常的な応急手当	応急手当の意義 心肺蘇生法の意義と原理 けがの応急手当	9	学年末考査
----	-----------------------------------	-----------------------------------	---	-------

計 32 時間 (55分授業)

4 課題・提出物等

授業で使用した課題プリントやノートに適宜回収し、評価に加味する。

5 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。

(関心・意欲・態度)	(思考・判断・表現) (技能)		(知識・理解)
関心・意欲・態度	思考・判断		知識・理解
現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会と健康について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表している。		現代社会と健康、生涯を通じる健康、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ている。
以上の観点を踏まえ、 ・定期考査 ・授業の取組(授業態度、授業中の行動観察、学習活動への参加状況など) ・課題の実施状況、ノートの作成状況 などから、総合的に評価します。			

6 担当者からの一言

人の一生のなかで高校生の時期は、保健体育の観点からみても大変重要な意味を持っています。体の大きさは成人に近づいていきますが、体力や心の発達という点からは、成人になるまでさらなる充実が期待されるからです。そのような時期にあって、自らの健康はもちろんのこと、これからの社会を担う一員として、健康やスポーツを社会のなかで考えていける力を身に付けることが求められています。健康は生涯を通じて重要な土台となるものです。それが将来にわたって私たちの明るく健康な生活を生み出し、それを維持していく上で欠かせないということを自覚し、学習に取り組みましょう。(担当：山田圭祐)