

対象教科・科目		単位数	対象学科・学年・クラス		備考
保健体育	保健	1 単位	全学科	1 年 6 クラス	必履修科目

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	個人および社会全体における健康・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、改善していくための資質や能力を育てる。
使用教科書	現代高等保健体育（大修館書店 保体 304）
副教材等	現代高等保健体育 ノート（大修館書店 保体 304）

2 学習計画

学期	学習項目	学習の具体的内容
1 学期	オリエンテーション	授業の進め方について説明
	第 1 単元 現代社会と健康	
	1、私たちの健康のすがた	私たちが生きている現代社会の健康水準や健康について学ぶ。さらに個人の行動と社会の活動が私たちの健康にどのようにかかわっているかについて学ぶ。
	2、健康のとらえ方	
	3、健康と意思決定・行動選択	意思決定・行動選択の重要性や影響する要因、必要なことを理解する。
	4、健康に関する環境づくり	
	5、生活習慣病とその予防	健康を保持増進し、生活習慣病を予防していくには、食生活・運動習慣・休養（睡眠）・飲酒・喫煙
2 学期	6、食事と健康	といった生活習慣を適切なものにしていく必要があることを学ぶ。 自分自身が健康的な生活習慣を守れているかを把握しそのうえで、毎日の生活の中で生活の質（QOL）を高める努力をする。
	7、運動と健康	
	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	薬物の乱用が心身の健康や社会におよぼす影響について理解する。
	12、現代の感染症	エイズ・結核・腸管出血性大腸菌感染症や薬剤耐性菌問題など、近年感染症の新たな問題が起こっていること、およびその予防には、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。
3 学期	13、感染症の予防	
	14、性感染症・エイズとその予防	
	15、欲求と適応規制	心の安定を保つために、適応機制を上手に利用すること。
	16、心身の相関とストレス	また、ストレスとうまくつきあっていくには、気分転換やリラクゼーション・他者への相談による対処があり、各自で自分に合った方法を編み出し、実践する能力を学ぶ。
	17、ストレスへの対処	
	18、心の健康と自己実現	心と体の健康を大切にしながら、人生の目標の自己実現を目指す能力を身につける。
	19、交通事故の現状と要因	わが国の交通事故の現状を知るとともに、事故の原因と対策、および交通社会で必要とされる資質と責任について学ぶ。
3 学期	20、交通社会における運転者の資質と責任	国民皆免許時代であり、いずれ自動車や二輪車を運転する立場であることを理解し、その責任の重さを認識し、生命を尊厳する態度を身につける。
	21、安全な交通社会づくり	
	22、応急手当の意義とその基本	自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会環境を作るためには、一人一人が応急手当の手順や方法を見に付け、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する。
	23、心肺蘇生法	心肺蘇生法の具体的な知識を持ち、その手当の基本を体得する。
	24、日常的な応急手当	特に応急処置は、日常の部活動、体育授業で生かせるようにする。

3 評価の観点、内容および評価方法

評価の観点および内容		評価方法
関心・意欲・態度	保健についての関心を持ち、意欲的に取り組む態度が身についているか。	・学習活動への参加の仕方や態度 ・ノートの作成状況
思考・判断・表現	保健についての思考を深め、その活用方法を適切に判断し、効果的な利用を工夫できているか。	・学習活動への参加の仕方や態度 ・ノートの作成状況
技能	保健に関する基本的な技術を習得し、その結果を的確に表現することができているか。	・学習活動への参加の仕方や態度 ・ノートの作成状況
知識・理解	保健に関する基礎的な知識を身に付け、その役割について理解できているか。	・定期考査の知識 ・理解に関する問題