

教科（科目）	保健体育（保健）	単位数	1単位	学 年	1 学 年
使用教科書	「現代保健体育」大修館書店				
副教材等	「図説 保健体育」大修館書店				

1 学習の到達目標

個人や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身につける。

2 学習の重点

健康の意味や意義について理解を深め、現代社会が抱えている健康問題を把握する。またヘルスプロモーションの重要性、保持増進の為の対策や疾病予防の為の基礎的な知識を習得し実践できる態度と能力を身につける。

3 学習の計画

月	単元名	考查	小単元	主な学習活動	時間
4			・私たちの健康のすがた	・現在のわが国の健康水準を、疾病構造の変化や世界各国と比べ理解します。	2
			・健康のとらえ方	・現代社会における健康の成立要因や条件について学びます。	1
5			・健康と意志決定・行動選択	・意志決定、行動選択の重要性をこんにちの健康問題の特徴と関連させて説明できるようにします。	2
			・健康に関する環境づくり	・適切な意志決定、行動選択のために必要なことを具体例を用いて説明できるようにします。	2
6			・生活習慣病とその予防	・ヘルスプロモーションの理念を理解し、どのような保健活動があるか学びます。	2
			・食事と健康	・生活習慣病の具体的な例を挙げ、これを防ぐ方法を学びます。	1
			・運動と健康	・健康的な食生活の重要性と意義について考えます。	1
7	現	1字期末	・休養・睡眠と健康	・健康によい運動とはどのようなものか、運動週間の形成を考えます。	1
			・喫煙と健康	・休養・睡眠の意義を考え、健康によりよい休養・睡眠のとり方を学びます。	2
9	社		・飲酒と健康	・もし、自分が喫煙をしたらどのような問題がおりうるか様々な角度から考えます。	1
			・薬物乱用と健康	・飲酒に対して現在どのような対策がとられ、またどのような対策が必要か考えます。	1
			・現代の感染症	・もし、自分が薬物を乱用したらどのような問題がおりうるか様々な角度から考えます。	2
10	と		・感染症の予防	・医薬品の役割について理解し、正しく使うためのポイントを説明できるようにします。	1
			・性感感染症とエイズとその予防	・現在問題となっている感染症について理解し、防止のために自分でやれること、社会がすべきことについて考えます。	2
			・欲求と適応機制	・感染症の実態について日本の状況と世界の状況を説明できるようにします。	1
11	健	2字期末	・心身の相関とストレス	・エイズや性感感染症の予防のために自分でやれること社会がすべきことを考えます。	1
			・ストレスへの対処	・欲求について理解し、欲求不満から生じる不安や緊張にたいする適応機制を学びます。	2
			・心の健康と自己実現	・心身の働きと体の働きが影響しあう関係の理解とストレスについて学びます。	1
1	会		・交通事故の現状と要因	・ストレスについて自分でできる対処法を考えます。	2
			・交通安全における運転者の資質と責任	・自分にとっての自己実現とは何なのかを考えます。	1
			・安全な交通社会づくり	・交通事故の特徴・要因などについて理解します。	2
2			・応急手当の意義とその基本	・交通安全の一員として生活していく上で必要な事柄と責任について学びます。	1
			・心肺蘇生法	・安全な交通社会をつくるための法的、設備や施設の充実を考えます。	2
3			・心肺蘇生法	・心肺蘇生法ができるようになるための知識を学んだり。実技を行ったりします。	2
			・日常的な応急手当	・日常のけがの手当ての手順や方法を理解し、適切な手当てができるようになります。	1

4 評価の観点と評価方法 評価は次の3つの観点から行います。

関心・意欲・態度	集団生活や社会生活における健康・安全に関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。
思考・判断	個人生活や社会生活における健康安全について、課題の解決を目指して考え行動している。
知識・理解	個人生活や社会生活における健康安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項について理解し、知識を身につけている。

評価は具体的には①出席状況②授業への取り組み③課題等の提出④定期考查を対象とします。これらの状況を数値化して評価を行います。また、一年間の評定は1学期・2学期・学年末の年間を通して、上記内容を総合的に判断して決定します。

5 担当者からの一言

健康は生涯を通じた人間の生活にとっての土台となります。保健の授業を通して、現在だけでなく将来の生活のために役立つ学習ができることを期待します。

