

4回生 必修科目「保健」授業のシラバス

教科名	保健体育	科目名	保健	単位数	1	単位
科目の目標	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、改善していくための資質や能力を育てる。					
教科書	現代高等保健体育改訂版304（大修館書店）	副教材	現代保健ノート（大修館書店）			

1 学習の目標

- (1) 我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする。

2 学習の方法

- (1) 予習について
○最近の健康問題のニュースに関心を持ち、自身の知識や日常生活の習慣と関連づける意識を持つことが大切である。
- (2) 授業について
○授業が始まる時には、教科書・ノートの準備が整っていることが大切である。
- (3) 復習について
○考査は1学期末考査と2学期末考査の2回あるので、教科書の内容とノートを確認し理解を深めることが大切である。

〈学習アドバイス〉

○知識の積み上げのみを目的とした教科ではありません。身につけた知識を生活に活かし、豊かな生活がおくれるよう理想的な生活習慣に目を向けていきましょう。

○わが国の平均寿命は世界の最高水準にあり、急激に高齢社会をむかえています。高齢者になっても健康的で生きがいのある生活をおくれるよう、若い時期からの健康づくりに目を向けていきましょう。（「健康寿命」が延びる社会環境を築いていきましょう。）

○健康・安全に関しては先代の人々のいろいろな苦労や経験をもとに、知恵と努力によって改善・対策が成されてきています。それらを知識として自分の生活に生かし、新しい発想や発見につなげていきましょう。

3 評価について

(1) 評価の観点

観 点	趣 旨
①知識・技能	各単元における基礎的な知識（技能）について理解しているかどうかを評価する。
②思考・判断・表現	各単元の内容について考え、それらを合理的に整理して発言や発表しているかどうかを評価する。
③主体的に学習に取り組む態度	各単元の内容について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。

(2) 評価の方法（以下観点①～③は「(1) 評価の観点」と対応する）

観 点	評価材料	定期 考査	単元 テスト	小 テスト	実技 実習	発言 発表	作品	レポ ート	ノート	ワーク シート	討議				
①知識・技能		◎	○	○		○		○	◎						
②思考・判断・表現		○				◎		○	◎	○	○				
③主体的に学習に取り組む態度					○	◎		○	○		○				

〈担当者からのメッセージ〉

○前期生で学んだ内容が深まります。教科書の内容にとどまらず、健康問題に関心を持ち、生き方について考えてみましょう。

○生きていくために最も身近で、不可欠な教科です。

■本校で目指す生徒像と身につける資質・能力

高い知性						豊かな人間性			健康な心身		郷土愛と国際性	
探求心		情報活用力		調整力		自律心	寛容さ	感受性	生命尊 重の心	強くし なやか な心身	日本人 としての 誇り	多様性 の尊重
関心 ・意欲	問題 発見力	情報 収集力	論理的 思考力	共感的 態度	意見交換 ・調整力							
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
課題に関心を持ち、問題発見・解決へ向けて意欲的に取り組むことができる。	生じている問題や今後生じうる問題について理解し、解決方法について提案することができる。	多様な視点から必要な情報を収集し、整理・分析して、意見に結びつけることができる。	事象や関係を把握し、多様な情報を整理・分析し、論理的に思考することができる。	相手の感情、思考、行動を理解し、共感を示すことができる。	他者の主張を理解し、自分の主張と調整し、互いに納得できる結論を得ることができる。	強い意志をもち、周囲に流されることがなく、困難に立ち向かうことができる。	異なる価値観や多様な特質を理解し、尊重しながら、互いを高め合うことができる。	有形無形の美や自然に対し、その価値を素直に受け止めることができる。	命の尊さと健康の大切さを理解し、何より自他の生命を尊重することができる。	困難に負けない強い心と体をもち、あらゆる課題に対して柔軟な対応ができる。	郷土に対する深い理解と愛着をもち、日本のよさを伝えることができる。	世界の多様性を理解し、多面的・多角的な視野から他者と接することができる。

4 授業計画 ※【知識・技能】→①、【思考・判断・表現】→②、【主体的に学習に取り組む態度】→③

月	単元	学習内容	評価の観点	考查等	資質・能力
4	現代社会と健康（35）	オリエンテーション 体のつくりと働き（骨格系・筋肉系） 1 私たちの健康のすがた 2 健康のとらえ方	健康の考え方や保持増進の方法の変化、適切な意志決定や行動選択の重要性及び我が国や世界の保健活動や対策の実践について ①②仲間と協力し、資料を集めたり、調べたことを記録したりしようとしている。 ②③資料などをもとに、整理し、分析して課題を見付けている。また、自分の経験や仲間との意見交換をもとに、課題の解決方法を考えたり、日常生活に当てはめたりして、選択すべき行動を判断している。	小テスト（p④）	ABCDEFGM
5		3 健康と意思決定・行動選択 4 健康に関する環境づくり		保健ノート提出	
6		5 生活習慣病とその予防			
7		6 食事と健康 7 運動と健康 8 休養・睡眠と健康		レポート提出	
8		9 喫煙と健康 10 飲酒と健康		保健ノート提出 1学期期末考查	
9		11 薬物乱用と健康			
10		12 現代の感染症 13 感染症の予防 14 性感染症・エイズとその予防		保健ノート提出	
11		15 欲求と適応機制 16 心身の相関とストレス			
12		17 ストレスへの対処 18 心の健康と自己実現			
1		19 交通事故の現状と要因 20 交通社会における運転者の資質と責任 21 安全な交通社会づくり		保健ノート提出 2学期期末考查	
2		22 応急手当の意義とその基本 23 心肺蘇生法 24 日常的な応急手当			
3					