

＜保健体育＞科 学習シラバス

科 目	保健	学年・類型	1 年生	単位数	1 単位	教科書	現代高等保健体育 (大修館書店)		
学習の到達目標		・健康のとりえ方や、健康のために人や社会に望まれることを学ぶ。 ・現代の健康問題や、新しい時代の健康のあり方について知る。 ・生活習慣病や薬物、心の問題など健康に関する問題について学ぶ。							
評価の 観 点	A 知識・技能		B 思考・判断・表現		C 主体的に取り組む態度				
評 価 の 内 容	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、技能を身に付けている。		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っている。		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っている。				
評 価 の 方 法	・ノート、プリント類 ・心肺蘇生法実技 ・定期考査		・学習活動における発言内容 ・レポート、感想文などの作成した文章 ・ノート、プリント類 ・定期考査		・学習活動への参加姿勢や態度				
学期	月	単元名・小単元名	学 習 の 指 導 内 容			評 価 の 観 点			
1 学 期	4	健康の考え方と成り立ち	現代社会における健康の成立要因や条件について学ぶ。			○			
		私たちの健康のすがた	現代の健康水準について学ぶ。			○			
	5	生活習慣病の予防と回復	生活習慣病を防ぐ方法を食事・運動・休養・睡眠などの側面から考える。			○			
		がんの原因と予防	がんとその種類・予防について学ぶ。					○	
		がんの治療と回復	がんの治療と緩和ケア・がんとともに生きる社会づくりについて学ぶ。					○	
	6	運動と健康	健康からみた運動の意義について学ぶ。				○		
		食事と健康	健康的な食生活の意義について学ぶ。				○		
	7	休養・睡眠と健康	適度な運動と休養が健康をつくることを学ぶ。			○			
		喫煙と健康	喫煙によって起こる問題や喫煙対策について学ぶ。					○	
			飲酒と健康	飲酒によって起こる問題や飲酒対策について学ぶ。					○
2 学 期	8・9	薬物乱用と健康	薬物乱用によって起こる問題や薬物乱用対策について学ぶ。					○	
		精神疾患の特徴	精神疾患の要因と種類について学ぶ。			○			
	10	精神疾患の予防	日常生活における精神疾患の予防について学ぶ。				○		
		精神疾患からの回復	専門家による支援と治療・社会環境の整備について学ぶ。					○	
	11	現代の感染症	現在問題となっている感染症について学ぶ。			○			
		感染症の予防	感染症予防と現代の感染症対策について学ぶ。				○		
3 学 期	1	健康に関する意思決定 ・行動選択	意思決定・行動選択とそれに与える要因について学ぶ。					○	
		健康に関する環境づくり	健康を保持増進するための環境づくりについて学ぶ。			○			
	2	心肺蘇生法	心肺蘇生法の原理及び手順について学ぶ。			○			
		3							
学習のポイント		・授業の内容を自分や自分の生活に関連付けて考える。 ・実習に積極的に参加して、学習内容を実生活に活用できるよう努力する。 ・授業中にホワイトボードに表示した内容はノート・プリントに書き写し、理解できなければ質問する。							