

『 保 健 』 シラバス

科 目 名	学 科	学 年	必修 / 選択	単 位 数
保 健	全学科	1 年	必 修	1 単 位

1. 科目目標と使用教材

科目目標	個人および社会生活における健康・安全についての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とともに、健康的な社会環境づくりが実践できるようにする。
使用教材	教科書：現代保健体育（大修館書店） 資料集：現代保健ノート（大修館書店）

2. 学習計画

学期	学 習 項 目	学 習 目 標
1 学 期	1. 私たちの健康のすがた	・わが国における健康水準の向上について理解し、健康問題の変化について学習します。
	2. 健康のとらえ方	・健康についてのさまざまな考え方や、健康の成り立ちと健康を保持増進する方法について学習します。
	3. さまざまな保健活動や対策	・わが国や世界における健康のための活動について理解し、ヘルスプロモーションにもとづく活動について学習します。
	4. 生活習慣病と日常生活行動	・生活習慣と関連の深い病気～生活習慣病～について理解し、健康の基本である食事、運動、休養および睡眠について学習します。
	5. 喫煙と健康	・喫煙の健康影響や非喫煙者が受ける健康影響について理解し、喫煙に対する対策について学習します。
	6. 飲酒と健康	・アルコールの作用および長期飲酒の健康影響について理解し、飲酒に対する対策について学習します。
	7. 薬物乱用と健康	・薬物乱用の健康影響について理解し、薬物乱用がひきおこす社会問題や薬物乱用にたいする対策について学習します。
	8. 医薬品と健康	・医薬品の役割について理解し、医薬品の使い方や医薬品の安全性のための対策について学習します。
2 学 期	9. 感染症とその予防	・こんにち注意すべき感染症について理解し、新たな感染症問題とその予防策について学習します。
	10. エイズとその予防	・全人類の課題であるエイズについて理解し、エイズや最近増加傾向にある性感染症への対策について学習します。
	11. 健康にかかわる意志決定・行動選択	・適切な意志決定・行動選択の重要性について理解し、意志決定・行動選択に影響をおよぼす要因について学習します。
	12. 意志決定・行動選択に必要なもの	・適切な意志決定・行動選択のために必要なことについて理解し、適切な意志決定・行動選択をしやすい社会について学習します。
	13. 欲求と適応機制	・心と脳の働きやさまざまな欲求について理解し、欲求不満と適応機制について学習します。
	14. 心身の相関とストレス	・こころと体のかわりについて理解し、ストレスと心身の健康について学習します。
3 学 期	15. ストレスへの対処	・ストレスの原因への対処について理解し、とらえ方を変えることによる対処や気分転換・リラクゼーションについて学習します。
	16. 自己実現	・自己実現とこころの健康について理解し、自己実現を達成する過程や条件、自分にとっての自己実現の達成について学習します。
	17. 交通事故の現状と要因	・交通事故の現状について理解し、交通事故の要因について学習します。
	18. 交通社会における運転者の資質と責任	・安全な運転のための資質について理解し、交通事故の責任と補償について学習します。
	19. 安全な交通社会づくり	・安全な交通社会をつくるための法的な整備と施設・設備の充実、車の安全性の向上について学習します。
	20. 応急手当の意義とその基本	・応急手当の意義について理解し、応急手当の手順について学習します。
	21. 心肺蘇生法	・心肺蘇生法の意義・原理について理解し、その手順について学習します。
	22. 日常的な応急手当	・日常的なけがや熱中症の応急手当について理解し、その手順について学習します。

3. 学習方法

高等学校の保健の授業は、これまでの小学校や中学校で学んできた基礎・基本の内容にくわえて、座学による知識注入はもちろんのこと、課題解決学習を積極的に取り入れ、将来、生活等で様々な問題点に直面した場合、自分達で考え問題点を解決していく能力を身につけさせることを考えています。

4. 評価の観点

関心・意欲・態度	・個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心をもち、自らの健康で安全な生活を実施するため、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心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して科学的に思考し、総合的にとらえることにより、適切な意志決定を行い、選択すべき行動を適切に判断している。
技能・表現	
知識・理解	・健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康、生涯を通じる健康および社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基本的な事項を理解し、知識を身につけている。

5. 成績評価

1・2学期	中間	~~~~~中間考査は行いません~~~~~				
	期末	定期考査 (素点)	平 常 点			
		70 %	提出物 10 %	授業態度 10 %	出欠 10 %	%
3学期	学年末	定期考査 (素点)	平 常 点			
		70 %	提出物 10 %	授業態度 10 %	出欠 10 %	%

6. 生徒の皆さんへ

授業は、休まないことが第一です。教科書・保健ノートを忘れないように、毎時間の学習活動を意欲的に行ってください。なお、授業中の態度（私語・居眠り等）・ノートやプリント等の提出物、定期考査が大きなウェイトを占めますのでしっかり学習してください。

全授業時数の1/3以上の欠課があった場合は欠点となるので、健康に気をつけ、授業を休まないようにして下さい。