

令和5年度 保健体育科シラバス（1年保健）

■授業の形態

(1)1, 2学年で履修。3学期制、1年間の授業時間数を35時間として作成。

(2)「教科書」(保体701「現代高等保健体育」)と副教材「現代高等保健体育ノート」を中心に授業を行う。

■目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。
 (1) 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、技能を身に付けるようにする。
 (2) 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う。
 (3) 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う。

評価の観点

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
生涯にわたり健康で安全な生活を送ることができるように、健康の保持・増進のための基礎的な事項を理解するとともに、安全な社会生活について理解を深めている。	生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。	健康な生活を送るために、自分自身の健康を適切に管理し、環境の改善を主体的に取り組んだり、家庭や地域の健康・安全の充実向上を図るために実践しようとしている。

学期	月	時数	学習内容	到達目標	評価方法
1 学期 (13時間)	4	3	健康の考え方と成り立ち 私たちの健康のすがた	・健康の定義について理解している ・日本と世界の健康問題について説明できる	受講態度 発言チェック
	5	3	生活習慣病の予防と回復 がんの原因と予防 がんの治療と回復	・生活習慣病の種類と要因について説明できる ・がんの予防法について例をあげて説明できる	受講態度 発言チェック
	6	4	運動と健康 食事と健康 休養・睡眠と健康 喫煙と健康	・運動・食事・睡眠と健康の関係について理解し、説明できる ・目的に応じた健康的な運動のしかたについて例をあげて説明できる ・喫煙による健康への影響について理解し、説明できる	受講態度 発言チェック レポートチェック
	7	2	飲酒と健康 薬物乱用と健康	・飲酒、薬物乱用による健康への影響について理解し、周囲や社会に及ぼす影響について説明できる	受講態度 発言チェック 保健ノート確認
		1	1学期末テスト	・基礎的な知識だけでなく、課題解決に必要な知識も身につけている	テストとレポート採点
2 学期 (14時間)	9	3	精神疾患の特徴 精神疾患の予防 精神疾患からの回復	・現代の精神保健の課題を理解している ・精神疾患の予防方法や治療について例をあげて説明できる	受講態度 発言チェック
	10	4	現代の感染症 感染症の予防 性感染症・エイズとその予防	・新興感染症と再興感染症の流行要因を理解している ・感染症や性感染症への個人と社会の対策について例をあげて説明できる	受講態度 発言チェック レポートチェック
	11	4	健康に関する意思決定・行動選択 健康に関する健康づくり 課題解決学習	・健康に関する適切な意思決定・行動選択の際の工夫について例をあげて説明できる ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について説明できる	受講態度 発言チェック 保健ノート確認 発表採点
		1	2学期期末テスト	・基礎的な知識だけでなく、課題解決に必要な知識も身につけている	テストとレポート採点
	12	2	事故の現状と発生要因 安全な社会の形成 交通における安全	・交通事故の特徴や関係する要因について理解し、具体例をあげて説明できる。 ・交通事故を起こした場合の責任や補償について説明できる	受講態度 発言チェック
3 学期 (8時間)	1	3	応急手当の意義とその基本 日常的な応急手当 心肺蘇生法	・応急手当の意義や手順について理解している。 ・心肺蘇生法の原理や手順について理解している。 ・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法を理解し、実行できる。	受講態度 発言チェック レポートチェック
	2	4	心肺蘇生法 (VTR視聴学習を含む実習) 課題解決学習	・実際に理解した手順を救急法として実践ができる。 ・今までやった単元の中からテーマを選び、調べ学習を行いレポート提出や発表することができる。	受講態度 実技実習テスト 保健ノート確認 発表採点
	3	1	学年末試験	・基礎的な知識だけでなく、課題解決に必要な知識も身につけている	テストとレポート採点