

教科名	保健体育	単位数	1単位	学科・学年	普通科 1年
教科書名	最新高等保健体育			出版社名	大修館書店
副教材等	保健体育ノート			出版社名	なし
科目目標	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。				
到達目標 (検定目標)	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、生涯を通じて自らの健康を適切に理解し、改善していく資質や能力を養う。 我が国の疾病構造や社会変化に対して、健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が適切な生活行動を選択し実施すること及び環境を改善していく努力が重要であることを理解できるようになる。				
成績評価	年に3回実施予定の定期考査をもとに評価の点数を出していきます。定期考査の内容は教科書の基本事項が中心です。 単元ごとのノートなどの提出や発表回数などによる平常点を加味します。 教材の忘れ物・授業への遅刻などは平常点として減点します。				
評価規準	関：関心・意欲・態度 思：思考・判断 技：技能・表現 知：知識・理解				

## 授 業 計 画

月	授 業 内 容	授 業 目 標	評価の観点			
			関	思	技	知
4	1. 健康の考え方と成り立ち ・健康についての様々な考え方 ・健康の要因  2. 私たちの健康のすがた ・健康水準の向上 ・健康問題の変化	・WHOの健康について理解する。 ・健康の成り立ちにかかわる要因、主体要因、環境要因について理解する。	●	●		●
5	3. 健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり ・適切な意思決定・行動選択 ・ヘルスプロモーション  4. 生活習慣病とその予防 ・生活の基本について	・意思決定・行動選択の重要性を理解する。 ・意思決定・行動選択のために必要な具体例を用いて説明できる。 ・ヘルスプロモーションについて理解する。	●	●		●
6	5. 食事と健康  6. 運動・休養と健康 ・健康における運動の意味 ・休養の必要性	・健康な食事の意味が説明できる。 ・健康的な食事のポイントを上げられる。	●	●		●
7	7. 喫煙と健康 ・喫煙の健康影響	・喫煙に対する現状と対策について理解している。	●			●

9	8. 飲酒と健康 ・アルコールの作用 ・長期飲酒の健康影響	・飲酒に対する現状と対策について理解する。	●			●
	9. 薬物乱用と健康 ・薬物乱用が引き起こす社会問題	・薬物乱用に対する現状と対策について理解している。	●			●
10	10. 感染症とその予防 ・新たな感染症予防	・現在問題となっている感染症について理解している。	●			●
	11. 性感染症・エイズとその予防 ・性感染症への対策 ・エイズへの対策	・性感染症への理解を深め、 ・エイズの実態や予防の知識を知る。		●		●
11	12. 欲求と適応機制 ・心と脳の働き ・様々な欲求	・欲求の種類やどのように欲求が生じるか理解している。	●			●
	13. 心身の相関とストレス ・心と体の関わり ・ストレスと心身の関わり	・心身相関やストレスについて説明できる。		●		●
12	14. 心の健康のために ・ストレスの対処 ・自己実現	・ストレスについて対処法を理解している。 ・自己実現とは何か、達成する過程や条件を説明することができる。	●		●	●
1	15. 交通事故の現状と要因 ・安全な運転のための資質	・交通事故の特徴や関係する要因について理解し、具体例を挙げて説明できる。	●			●
	16. 交通事故を防ぐために	・運転者に必要な資質と責任を説明できる。 ・安全な交通社会づくりのための対策を理解する。		●		●
2	17. 応急手当の意義とその基本 ・応急手当の手順	・応急手当の意義や手順について理解する。	●			●
	18. 日常的な応急手当 ・けがの応急手当 ・熱中症の応急手当	・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について理解し、実行できる。	●	●	●	
3	19. 心配蘇生法の原理とおこない方 ・心肺蘇生法の意義と原理 ・呼吸が止まっているとき ・心臓が止まっているとき	・胸骨圧迫、人工呼吸、AEDによる除細動の原理を理解する。 ・心配蘇生法の手順、ポイントを説明できる。	●			●
			●	●	●	
<b>【履修上の注意およびワンポイントアドバイス】</b> ・週1時間の授業なので、教科書ノートの忘れ物をしないようにしてください。 ・授業態度を重視します。 ・教科書の内容に沿った学習ノートをまとめることで理解を深めます。						