

平成31年度 【教科シラバス表】

教科名(保健体育) 科目名(保健) (1)単位 (1)学年 履修規定(必修)

担当者(熊谷均 湯澤一道)

1. 教科書、副教材

教科書	現代保健体育(大修館書店)
副教材	現代保健ノート(大修館書店)

2. 科目の達成目標

急激な高齢化社会を迎えたこんにち、生涯を通じて健康で過ごすためには高校生の時期はたいへん重要な意味をもっている。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、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。

3. 学習の計画

		進行計画	授業概要	考査範囲		時間(予定)
前期	4月	・骨格、筋肉系 1単元 現代社会と健康 1. 私たちの健康の姿 2. 健康のとらえ方 3. 健康と意思決定・行動選択 4. 健康に関する環境づくり 5. 生活習慣病とその予防 6. 食事と健康 7. 運動と健康 8. 休養・睡眠と健康 9. 喫煙と健康 10. 飲酒と健康 11. 薬物乱用と健康	・骨格、筋肉系の働きと名称 1単元 現代社会と健康 ・健康水準の向上 ・健康を保持増進する方法 ・実現する工夫 ・ヘルスプロモーションとは ・生活習慣病について ・食生活習慣の形成 ・運動習慣の形成 ・休養・睡眠の意義 ・喫煙の健康被害について ・アルコールの健康被害について ・薬物乱用の健康被害について	第1回		5
	5月					
	6月			第2回		5
	7月					
	8月			第3回	骨・筋肉の名称 1単元 1～11	7
	9月					
後期	10月	1単元 現代社会と健康 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 22. 応急手当の意義とその基本 23. 心肺蘇生法 24. 日常的な応急処置 15. 欲求と適応機制 16. 心身の相関とストレス 17. ストレスへの対処 18. 心の健康と自己実現 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	1単元 現代社会と健康 ・感染症とは ・予防の原則、対策 ・性感染症予防の原則、対策 ・応急手当の意義について ・心肺蘇生法の意義と原理 ・けがの応急手当など ・心と大脳の働きについて ・心と体のかかわり ・原因への対処について ・自己実現の道すじと達成 ・交通事故の現状と要因 ・安全な運転のための資質 ・法的な整備と施設、設備	第4回		7
	11月					
	12月			第5回	1単元 12～24	11
	1月					
	2月					
	3月					
評価の観点・方法	定期考査を中心に学習ノートの提出や出欠席状況、授業中の取り組み方、心肺蘇生法など各種実習への取り組みなどを総合的に評価する。健康に関する諸問題への関心の高さについても評価する。					
学習への注意・助言	健康あつての自己実現であることを認識し、具体的に健康の保持増進のため何をしていかなければならないかを学習して欲しい。また、心肺蘇生法・応急処置などについては、知識として理解に終わるのではなく、実習では実践する力を養うために取り組むこと。					