

令和6年度 シラバス

教科	保健体育	科目	保健（1年）	必修・選択	単位数	1
教科書・副教材等	現代高等保健体育（大修館書店）					
学習の到達目標	<p>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、技能を身に付けます。</p> <p>2 健康についての課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養います。</p> <p>3 生涯を通じた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います。</p>					
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	
	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・能力を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。		自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた健康や環境の適切な取り組み方について理解を深めるとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。		現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力を身に付けるとともに、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにすることを目指そうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。	
評価の方法	定期考査、ノート・レポートの記述内容、ノート・レポートの作成、発表、ルーブリック評価、授業・実習に取り組む態度					
	単元			主な学習内容		
前期	<p>1 現代社会と健康</p> <p>(1) 健康の考え方と成り立ち</p> <p>(2) 私たちの健康のすがた</p> <p>(3) 生活習慣病の予防と回復</p> <p>(4) がんの原因と予防</p> <p>(5) がんの治療と回復</p> <p>(6) 運動と健康</p> <p>(7) 食事と健康</p> <p>(8) 休養・睡眠と健康</p> <p>(9) 喫煙と健康</p> <p>(10) 飲酒と健康</p> <p>(11) 薬物乱用と健康</p> <p>(12) 精神疾患の特徴</p> <p>(13) 精神疾患の予防</p> <p>(14) 精神疾患からの回復</p> <p>(15) 現代の感染症</p> <p>(16) 感染症の予防</p> <p>(17) 性感染症・エイズとその予防</p> <p>(18) 健康に関する意思決定・行動選択</p> <p>(19) 健康に関する環境づくり</p> <p>2 安全な社会生活</p> <p>(1) 事故の現状と発生要因</p> <p>(2) 安全な社会の形成</p> <p>(3) 交通における安全</p> <p>(4) 応急手当の意義とその基本</p> <p>(5) 日常的な応急手当</p> <p>(6) 心肺蘇生法</p>			<ul style="list-style-type: none"> 健康の考え方は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていることを理解します。健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っていることを理解します。 生活習慣病などの予防と回復には、疾病の早期発見、治療および社会的な対策が必要であることを理解します。がんについて、種類や原因、治療法を学ぶとともに、患者や周囲の人々の生活の質を保つことや緩和ケアが重要であることについて理解します。生活習慣病や精神疾患などの予防や回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践が大切であることを学びます。 喫煙と飲酒は生活習慣病の大きな要因となることを理解するとともに、社会環境への適切な対策が必要であることを学びます。 薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与え、それらの対策には個人や社会環境への対策が必要であることを理解します。 精神疾患の特徴を学ぶとともに、予防と回復には調和のとれた生活の実践や心身の不調に気付くこと、疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であることを理解します。 感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられることを理解するとともに、その予防には、個人及び社会的な対策を行う必要があることを学びます。健康の保持増進には、ヘルスプロモーションの考え方を踏まえた個人の適切な意思決定や行動選択、環境づくりが関わることについて学びます。 事故等の発生には、人的要因や環境要因が関わるため、安全な社会を形成するには、個人の安全に関する資質の形成、環境の整備、地域の連携などが必要であることを学びます。交通を含めた事故の防止には、周囲の環境などの把握や適切な行動が必要であることを学びます。応急手当を速やかに行うことで傷害や疾病の悪化を軽減できることを理解します。心肺蘇生法等の応急手当の実習を通して、その方法等を学びます。 		