

# 令和2年度 シラバス

愛媛県立津島高等学校

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1	学年	1年	類型	—
教科書	現代高等保健体育改訂版(大修館書店)			副教材	現代高等保健体育改訂版ノート(大修館書店)				

学期	月	単元名	指導項目、内容	評価の観点				学習のねらい・学習の目標・評価の観点
				①	②	③	④	学習のねらい
1 学期	4	1 私たちの健康の姿	1 わが国における健康水準の向上 2 わが国における健康問題の変化	◎	○			<p>1・2学期には、健康の成立要因をふまえた上で、自分なりの健康のとりえ方について考え、健康づくりには個人の努力だけでなく、自然環境づくりやヘルスプロモーションの考え方にもとづく社会環境づくりが重要であることを理解する。さらに、代表的な生活習慣病とその症状などについて学び、生活習慣によって大きく影響されることを理解し、生涯にわたって適切なライフスタイルを選択・実践できるようにする。合わせて、薬物が心身にもたらす悪影響や薬物乱用による社会問題についても学ぶ。また、エイズを含む現代の感染症の現状について理解し、予防対策を正しく理解する。さらに、心と体には密接な関連があり、心の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処や自己実現への努力が必要であることを学ぶ。</p> <p>3学期にはわが国の交通事故の現状をふまえて、交通事故を引き起こす要因について学び、同時に交通事故には責任や補償問題が生じることを理解し、自らが事故を起こさないようにする心構えをもてるようにする。そして、応急手当の意義や手順・方法について学び、日常生活や災害現場のなかで応急手当や心肺蘇生法が正しくおこなえるようにする。</p>
		2 健康のとりえ方	1 健康についての多様な考え方 2 健康の成り立ちとその要因	○	◎			
		3 健康と意思決定・行動選択	1 意思決定・行動選択とそれに影響を与える要因	○	◎			
		4 健康に関する環境づくり	1 健康づくりを支える環境 2 ヘルスプロモーションの考え方にともづく環境づくり	◎	○			
	5	5 生活習慣とその予防	1 生活習慣病とは 2 生活習慣病の予防	◎	○			
		6 食事と健康	1 健康的な食生活の重要性と意義 2 健康的な食生活習慣の形成	◎	○			
	6		期末考査	○	◎			
		7	7 運動と健康	1 健康からみた運動の意義 3 健康づくりのための運動習慣の形成		◎	○	
8	8 休養・睡眠と健康	1 健康からみた休養・睡眠の意義 3 健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方		◎	○			
2 学期	9	9 喫煙と健康	1 喫煙の健康影響	○	◎			
			2 喫煙開始の要因と依存性	○	◎			
		10 飲酒と健康	1 飲酒の健康影響 2 飲酒開始の要因と依存性 3 飲酒への対策		◎	○		
		11 薬物乱用健康	1 薬物乱用の健康影響 2 薬物乱用開始の要因と社会問題 3 薬物乱用への対策		◎	○		
	10	12 現代の感染症	1 感染症とは 2 新たに注目される感染症 3 再び問題となっている感染症		◎	○		
		13 感染症の予防	1 感染症予防の原則 2 現代の感染症対策	○	◎			
		14 性感染症・エイズとその予防	1 性感染症・エイズ 2 性感染症・エイズの予防	○	◎			
		15 欲求と適応機制	1 欲求と大脳の働き 2 ささまざまな欲求 3 欲求不満と適応機制	○	◎			
			2 ささまざまな欲求 3 欲求不満と適応機制		◎	○		
	11	16 心身相関とストレス	1 心身相関のしくみとストレス 2 ストレスの影響と心の健康	○	◎			
		17 ストレスへの対処	1 原因ととりえ方 2 対処のしかた 3 信頼できる人や専門家への相談	○	◎			
			期末考査	○	◎			
	12	18 心の健康と自己実現	1 自己実現と心の健康の関係 2 自己実現の道すじ達成	○	◎			
	3 学期	1	19 交通事故の現状と要因	1 交通事故の現状 2 交通事故の要因		○	◎	
20 交通社会における			1 安全な運転のための資質 2 交通事故の責任と補償		○	◎		
21 安全な交通社会づくり			1 法的な整備と施設・整備の充実 2 車の安全性の向上		○	◎		
2		22 応急手当の意義とその基本	1 応急手当の意義 2 応急手当の手順		○	◎		
		23 心肺蘇生法	1 心肺蘇生法の意義と原理	○	◎			
			2 心肺蘇生法の手順	○	◎			
		学年末考査	○	◎				
3	24 日常的な応急手当	1 けがの応急手当 2 熱中症の応急手当	○	◎				

※評価の観点 ①：関心・意欲・態度 ②：思考・判断 ③：知識・理解

◆学習方法のポイント

【保健の特色】

- 保健は、他の教科よりもある意味で将来よく役に立つ科目です。社会生活を送る上での基本的な知識が身に付きます。
- 保健を学習することで、今後自分たちがどのように生活していかなければならないかを理解し、適切な選を行い、行動することができるようになることが目標です。
- 1年時には「わが国の疾病構造や社会の変化に対応して、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践すること、および環境を改善していく努力が重要であると理解できるようにします。

【授業】

- 週に1時間の授業があります。
- ノートは、板書に加えて、口頭で示された重要ポイントも記しておくこと、復習する時に役立ちます。
- 練習問題を必ず自分で解くことが、新しい知識を身につけることにつながります。

【家庭学習】

- 健康に関するニュース、新聞記事などに興味をもち、情報を取り込みましょう。
- 前日に少しでも前回の復習をしておくこと、授業内容を理解する度合いが違ってきます。

【定期考査】

- 教科書・ノート・練習問題・口頭で示したポイント等から出題します。
- 考査範囲全体を漫然と学習するよりも、重点的に学習する部分を絞ったほうが効果的です。

◆評価の方法、基準

評価の方法	①定期考査の成績 ②授業への取り組みのようす ③実習等での取り組みのようす ④ノート・レポートの提出状況	
評価の基準	1学期	・評価の観点、保健への①関心・意欲・態度、②思考・判断、③知識・理解の3項目です。 ・出席状況、授業態度、教科書の読み、発表、ノートの整理状況、課題の提出状況、定期考査をもとに総合的に評価します。
	2学期	・評価の観点、保健への①関心・意欲・態度、②思考・判断、③知識・理解の3項目です。 ・出席状況、授業態度、教科書の読み、発表、ノートの整理状況、課題の提出状況、定期考査をもとに総合的に評価します。
	3学期	・評価の観点、保健への①関心・意欲・態度、②思考・判断、③知識・理解の3項目です。 ・出席状況、授業態度、教科書の読み、発表、ノートの整理状況、課題の提出状況、定期考査をもとに総合的に評価します。
	学年	1学期の成績、2学期の成績、3学期の成績の平均