

# 学習シラバス

教科	科目	履修学年	コース	履修区分	単位数
保健体育	保健	1	全	必修	1
使用教科書 ・副教材等	現代高等保健体育（大修館書店）				
学習目標	我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、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする。				

## 授業計画

	学習内容	学習のねらい
一学期中間 考査まで	「現代社会と健康」 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>交通事故を防止するには、車両の特性の理解、安全な運転や歩行など適切な行動、自他の生命を尊重する態度、交通環境の整備などがかかわること。また、交通事故には責任や補償問題が生じることを理解する。</li> </ul>
一学期期末 考査まで	22 応急手当の意義とその基本 23 心肺蘇生法 24 日常的な応急手当	<ul style="list-style-type: none"> <li>適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減でき、応急手当の正しい手順や方法を理解できるようにする。</li> <li>心肺蘇生法等の応急手当は、傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていくことがあることから、速やかに行う必要があることを理解する。</li> </ul>
二学期中間 考査まで	15 欲求と適応規制 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 1 私たちの健康のすがた 2 健康のとらえ方 3 健康と意志決定・行動選択	<ul style="list-style-type: none"> <li>人間の欲求と適応機制には、様々な種類があり、精神の健康を保持増進するには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、自己実現を図るように努力することが重要であることを理解する。</li> <li>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。また、健康の保持増進には、健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択及び環境づくりがかかわっていることを理解する。</li> </ul>
一学期期末 考査まで	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	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要がある、喫煙と飲酒は生活習慣病の要因になることを理解する。</li> </ul>
学年 末考査まで	11 薬物乱用と健康 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。また、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する。</li> <li>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。その予防には、個人的及び社会的な対策を行う必要があることを理解する。</li> </ul>
評価方法	<p>【関心・意欲・態度】 出欠状況、授業態度、授業中の発表などで評価する。</p> <p>【思考・判断】 授業中の発表、行動観察（グループワーク）、ノートの記述内容などで評価する。</p> <p>【知識・理解】 授業中の発表、行動観察（グループワーク）、ペーパーテスト（期末考査）などで評価する。</p>	