

保健 (前)

(050大修館・保体301・現代高等保健体育)

レポート提出回数 **3** 単位数 **1**

必要面接時数 **1**

1. 学習の到達目標と取り組み

目標	個人およ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、改善していく資質や能力を育てる。
目標に向けての具体的な取り組み	個人や社会生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できるような意欲を育てる。

2. 年間学習計画と評価方法

月	内容のまとめ	主な学習目標と学習活動	単元・題材	レポート		スケーリング	Aテスト日と範囲	評価方法	
				回数	期限				
4月	単元1 現代社会と健康	<p><健康の考え方></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。また、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。 健康の保持増進には、健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりがかわること。 <p><健康の保持増進と疾病の予防></p> <ul style="list-style-type: none"> 健康の保持増進や生活習慣病を予防するには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践する必要があること。 喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因になること。また、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。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。 感染症のは発生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。 <p><精神の健康></p> <ul style="list-style-type: none"> 人間の欲求と適応機制には、様々な種類があること。 精神と身体には、密接な関係があること。また、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努力していくことが重要であること。 	<ul style="list-style-type: none"> 1 私たちの健康のすがた 2 健康のとらえかた 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 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 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 	No.1	5/12	第1回	第1回 7/7	レポート No.1 教科書 P.6～ P.23 レポート NO.2 教科書 P.24～ P45 レポート テスト	
5月									
6月									
7月									
8月									
9月									<p><交通安全></p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p><応急手当></p> <ul style="list-style-type: none"> 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には、正しい手順や方法があること。また、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場合があることから、速やかに行う必要があること。
10月									
11月									
12月									
1月									
2月									
3月			<p><交通安全></p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p><応急手当></p> <ul style="list-style-type: none"> 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には、正しい手順や方法があること。また、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場合があることから、速やかに行う必要があること。 	<ul style="list-style-type: none"> 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 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 	No.3	10/1	第3回		10/6
10月									
11月									

学習進度が早いので、注意して下さい。

3. 評価の観点

評価の観点	観点の内容
関心・意欲・態度	個人生活や社会生活における人身の健康や安全に関心を持ち自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとする。
思考・判断	個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に思考し総合的に捉えることにより適切な意思決定を行い選択すべき行動を適切に判断している。
知識・理解	健康・安全の意義を理解するとともに生涯を通じる健康及び社会生活と健康について課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し知識を身につけている。