

科目名	単位数	年次・コース	選択群	教科書・出版社名	副教材・出版社名
保健体育 保健	1	1年 全科	必修	現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店)	

学習目標	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む。
主な学習内容	○現代社会と健康 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、実践することや、環境を改善していく努力が重要であることを理解する。 ・健康の考え方 ・健康の保持増進と疾病の予防 ・精神の健康 ・交通安全 ・応急手当
評価の 観点・規準	○各単元について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとしているかで「関心・意欲・態度」を評価します。 ○各単元について課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それら表せているかで「思考・判断」を評価します。 ○各単元について課題解決に役立つ基礎的な事項を理解しているかどうかで「知識・理解」を評価
評価の 方法	○授業による発言・発表等で「関心・意欲・態度」を評価します。 ○授業による、発表・提出物・感想文等で「思考・判断」を評価します。 ○定期考査により、「知識・理解」を評価します。 以上をふまえ総合的に評価します。

学期	内容
1 学期	* 現代社会と健康 ・私たちの健康のすがた（わが国における健康水準の向上・健康問題の変化） ・健康のとらえ方（健康についての考え方、健康の成り立ち・保持増進） ・さまざまな保健活動や対策（わが国や世界における健康活動・ヘルスプロモーション） ----- ・生活習慣病と日常生活行動（生活習慣と関連の深い病気・健康の基本） ・喫煙と健康（喫煙の健康影響、非喫煙者の健康被害、喫煙に対する対策） ・飲酒と健康（アルコールの作用・飲酒の健康影響・その対策） ・薬物と健康（薬物乱用の健康影響、ひきおこす社会問題、その対策）
2 学期	・感染症とその予防（こんにち注意すべき感染症、新たな感染症とその予防） ・エイズとその予防（全人類の課題エイズ、その対策） ・健康に関わる意志決定・行動選択（意志決定・行動選択の重要性、それに影響要因） ・欲求と適応機制（心と大脳の働き、さまざまな欲求と適応機制） ----- ・心身の相関とストレス（心と体のかかわり、ストレスと心身の健康） ・ストレスの対処（原因への対処、気分転換やリラクゼーション、信頼できる人等への相談） ・自己実現（自己実現と心の健康、自己実現の達成）
3 学期	・交通事故の現状と要因（交通事故の現状、交通事故の要因） ・交通社会における運転者の資質と責任（安全運転の資質、交通事故の責任と補償） ・安全な交通社会づくり（法的な施設と設備・車の安全性の向上） ・応急手当の意義とその基本（応急手当の意義・手順） ・心肺蘇生法・日常的な応急手当（心肺蘇生法の意義と原理、その方法・けがの応急手当）

備考 ・講座の特色 ・履修条件 ・注意事項 等	*教科書及び配布されるプリントは必ず授業では必要。 *ノートやレポートなど提出物は重要。
-------------------------------------	---