

令和2年度シラバス（保健体育）

学番7 新潟県立新潟北高等学校

教科(科目)	保健体育 (保健)	単位数	1	学年	1	学科	普通科
使用教科書	最新高等保健体育(大修館書店)	副教材等	最新高等保健体育ノート(大修館書店)				
学習目標	保健の見方・考え方を働かせて、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・能力を育成する。						
指導の重点	わが国の疾病構造や社会変化に対応して、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て健康に関する個人の適切な意志決定や行動選択及び健康的な社会環境づくりなどを行うことが重要であることを理解できるようにする。						
学 習 計 画 50分 時数計35							
月	単元名	学 習 内 容					時数
4 ・ 5	現 代 社 会 と 健 康	①健康の考え方と成り立ち 1健康については、さまざまな考え方がある 2健康はさまざまな要因から成り立っている					4
		②私たちの健康のすがた 1わが国の健康水準は向上を続けてきた 2健康問題は時代とともに変化する					
		③健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり 1適切な意志決定・行動選択が重要である 2適切な意志決定・行動選択をするために 3健康にかかわる環境づくりが重要である					
5 ・ 6 ・ 7		④生活習慣病とその予防 1生活習慣と関連の深い病気を生活習慣病という 2生活習慣病を予防しよう					8
		⑤食事と健康 1食事は健康の基礎である 2健康的な食事をとろう					
		⑥運動・休養と健康 1適度な運動が健康をつくる 2休養が疲労を回復し、活力をよみがえらせる					
		⑦喫煙と健康 1喫煙は、健康に大きな影響をもたらす 2喫煙を始めるとなかなかやめられなくなる 3たばこ対策は全世界で進められている					
		⑧飲酒と健康 1アルコールは、脳や体に影響を及ぼす 2長期間の過度の飲酒は、多くの問題を引き起こす 3さまざまな飲酒対策がおこなわれている					
		⑨薬物乱用と健康 1「1回だけ」でも薬物は人生を台なしにする 2自分の周囲や社会にも薬物は悪影響をもたらす 3薬物には多面的な対策が必要である					
8 ・ 9 ・ 10		⑩感染症とその予防 1病原体が原因の病気を感染症という 2問題となる感染症は変化してきている 3感染症の予防は、社会と個人で取り組む					6
		⑪性感染症・エイズとその予防 1性感染症・エイズが若者の間で問題となっている 2性感染症・エイズは予防できる					
		⑫欲求と適応機制 1欲求は成長とともに多様化する 2欲求不満や葛藤をやわらげる心の働きがある					
11 ・ 12	⑬心身の相関とストレス 1心と体は、一体となって働いている 2ストレスは、心と体に影響を及ぼす					4	
	⑭心の健康のために 1ストレスには、さまざまな対処法がある 2自己実現は、心の健康につながる						
	⑮交通事故の現状と要因 1若者では自動車と二輪車の事故が多い 23つの要因がかかわって交通事故が起る						
1	⑯交通事故を防ぐために 1運転者には、資質と責任が必要である 2安全な交通社会づくりが進められている					5	
2 ・ 3	⑰応急手当の意義とその基本 1適切な応急手当は命を救い、痛みをやわらげる 2応急手当の最初のポイントは確認と観察である						
	⑱日常的な応急処置 1けがにおうじた応急手当がある 2熱中症には適切な手当が大切である						
	⑲心肺蘇生法の原理とおこない方 1心肺蘇生法は原理にもとづいている 2心肺蘇生法には適切な手順がある						
評価規準	知識及び技能		思考力・判断力・表現力		学びに向かう力、人間性等		
	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、技能を身に付けることができる。		健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝えることができる。		生涯を通じて自他の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身に付けることができる。		
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・定期考査(7・12・2月) ・保健ノートやプリントなどの提出物 ・授業時間中の取り組み(授業態度、発表や討論の様子、参加状況) について評価基準の3観点から総合的に評価します。						
担当者からの一言：毎時間、健康課題を自分のこととしてとらえることができるように、授業に集中して取り組んでください。							