

平成30年度 八代高等学校シラバス

教科	保健体育	科目	保健	学年	1	類型	
単位数	1	教科書	最新高等学校保健体育				
副教材	最新高等保健体育ノート						

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、ヘルスプロモーションの考え方を生かして健康に関して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する。
------	---

学期	学習内容	学習の到達目標 (完全に理解すべき事項)	到達度自己評価 A B C
1 学期	(1)国民の健康水準と疾病構造の変化 (2)健康の考え方と成り立ち (3)健康に関する意志決定・行動選択 (4)健康に関する環境づくり	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。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志決定や行動選択及び環境づくりがかかわること。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2 学期	健康の保持増進と疾病の予防 (1) 日常の生活行動と生活習慣病 (2) 喫煙と飲酒と健康 (3) 薬物乱用と健康 (4) 感染症とその予防	食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することが必要であること。喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因であること。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。それらの対策は、個人や社会環境への対策が必要であること。感染症の発生や流行には、時代や地域によってちがいがみられること。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。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	精神の健康 (1) 欲求と適応機制 (2) 心身の相関 (3) ストレスへの対処 (4) 自己実現	人間の欲求と適応規制には、様々な種類があること。精神と身体には、密接な関連があること。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。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3 学期	交通安全 (1) 交通事故の現状 (2) 交通社会に必要な資質と責任 (3) 安全な社会づくり 応急手当 (1) 応急手当の意義 (2) 日常的な応急手当 (3) 心肺蘇生法	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 適切な応急手当てには障害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当てには、正しい手順や方法があること。また、心肺蘇生等の応急手当は、障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。	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

学習方法	教科書の読み書き、板書の転記。図の読み取りや意見交換をしながら知識を深めていく。 保健ノート of 例題を解きながら内容をまとめる。
------	---

評価方法	考査の評価 6 割～ 8 割、保健ノート記入や平常授業の態度を 2 割～ 4 割の範囲で行う。
------	---