

教科名	保健体育科	科目名	保健 (1単位)
使用教科書	最新高等保健体育 改訂版 (大修館)	副教材等	最新高等保健ノート改訂版

### 1 科目のねらい (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、改善していくための資質や能力を育てる。

### 2 科目・授業の内容と進め方

#### I 「現代社会と健康」について

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します。

### 3 学習の方法

- ・教科書に書かれている内容について、できるだけ具体的で身近な内容としてとらえることが大切です。インターネットや新聞記事などでの調べ学習も必要です。
- ・「最新高等保健体育ノート」の記入を確実にし、理解を深めます。ノートは黒板に書かれていることを写すだけでなく、自分の考えや大切だと思われることを、しっかり記録することができるようにする。

### 4 課題・補習について

- ・副教材の「最新高等保健体育ノート」の点検を随時行います。
- ・必要な場合には、課題の提出を求めます。

情報処理科・経営管理科 1年A・B・C・D組

教科名	保健体育	科目名	保健	(1単位)
-----	------	-----	----	-------

5 年間の学習計画

月	単元名	教材	学習の内容	評価方法 (課題等)
4	現代社会と健康	1 健康の考え方と成り立ち	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成り立っていることを理解する。 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健康づくりがかかわることを理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認 (調べ学習)
5		2 私たちの健康のすがた 3 健康に関する意思決定・行動選択と環境づくり		
6		4 生活習慣病とその予防	調和のとれた生活を実践する必要があることを理解する。 喫煙や飲酒等の習慣は、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を理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認 (調べ学習)
7		5 食事と健康 6 運動・休養と健康 7 喫煙と健康 8 飲酒と健康 9 薬物乱用と健康		
8				
9		10 感染症とその予防	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。 人間の適応機制には、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応するとともに、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を理解する。	前期期末考査 行動観察 挙手・発言 ノート確認 (調べ学習)
10		11 性感染症・エイズとその予防		
11		12 欲求と適応機制 13 心身の相関とストレス 14 心の健康のために		
12		15 交通事故の現状と要因	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を理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認 (調べ学習)
1		16 交通事故を防ぐために		
2		17 応急手当の意義とその基本 18 日常的な応急手当 19 心肺蘇生法の原理とおこない方		
3				学年末考査

