

令和3年度（2021年度） シラバス

教科	保健体育	科目	保健	1学年	必修	1単位
科目の目標	保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習を通して、心と体を一体として捉え、生涯を通じて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・能力を育成することを目指す。					
教科書	現代高等保健体育	副教材	図説 現代高等保健			
準備物	教科書・副教材・必要に応じてノート（指示あり）					

1 学習目標と評価（どのような力を、どのレベルまで身に付けるか）

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
旭東DP	【認知力】	【思考力】 【表現力】	【行動力】 【共感力】
割合	40%	30%	30%
A	個人および社会生活における健康・安全についての知識・理論と技能が十分に身につけている。	健康について自分や他者、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ことが十分にできている。 目的や状況に応じて、自分の意見を他者に伝えることが十分にできている。	生涯を通じて自分や他者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もうとする態度が十分に身につけている。
評点	40～35	24～30	24～30
B	個人および社会生活における健康・安全についての知識・理論と技能が身につけている。	健康について自分や他者、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ことができている。 目的や状況に応じて、自分の意見を他者に伝えることができている。	生涯を通じて自分や他者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もうとする態度が身につけている。
評点	20～34	13～23	13～23
C	個人および社会生活における健康・安全について、身につけるべき知識・理論と技能が不十分である	健康について自分や他者、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ことが不十分である。 目的や状況に応じて、自分の意見を他者に伝えることが不十分である。	生涯を通じて自分や他者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ために身につけるべき態度が不十分である。
評点	10～19	6～12	6～12
評価方法	定期考査 授業時の確認テスト	定期考査 提出・記録物の記述内容	授業時の行動観察

2 学習計画（いつ、何を学ぶか）

月	単元名	具体的な学習内容
4	大単元 現代社会と健康 小単元1 健康の考え方	国民の健康水準と疾病構造の変化について学ぶ 健康の成り立ちと考え方について学ぶ
	1 私たちの健康のすがた 2 健康のとらえ方	
5	3 健康と意志決定・行動選択 4 健康に関する環境づくり	健康を保持増進するための考え方と行動を学ぶ ヘルスプロモーションの考え方を学ぶ
	小単元2 健康の保持増進と疾病の予防	
6	1 生活習慣病とその予防 2 食事と健康	生活習慣病と日常の生活行動の関係を学ぶ 健康的な生活を送るための考え方を食事面から学ぶ
	3 運動と健康	
7	4 休養・睡眠と健康 5 喫煙と健康	健康的な生活を送るための考え方を運動面から学ぶ 健康的な生活を送るための考え方を休養面から学ぶ
	6 飲酒と健康	
8	7 薬物乱用と健康	喫煙に関する望ましい考え方と適切な行動を学ぶ 飲酒に関する望ましい考え方と適切な行動を学ぶ 薬物乱用は「絶対にダメ」であることを学ぶ
	前期期末考査	
9	8 現代の感染症 9 感染症の予防	感染症の発生や流行について様々な視点から学ぶ 感染症予防の適切な対処のしかたを学ぶ
	10 性感染症・エイズとその予防	
10	小単元3 精神の健康 1 欲求と適応機制 2 心身の相関とストレス 3 ストレスへの対処 4 心の健康と自己実現	人間の精神機能と状況に応じた変化を学ぶ 身体的変化と精神的変化による影響について学ぶ ストレスに対する考え方と行動について学ぶ 自己実現の考え方と行動について学ぶ
	小単元4 交通安全	
11	1 交通事故の現状と原因 2 交通社会における運転者の資質と責任 3 安全な交通社会づくり	我が国の交通事故の状況と事例を学ぶ 運転者としての意識と行動の在り方について学ぶ 事故のない安全な社会づくりに必要なことを学ぶ
	小単元5 応急手当	
12	1 応急手当の意義とその基本 2 心肺蘇生法 3 日常的な応急手当	応急手当の必要性を学ぶ 胸骨圧迫のやり方とAEDの使い方を学ぶ 応急手当の手順・方法を学ぶ
	2	

3 学習方法（どうやって学ぶか）

- (1)「礼に始まり、礼に終わる」。円滑に人と関わり合うために、必要不可欠な行動様式である。毎回の授業で始まりと終わりの礼についても真剣な態度で臨もう。
- (2)ともに活動する仲間を大切にすること。そのためには、一人一人の違いを認めて、前向きで思いやりのある発言や行動を意識しよう。
- (3)各小単元での到達状況を測るために授業内テストをおこなう場合があります。授業で取り扱った内容を必要に応じて定期的に復習するように心掛けよう。
- (4)定期考査は2回実施します。出題範囲が広範囲に及ぶので長期的で計画的な対策を講じよう。
- (5)保健で学ぶことは自分の生活行動に直接繋がっています。語句の暗記にとどまる学習はやめよう。
- (6)保健の授業を通して身に付けることは健康に関する知識や技能、それを活用して思考したり表現したりする力であるため、他の教科・科目に応用できます。それを意識して高校の授業に臨もう。