

教科(科目)	保健	単位数	1	学年	1(男・女)
使用教科書	現代高等保健体育(大修館) 保健編				
副教材	現代高等保健体育ノート(大修館)				

1 学習目標

個人生活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てる。

2 指導の重点

- ・自らの生活習慣を見直し、規則正しい生活習慣の大切さを学ぶ。
- ・喫煙、飲酒、薬物のからだに及ぼす害を学び、社会の中の一員としてどう行動するか考える。
- ・感染症の正しい知識を身につけ、きちんとした対処法を学び、偏見や差別の歴史を知る。
- ・心と体は互いに関わり合い成り立っていることを知り、健康に生きることを意味を深く掘り下げる。

3 指導計画

月	単元名	主要学習領域	学習活動	時間	評価方法	
4	現代社会と健康	[1] 私たちの健康のすがた [2] 健康のとらえ方 [3] 健康と意志決定・行動選択 [4] 健康に関する環境づくり [5] 生活習慣病とその予防 [6] 食事と健康 [7] 運動と健康 [8] 休養・睡眠と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・健康の考え方 ・健康の保持増進と疾病の予防 ・生活習慣病の予防 	2	・下記の「5 評価基準」による	
5		4				
6		3				
7		3				
8・9		[9] 喫煙と健康 [10] 飲酒と健康 [11] 薬物乱用と健康 [12] 現代の感染症 [13] 感染症の予防 [14] 性感染症・エイズとその予防		<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙、飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 ・感染症とその予防 ・精神の健康 		4
10		[15] 欲求と適応機制 [16] 心身の相関とストレス [17] ストレスへの対処 [18] 心の健康と自己実現				3
11		4				
12		3				
1		[19] 交通事故の現状と要因 [20] 交通社会における運転者の資質と責任 [21] 安全な交通社会づくり [22] 応急手当の意義とその基本 [23] 心肺蘇生法 [24] 日常的な応急手当		<ul style="list-style-type: none"> ・交通安全 ・心肺蘇生法 ・応急手当 		3
2・3		3				

合計時数×1.1/単位数= 35 計 32 時間(55分授業)

4 課題・提出物等

学習ノート、プリント等

5 評価規準と評価方法

評価は次の4つの観点から行います。

関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
個人生活や社会生活における健康・安全に関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとしている。	個人生活や社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断している。	個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。
以上の観点から、定期考査、授業の取り組み（授業態度、学習活動への参加状況）、課題・提出物などを総合的に評価します。		

6 担当者からの一言

保健は、自らの心やからだのことを学ぶ貴重な時間です。これからの人生を健康で豊かにしていくうえでとても大事な教科なので、自らの心とからだに関する知識を深めていきましょう。