

令和8年度 シラバス

教 科	保健体育	科 目	保 健	学 年	第1学年	学 科 類 科 型	商業科・普通科
単位数	1 単位	教科書	現代高等保健体育（大修館書店）				
副教材	図説 現代高等保健（大修館書店）						

学習目標	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、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ます。
------	---

キャリア教育の視点	「保健」は、健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を体系的に学習することにより、健康問題を認識し、これを科学的に思考・判断し、適切に対処できるようにすることをねらいとしています。生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を養います。
-----------	---

		学習計画及び内容		考 査
1 学 期	4 月	交通安全	事故の現状と発生要因について学びます。 安全な社会の形成について学びます。	期末考查
	5 月	応急手当	交通における安全について学びます。 応急手当の意義とその基本について学びます。	
	6 月		日常的な応急手当について学びます。	
	7 月	健康の考え方	心肺蘇生法について学びます。 健康の考え方と成り立ちについて学びます。 私たちの健康のすがたについて学びます。	
2 学 期	8 月	健康の保持増進 と疾病の予防	生活習慣病の予防と回復について学びます。	期末考查
	9 月		がんの原因と予防について学びます。	
	10 月		がんの治療と回復について学びます。	
	11 月		運動と健康について学びます。	
	12 月		食事と健康について学びます。 休養・睡眠と健康について学びます。 喫煙と健康について学びます。 飲酒と健康について学びます。 薬物乱用と健康について学びます。	
3 学 期	1 月	精神の健康	精神疾患の特徴について学びます。	学年末考查
	2 月		精神疾患の予防について学びます。	
	3 月		精神疾患からの回復について学びます。 現代の感染症について学びます。 感染症の予防について学びます。 性感染症・エイズとその予防について学びます。 健康に関する意志決定・行動選択について学びます。 健康に関する環境づくりについて学びます。	

学習の方法	教科書を中心に授業を行います。 また、学習した内容を単に暗記に留めるに終わらず、日常生活の中で実践力につなげて、自らが課題解決できる力を養っていきます。健康に関する環境づくりを学びます。
-------	--

評価の仕方	評価の観点（「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」）に即して、定期考查の得点と平常点で算出します。 平常点は、課題への取組、提出物の状況、授業に取り組む姿勢などで評価します。
-------	---

備考	
----	--

