

令和3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 改訂版（大修館書店）				
副教材	図説 現代高等保健 改訂版（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おり、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	交通事故の現状と要因について学びます。 交通社会における運転者の資質と責任について学びます。	期末考査
	5月	応急手当	安全な交通社会づくりについて学びます。 応急手当の意義とその基本について学びます。	
	6月		心肺蘇生法の正しい方法や手順について学びます。 日常的な応急手当について学びます。	
	7月	健康の考え方	私たちの健康のすがたについて学びます。 健康のとらえ方について学びます。 健康と意志決定・行動選択を学びます。	
2 学 期	8月	健康の保持増進 と疾病の予防	健康に関する環境づくりを学びます。 生活習慣病とその予防について学びます。	期末考査
	9月		食事と健康について学びます。 運動と健康について学びます。	
	10月		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。	
	11月		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。	
	12月		現代の感染症について学びます。	
3 学 期	1月	精神の健康	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。	学年末考査
	2月		欲求と適応機制について学びます。 心身の相関とストレスについて学びます。	
	3月		ストレスへの対応について学びます。 心の健康と自己実現について学びます。	

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。
-------	---

評価の仕方	定期考査、ノート・課題の提出状況、授業態度などを総合的に評価します。
-------	------------------------------------

備考	
----	--