

平成22年度 保健のシラバス

1 科目名, 単位数, 履修学年, 履修区分, 使用する教科書

科目名	保健	単位数	1	履修学年・区分	第1学年
使用する教科書	最新保健体育 (大修館書店出版)				
副教材等	最新保健ノート (大修館書店出版)				

2 学習目標

新たな健康問題の登場とともに、健康のとらえ方や健康を守る活動も変化してきています。自分たちだけではなく、すべての人々が健康の保持増進を実現するために必要なことです。

保健では、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ことを目標とします。

3 学習方法

社会の大きな変化の中で、健康や安全の問題は多様化しています。①新聞や雑誌、テレビ番組やニュースで、保健(健康問題も含む)の内容を扱ったものは意識的に見るように心がけましょう。②健康問題とその対策について学びます。③実習を通して実際の生活の中で使うことがあるかも知れないことをしっかり身に付けましょう。

4 学習計画

学期	学習内容 (単元名)	学習事項・学習活動	評価のポイント
第1学期	現代社会と健康 1 健康の考え方 2 健康の成り立ちと取り組み 3 私たちの健康のすがた 4 生活習慣病の予防 5 食事と健康 6 運動・休養と健康 7 喫煙と健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>WHO</li> <li>ヘルスプロモーション</li> <li>平均寿命</li> <li>予防法</li> <li>5大栄養素</li> <li>有酸素運動</li> <li>受動喫煙</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>WHO憲章を理解することができたか。</li> <li>健康にはどのような要因がかかわっているのかを説明できるようになったか。</li> <li>早期発見, 早期治療と今後の生活習慣が重要であることを理解できたか。</li> <li>自分の食生活を振り返ることができたか。</li> <li>運動及び休養が健康の保持増進にとって重要であることが理解できたか。</li> <li>健康問題が、個人社会レベルで説明できたか。</li> </ul>
第2学期	8 飲酒と健康 9 薬物乱用と健康 10 健康と意志決定・行動選択 11 感染症の予防 12 性感染症・エイズ予防 13 医薬品と健康 14 欲求と適応機制 15 心身の相関とストレス 16. 心の健康のために	<ul style="list-style-type: none"> <li>飲酒の問題点</li> <li>薬物乱用</li> <li>意志決定, 行動選択</li> <li>新しい感染症</li> <li>エイズ</li> <li>自然治癒力</li> <li>さまざまな適応機制</li> <li>心身相関</li> <li>自己実現</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>薬物の誘惑に、“絶対にNO!”と言える自分が大切であることが理解できたか。</li> <li>性感染症, エイズについて個人が具体的な対策を考えられるようになったか。</li> <li>医薬品の本来の役割とそのための正しい使用方法を理解することができたか。</li> <li>欲求について理解し, 様々な適応機制を説明できるようになったか。</li> </ul>
第3学期	17 交通事故の現状と要因 18 交通事故を防ぐために 19 応急手当の意義と日応急手当 20 心肺蘇生法の原理と手順 21 心肺蘇生法のおこない方	<ul style="list-style-type: none"> <li>事故の原因</li> <li>安全な交通社会</li> <li>心肺蘇生法の実習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>怪我や熱中症の応急手当の手順や方法とその予防を理解することができたか。</li> <li>心肺蘇生法を理解し, できるようになったか。</li> <li>気道確保→呼吸観察→人工呼吸→胸骨圧迫→AEDの正しい理解と技術・手順を身に付けることができたか。</li> </ul>

5 学習評価

学習活動の中で、グループでの調べ学習や発表、応急手当や心肺蘇生法の実習などを取り入れていきます。それらの活動への取り組み方や技能が身に付いているかが重要です。そのことが理解されているかを確認するための定期考査(学期1回ずつ)も成績評価をする際の重要な資料となります。

※テストの得点+授業への取り組み姿勢+技能習得+提出物