

| 教科 | 科目名 | 学年 | 単位数 | 必修 選択 |
|------|-----|----|-----|-------|
| 保健体育 | 保健 | 1 | 1 | 必修 |

| | |
|-------------|---|
| 到達目標 | 現代社会における健康や安全についての課題や、健康の保持増進のためのとりくみについて理解し、適切に活用できるようにする。 |
|-------------|---|

年間スケジュール

| 期間 | 単元・項目名・実施内容など | 受講に対してのアドバイスなど | 備考 |
|-------|---|--|----|
| 1学期中間 | 私たちの健康のすがた 健康のとらえ方 健康に関する環境づくり 生活習慣病の予防 | 現代における健康の考え方や生活習慣を理解し、自分にとって健康をどうとらえればよいかを学ぼう。 | |
| 1学期期末 | 応急手当の意義とその基本 心肺蘇生法 日常的な応急手当 | 緊急時などで速やかに実践できるように手順を理解し、正しい知識を身につけよう。 | |
| 2学期中間 | 食事と健康 運動と健康 休養・睡眠と健康 喫煙と健康 飲酒と健康 | 普段の生活を見直しながら、よりよい生活習慣を身につけるように理解を深めよう。 | |
| 2学期期末 | 薬物乱用と健康 現代の感染症 感染症の予防 性感染症・エイズとその予防 | 現代における健康課題を理解し、「甘い誘いに乗らない」決断力をつけるなどの行動につなげるようにしよう。 | |
| 学年末 | 欲求と適応機制 心身の相関とストレス 交通事故の現状と要因 安全な交通社会づくり | 精神面の健康について理解を深め、ストレス解消法にもふれる。 交通事故をふせぐための知識や心がけを学び、普段の生活につなげよう。 | |

| | |
|---------------------|--|
| 評価方法と評価のポイント | 定期考査の得点・小テストの得点・レポートの内容・ノートの内容・プリントの内容 ノートは板書を書き写すだけではなく、先生の話の内容や授業の感想、自分の考えや意見を書き込んでいること。配布物はノートに見やすく整理して貼付していること。 |
|---------------------|--|

教科からのアドバイス

保健の授業の内容は日常生活に直接的に関わることも多いので、教科書やプリントを理解することも大切だが、自分の生活の中で実践できる力を身につけることが重要になります。また、学んだ内容に対して他人の意見を聞くことと自分の意見を表現できる能力も将来必ず求められます。積極的に授業では発言していこう。