教科（ 保健体育 ） 科目（ 保 健 ） 単位数（ 1 ）

類型（ 共通 ・ 文 ・ 理 ） 履修規定（ 必修 ・ 選択 ）

年間目標	個人及び社会生活における健康・安全に関する理解を深め、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る。	教科書・副教材等 1 教科書 「最新高等保健体育改訂版」 大修館書店 2 その他 「最新高等保健体育ノート」 大修館書店

期	月	学習内容（予定時数）	学習目標（短期目標）	学習のポイント・観点別評価
1学期	4 5 6 7	オリエンテーション 現代社会と健康 15 交通事故の現状と要因 16 交通事故を防ぐために 17 応急手当の意義とその基本 18 日常的な応急手当 19 心肺蘇生法の原理とおこない方 （9） 1 健康の考え方と成り立ち 2 私たちの健康のすがた 3 健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり （5）	・高校での保健の学習の在り方を理解する。 ・現代の交通社会の実態を知り、この社会で安全に生活するための知識を身に付ける。 ・心肺蘇生法をマスターし、人命救助の可能性を知り、実際に行動できるようにする。 ・日常的な応急手当を知り、実際に行動できるようにする。 ・日本の健康水準の高さを理解し、この水準を保つことが日本人が健康で豊かに生きていく上で重要であることを理解する。 ・日本の疾病構造や、国の対策を知る。	・保健ノートの利用法を理解できたか。【関心・意欲・態度】 ・保健の授業内容は、実際の日常生活の中で使っていくものなので、与えられたものを学習するだけではなく、自らの生活に取り入れていくことが重要であることを理解できたか。【思考・判断】 ・交通社会と呼ばれる現代の中で、安全に生活することについて、自分で対策を考えることができたか。【思考・判断】 ・心肺蘇生法用のダミーを用いて実習を行い、万一のときに行動できるようになったか。【関心・意欲・態度】 ・AED の使用方法について理解できたか。【知識・理解】 ○ 1学期末考査
2学期	8 9 10 11 12	4 生活習慣病とその予防 5 食事と健康 6 運動・休養と健康 7 喫煙と健康 8 飲酒と健康 9 薬物乱用と健康 (11)	・日常の生活習慣と、それによって起こり得る健康への影響について理解する。 ・若年層に広がる飲酒・喫煙・薬物乱用及びそれらの社会に対する影響を理解できるようにする。	・自らの健康にとって好ましい生活習慣を実践できるようになったか。【関心・意欲・態度】 ・飲酒・喫煙・薬物乱用等に誘われたときに「NO」と言うことができるようになったか。【思考・判断】 ○ 2学期末考査
3学期	1 2 3	10 感染症とその予防 11 性感染症・エイズとその予防 （4） 12 欲求と適応機制 13 心身の相関とストレス 14 心の健康のために （6）	・感染症に関する理解を深め、その対策方法について知る。 ・人間の欲求と身体の関係を知る。 ・心と身体の関係を知る。 ・心の健康について、心を病む原因を理解し、心の状況を客観的に観察し、揺れ動く心のバランスがとれるようにする。 ・欲求の最上位である自己実現が図れるようにする。	・現在若者の間で、性感染症が急速に増える傾向にあることを知り、予防法を理解することができたか。【知識・理解】 ・エイズについての予防法・検査法を理解することができたか。【知識・理解】 ・自分の欲求や、欲求不満が起こった際の行動について考え、心のバランスを保って生活することの大切さを理解できたか。【思考・判断】 ・ストレスが体に及ぼす影響について理解し、適切にストレスをコントロールできるような対処法を身に付けることができたか。【関心・意欲・態度】 ○ 学年末考査

評価の方法	1 定期テスト 2 実習 3 出席の状況、ノート、授業への取組を【関心・意欲・態度】【思考・判断】【知識・理解】の３観点で総合的に評価する。