

# 保健

単位数	1 単位	対象学年	1 学年	対象コース・クラス	全コース
使用教科書	現代高等保健体育 大修館書店	副教材等	現代高等保健体育ノート		大修館書店

## 1. 学習の到達目標

個人及び社会生活における健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通して自らの健康を適切な管理し、改善していく資質や能力を育てる。

## 2. 到達目標に向けての具体的な取り組み

健康我が国の疾病構造や社会の変化とともに、私たちの健康のとらえ方や健康問題への対策のありかたも変化してきた。ここでは、健康の考え方の変化について学ぶとともに、生活習慣病や感染症、さらに薬物乱用、心の問題、交通安全など、現代の健康問題とその対策について学んでいく。我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かして健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び健康的な社会環境づくりなどを行うことが重要であることを理解できるようにする。

## 3. 学習上のメッセージ

- ①保健科目は、今現在の家庭・学校の生活と密接に関わっている事を学んでいきます。
- ②単に知識を得る為ではなく、学んだことを実践していけるように勉強していきましょう。
- ③健康を保持増進するためには、自分自身・自分の身の周り・社会全体と様々な条件が必要となっていきます。個人的な視点だけでなく、全体的な視野を持つことが大切です。

## 4. 評価の観点・方法（年間の評定）

評価は次の3つの観点から行う。

知識・技能	健康を保持増進するためには、適切な生活行動を選択し、実践すること及び環境を改善していく努力が必要である。健康や安全について、課題解決に役立つ知識と技術を身につけている。
思考・判断・表現	健康の保持増進に必要な事柄について、課題の設定や解決の方法を考え、それを選択した理由などを話し合い、筋道を立てて説明できる。
主体的に学習に取り組む態度	健康の考え方について、課題の解決に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。また、ICTを活用して、課題の理解と説明を主体的に進めることができる。

- ①年3回の定期考査
  - ②遅刻・忘れ物の状況
  - ③授業中の発言や対話等の観察
  - ④保健ノートの活用
  - ⑤出席状況やノート提出などの態度や意欲
  - ⑥広島桜が丘高校の生徒としての規則に則った服装で取り組むこと
- 1年間の評点は、年間を通じて、総合的に評価する

## 5. 学習内容と評価について

単元名	使用教科書項目	指導内容と評価のポイント
現代社会と健康	1. 健康の考え方と成り立ち 2. 私たちの健康のすがた	さまざまな健康の考え方について学び、健康を成り立たせている要因について説明できるようにする。 わが国の健康水準の変化とその背景について理解し、健康問題について学ぶ。
	3. 生活習慣病の予防と回復 4. がんの原因と予防	生活習慣病の種類と要因について学び、一次予防・二次予防について説明できるようにする。 がんの種類や原因を理解し、がんの一次予防と二次予防について学習する。
1 学期中間試験		
現代社会と健康	5. がんの治療と回復	がんの主な治療法や緩和ケアについて学び、がん検診の普及や情報サービスの整備などの社会的な対策について説明できるようにする。
	6. 運動と健康 7. 食事と健康 8. 休養・睡眠と健康	目的に応じた健康的な運動のしかたについて学び、健康と運動の関係について理解を深める。 健康的な食事のとり方を学び、食事と健康の関係についての知識を養う。 健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について学ぶ。健康と睡眠の関係及び健康により睡眠のとり方について理解する。
1 学期期末試験		
現代社会と健康	9. 喫煙と健康 10. 飲酒と健康 11. 薬物乱用と健康	喫煙やその周囲のひとに起こる害について理解する。喫煙対策について、個人と社会に分けて説明できるようにする。 飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を学ぶ。飲酒による健康問題に対する個人や社会環境への対策について理解する。 薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について学ぶ。薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策例をあげることができるようにする。
	12. 精神疾患の特徴 13. 精神疾患の予防	精神疾患の例を上げ、発病の要因とおもな症状について理解する。現代社会における精神保健の課題を考える。 精神疾患を予防する方法について学ぶ。精神疾患の早期発見のために必要なことについて考え、理解する。
2 学期中間試験		
現代社会と健康	14. 精神疾患からの回復	精神疾患の治療について例をあげて説明できるようにする。 精神疾患の適切な治療や回復のためには、どのような社会環境が必要か考え、理解する。
	15. 現代の感染症 16. 感染症の予防 17. 性感染症・エイズとその予防	感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて理解する。新興感染症と再興感染症が流行する要因を説明できるようにする。 感染症の予防対策について3原則から例をあげ説明できるようにする。感染症への個人と社会の対策について理解する。 性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点を学び、個人と社会に分けて理解を深める。
	18. 健康に関する 意思決定・行動選択 19. 健康に関する環境づくり	意思決定・行動選択に影響を与える要因について理解する。 健康に関する適切な意思決定・行動選択の際の工夫について例をあげることができる。 社会環境の健康への影響について学ぶ。ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について説明できるようにする。
2 学期期末試験		
安全な社会生活	1. 事故の現状と発生要因 2. 安全な社会の形成 3. 交通における安全	事故の実態と被害の実態について知る。事故の発生には人的要因と環境要因が関連していることについて理解する。 安全のために必要な個人の行動について学ぶ。すべての人たちの安全を確保するために必要な環境整備について理解する。 交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について学ぶ。交通事故における責任を3つに分けて説明できるようにする。
	4. 応急手当の意義とその基本 5. 日常的な応急手当 6. 心肺蘇生法	応急手当の意義について理解する。傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントを学ぶ。 日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について学び、実践できるようにする。 心肺蘇生法の方法と手順について理解し、実践できるようにする。
学年末試験		