

平成31（2019）年度 熊本県立人吉高等学校 定時制 シラバス

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1	開講 学年	1年
----	------	----	----	-----	---	----------	----

学習概要 および 学習目標	生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。また、自らの健康の保持増進のために明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。
---------------------	--

期間	単元（学習内容）	学習の到達目標	自己評価欄
1学期	1. 現代社会と健康 1-22. 応急手当の意義とその基本 1-23. 心肺蘇生法 1-24. 日常的な応急手当	応急手当の意義やその基本方法を学び、日常的な応急手当や心肺蘇生法ができるようになった。	取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D
	1-1. 私たちの健康のすがた 1-2. 健康のとらえ方 1-3. 健康と意志決定・行動選択 1-4. 健康に関する環境づくり	自らの健康について考え、生涯を通じた健康の保持増進に向け生活の改善につなげることができた。	
2学期	1-5. 生活習慣病とその予防 1-6. 食事と健康 1-7. 運動と健康 1-8. 休養・睡眠と健康	生活習慣が病気の発病に大きく関連していることを学び、基本的な生活習慣を確立できた。	取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D
	1-9. 喫煙と健康 1-10. 飲酒と健康 1-11. 薬物乱用と健康	喫煙や飲酒、薬物の健康への影響を理解できた。 それぞれの法律を理解できた。	
	1-12. 現代の感染症 1-13. 感染症の予防 1-14. 性感染症・エイズとその予防	感染症の3原則を学び、感染症の予防ができるようになった。	
	1-15. 欲求と適応機制 1-16. 心身の相関とストレス 1-17. ストレスへの対処 1-18. 心の健康と自己実現	思春期の心身の特徴を理解し、特に精神的な欲求やストレスへの対処の方法を理解し、コントロールできた。	
3学期	1-19. 交通事故の現状と要因 1-20. 交通社会における運転者の資質と責任 1-21. 安全な交通社会づくり	交通事故の原因と要因を理解し、安全な行動ができた。 交通安全に関わる法律や責任の内容を理解できた。	取組 A B C D 理解 A B C D 関心 A B C D

使用教材 参考図書	大修館書店 現代高等保健体育
学習方法	・教科書と授業プリントを使用し、知識の習得に励む。 ・パワーポイントを用いて授業展開を行う。 ・毎時間プリントを配布し、プリントへの記入を行う。 <u>※プリントを保管するファイルを準備すること</u> ・振り返り問題を授業時に行なう。
評価方法	①知識や理解度を考査にて評価。100点満点。 ②意欲や関心があるか、授業で学習したことを考え判断して適切な行動や発表ができているかなどを観察し評価する。