

令和6年度 保健体育科「保健」シラバス

単位数	1 単位	学科・学年・学級	全学科 1年 A・B・C組
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

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、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・能力を次のとおり育成することを目指す。

2 学習の計画

月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価の材料等
4	現代社会と健康	1 健康の考え方と成り立ち	<ul style="list-style-type: none"> ・さまざまな健康の考え方について例をあげて説明できる。 ・健康を成り立たせている要因について例をあげて説明できる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
		2 私たちの健康のすがた	<ul style="list-style-type: none"> ・わが国の健康水準の変化とその背景について説明できる。 	
		3 生活習慣病の予防と回復	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病の種類と要因について説明できる。 	
5		4 がんの原因と予防	<ul style="list-style-type: none"> ・がんの種類や原因について説明できる。 	
		5 がんの治療と回復	<ul style="list-style-type: none"> ・がんのおもな治療法や緩和ケアについて説明できる。 	
		6 運動と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・健康と運動の関係について説明できる。 	
6		7 食事と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・食事と健康の関係について説明できる。 ・健康的な食事のとり方について説明できる。 	
		8 休養・睡眠と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について説明できる。 ・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説明できる。 	
7		期末考査 答案返却		
9	現代社会と健康	9 喫煙と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙者やその周囲の人に起こる害について説明できる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
		10 飲酒と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。 	
10		11 薬物乱用と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。 	
		12 精神疾患の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患の例をあげ、発病の要因とおもな症状について説明できる。 	
		13 精神疾患の予防	<ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患を予防する方法について説明できる。 	
11		14 精神疾患からの回復	<ul style="list-style-type: none"> ・精神疾患の治療について例をあげて説明できる。 	
		15 現代の感染症	<ul style="list-style-type: none"> ・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説明できる。 ・新興感染症と再興感染症が流行する要因をそれぞれ説明できる。 	
		16 感染症の予防	<ul style="list-style-type: none"> ・感染症の予防対策について3原則から 	

