

令和7年度 内子高等学校 シラバス

教科	保健体育	科目	保健	単位数	1単位	学年	1学年
教科書	現代高等保健体育改訂版（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、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身に付ける。

2 学習の内容

学期	単元・項目	学習の内容	備考
第1学期	1 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 (3) 生活習慣病とその予防 (4) がんの原因と予防 (5) がんの治療と回復 (6) 運動と健康 (7) 食事と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・健康の考え方と成り立ちについて学習します。 ・生活習慣病とその予防について学習します。 ・がんの原因と予防について学習します。 ・がんの治療と回復について学習します。 ・運動と健康について学習します。 ・食事と健康について学習します。 	期末考査
第2学期	(8) 休養・睡眠と健康 (9) 喫煙と健康 (10) 飲酒と健康 (11) 薬物乱用と健康 (12) 精神疾患の特徴 (13) 精神疾患の予防 (14) 精神疾患からの回復 (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 (18) 健康に関する意志決定・行動選択 (19) 健康に関する環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・休養・睡眠と健康について学習します。 ・喫煙と健康について学習します。 ・飲酒と健康について学習します。 ・薬物乱用と健康について学習します。 ・精神疾患の特徴について学習します。 ・精神疾患の予防について学習します。 ・精神疾患からの回復について学習します。 ・現代の感染症について学習します。 ・感染症の予防について学習します。 	期末考査
第3学期	2 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) 応急手当の意義とその基本 (4) 日常的な応急手当 (5) 心肺蘇生法	<ul style="list-style-type: none"> ・性感染症とエイズについて学習します。 ・健康に関する意思決定・行動選択について学習します。 ・健康に関する環境づくりについて学習します。 ・事故の現状と発生要因について学習します。 ・適切な応急手当について学習します。 ・具体的な応急手当の方法を学習します。 ・心肺蘇生法の原理と手順について学習します。 	学年末考査

3 評価の規準

【知識・技能】

健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。

【思考・判断・表現】

個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に思考し総合的に捉えることにより、適切な意思決定を行い、選択すべき行動を適切に判断している。

【主体的に学習に取り組む態度】

個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践するため、意欲的に学習に取り組もうとしている。

4 評価方法

学期ごとに、上記の評価の規準の3つの観点から、学習活動への取組、スキルテスト、振り返りシート、レポートについて評価します。また、各学期の評価を総括し、学年末の成績をA・B・Cで評価します。

5 学習のアドバイス

授業に集中して臨みましょう。『図説現代高等保健』を用いて、予習・復習に役立ててください。自他の健康・安全に気を付けることができるようになります。