

都立国際高校 年間授業計画 / Tokyo Metropolitan Kokusai High School Course Syllabus

科目基礎情報 / Course information				
開講年度 / Academic year	令和4年度 / 2022年度			
開講学科 / Department	国際学科 / Course of International Studies			
教科 / Subject	保健体育			
科目 / Course Title	保健			
学年・クラス / Year・Class	2年			
単位数 / credits	1			
科目概要情報 / Course description				
講座概要 / Course description	①個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけさせる。 ②健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える能力を養う。 ③自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。			
到達目標 / Course objectives	①個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につける。 ②健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える能力を身につける。 ③自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を身につける。			
評価方法と評価基準 / Evaluation method and criteria	適切な生活行動のための態度、知識の理解 小テスト、定期考査 レポートの内容 発表の内容と態度 他者の発表を聞く態度			
教科書 / Textbooks	現代高等保健体育【改訂版】 保体301 (大修館書店)			
校外学習 / Field trip	なし			
授業計画 / Course schedule				
	指導項目 / Topic	指導内容 / Contents	評価の方法・基準 / Evaluation method and criteria	予定時数 / Alotted hours
1学期 / 1st semester	4月 現代社会と健康 私たちの健康のすがた 健康のとらえ方 健康と意思決定・行動 選択	生涯を通じた健康づくりについて、健康問題の現状と変化について理解する。 健康とは何であるか身近な健康問題を話題にし、健康について考えさせる。 健康を維持するために適切な行動をどのようにとるか自らの生活を考えさせる。	・適切な生活行動のための態度、知識の理解 小テスト、定期考査	3
	5月 健康に関する環境づくり 生活習慣病とその予防 食事と健康	歴史から見たさまざまな健康のとらえ方を理解し、健康水準の向上の歴史的背景を学習する。 生活習慣と関連の深い病気を学習し、原因と生活行動を考えさせる。		3
	6月 運動と健康 休養・睡眠と健康 喫煙と健康 飲酒と健康	適度な運動が健康づくりに役立ち、休養が疲労を回復する。日常の生活のリズム・生活習慣を考えさせ質のよい休養や睡眠ができているか確認し健康に関する意識を高める。 喫煙は世界的な健康問題であることを理解させる。飲酒は、社会問題を引き起こすだけでなく、深刻な健康問題をもたらすことを理解させる。		5
	7月 薬物乱用と健康	健康への悪影響を及ぼすだけでなく、社会の秩序や安全をも脅かす深刻な課題である。学んだ知識で薬物乱用は絶対にしないという意思決定が行えることと、どんなに勧められても断るという行動選択ができるようにする。		2
2学期 / 2nd semester	9月 現代の感染症 感染症の予防 性感染症・エイズとその予防 欲求と適応機制 心身の相関とストレス	感染症はどのようなもので、なぜ起こるのか考えさせる。 感染症の予防の原則と対策について理解させる。 性がかかわることにより、異なった感染症について学ばせ、正しい行動選択ができるようにする。 心の働きは大脳で営まれ、欲求不満を和らげ心の安定をどのように図っていくのかを理解させる。 心と体は、一体となって働いている。ストレスが体に及ぼす影響について理解させる。	・適切な生活行動のための態度、知識の理解 小テスト、定期考査	5
	10月 ストレスへの対処 心の健康と自己実現 交通事故の現状と要因 交通社会における運転者の資質と責任	ストレスの対処方法にはどのようなものがあるか理解させる。 豊かで健康的に過ごすための実現方法を考えさせる。 交通事故を防ぐためのさまざまな原因を学習する。 将来運転者として社会の一員となるためには、運転者として必要な資質とは何か学ばせる。		4
	11月 安全な交通社会づくり 応急手当の意義とその基本 心肺蘇生法 日常的な応急手当	交通事故のない安全な社会づくりのためには、どのような対策が必要か学ばせる。 目の前に意識を失った人がいたり、けがをしている人がいたときの判断と対応についての知識を深める 蘇生法の正しい方法や手順を学ぶ。 日常におこる応急手当の知識を身につける。		5
	12月 ストレス診断 心の健康と自己実現			3
3学期 / 3rd semester	1月 課題別研究発表	現代社会と健康に関する単元の中から、興味関心のあるテーマを決め、さらに学習することで、知識を深め、生徒同志、発表を通して情報交換をさせる。 研究発表を通じて資料や参考文献を調べる能力やレポートをまとめ発表する表現力を養う。	レポートの内容 発表の内容と態度 他者の発表を聞く態度	4
	2月			3
	3月			2