

令和3年度 入学生用 [保健体育科] シラバス

北海道北見緑陵高等学校

教科	科目	単位数	種別	年次	
保健体育	保健	1	必修科目	1年	
使用教科書	現代高等保健体育 改訂版 現代高等保健体育ノート			担当者	

学習目標	体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。																																				
学習方法	教科書・プリント等を活用し、現代的な健康課題の解決に関わる内容を学ぶ。																																				
学習評価	<table border="1"> <tr> <th colspan="2">育成を目指す資質・能力</th> <th colspan="2">育成を目指す資質・能力の評価内容</th> </tr> <tr> <td>1</td> <td>基盤的学力</td> <td colspan="2">文章を読み解き、対話により意見や考えを他者と交わすことができる。</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>問題発見・解決能力</td> <td colspan="2">問いを立て、解決に向かうことができる。</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>情報活用能力</td> <td colspan="2">情報を活用し、問題発見・解決や自分の考えの形成に役立てることができる。</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>主体的判断能力</td> <td colspan="2">物事を多面的に吟味し、主体的に判断・行動することができる。</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>協働力</td> <td colspan="2">他者を尊重し、協働することができる。</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>自律力</td> <td colspan="2">規範意識をもって自律的に行動することができる。</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>実践力</td> <td colspan="2">自ら考えて行動し実践することができる。</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>自己認識力</td> <td colspan="2">自分の思考を客観的に捉えることができる。</td> </tr> </table> <p>以上の観点をふまえ、 ・授業の取り組みや定期考査、課題提出状況などを総合的に評価します。□</p>	育成を目指す資質・能力		育成を目指す資質・能力の評価内容		1	基盤的学力	文章を読み解き、対話により意見や考えを他者と交わすことができる。		2	問題発見・解決能力	問いを立て、解決に向かうことができる。		3	情報活用能力	情報を活用し、問題発見・解決や自分の考えの形成に役立てることができる。		4	主体的判断能力	物事を多面的に吟味し、主体的に判断・行動することができる。		5	協働力	他者を尊重し、協働することができる。		6	自律力	規範意識をもって自律的に行動することができる。		7	実践力	自ら考えて行動し実践することができる。		8	自己認識力	自分の思考を客観的に捉えることができる。	
	育成を目指す資質・能力		育成を目指す資質・能力の評価内容																																		
	1	基盤的学力	文章を読み解き、対話により意見や考えを他者と交わすことができる。																																		
	2	問題発見・解決能力	問いを立て、解決に向かうことができる。																																		
	3	情報活用能力	情報を活用し、問題発見・解決や自分の考えの形成に役立てることができる。																																		
	4	主体的判断能力	物事を多面的に吟味し、主体的に判断・行動することができる。																																		
	5	協働力	他者を尊重し、協働することができる。																																		
	6	自律力	規範意識をもって自律的に行動することができる。																																		
	7	実践力	自ら考えて行動し実践することができる。																																		
	8	自己認識力	自分の思考を客観的に捉えることができる。																																		
担当者から	・1単位の教科なので休まないこと。 ・ノートをしっかりととること。																																				

月	大単元	単元(題材)	学習内容	重点評価事項(資質・能力)								単元(題材)の評価基準	評価方法
				1	2	3	4	5	6	7	8		
4	現代社会と健康	1 私たちの健康のすがた	・わが国における健康水準の向上	○	○						○	健康問題の変化を理解し、新たに生じてきた問題点を意識できているか。 正しい行動の選択が自らできるか。 健康のとらえ方を理解できたか。 課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしているか。 健康的な意思決定・行動選択を行うための工夫について理解しているか。 健康づくりとヘルスプロモーションについての学習に意欲的に取り組もうとしているか。 健康づくりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解しているか。 食生活・運動・生活習慣および休養・睡眠のとり方について、資料等を活用し学習活動に意欲を持って取り組もうとしているか。 意識を持った学習活動のなかで、課題を見つたり整理したりするなどしているか。 生活習慣病の予防と食生活・運動・休養・睡眠などについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解しているか。	授業態度 発問評価 定期考査 プリント、課題の提出状況
・わが国における健康問題の変化			○	○							○		
4		2 健康のとらえ方	・健康についての多様な考え方	○	○						○		
・健康の成り立ちとその要因			○	○							○		
5		3 健康と意思決定・行動選択	・意思決定・行動選択とそれに影響を与える要因	○	○						○		
・健康的な意思決定・行動選択を実現する工夫			○	○							○		
5		4 健康に関する環境づくり	・健康づくりを支える環境	○	○						○		
・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくり			○	○							○		
6		5 生活習慣とその予防	・生活習慣病とは	○	○						○		
・生活習慣の予防			○	○							○		
6		6 食事と健康	・健康的な食生活の重要性と意義	○	○						○		
・健康的な食生活習慣の形成			○	○							○		
6		7 運動と健康	・健康からみた運動の意義	○	○						○		
・健康づくりのための運動習慣の形成			○	○							○		
7		8 休養・睡眠と健康	・健康からみた休養・睡眠の意義	○	○						○		
・健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方			○	○							○		
8		9 喫煙と健康	・喫煙の健康影響	○	○						○		
・喫煙開始の要因と社会問題			○	○							○		
・喫煙への対策			○	○							○		
9		10 飲酒と健康	・飲酒の健康影響	○	○						○		
・飲酒開始の要因と社会問題	○		○							○			
・飲酒への対策	○		○							○			
9	11 薬物乱用と健康	・薬物乱用の健康影響	○	○						○			
・薬物乱用開始の要因と社会問題		○	○							○			
・薬物乱用の防止と対策		○	○							○			
10	12 現代の感染症	・感染症とは	○	○						○			
・新たに注目される感染症		○	○							○			
・再び問題となっている感染症		○	○							○			
10	13 感染症の予防	・感染症予防の原則	○	○						○			
・現代の感染症対策		○	○							○			
11	14 性感染症・エイズとその予防	・性感染症・エイズ	○	○						○			
・性感染症・エイズの予防		○	○							○			
11	15 欲求と適応機制	・欲求と脳の働き	○	○						○			
・さまざまな欲求		○	○							○			
・欲求不満と適応機制		○	○							○			
12	16 心身の相関とストレス	・心身の相関のしくみとストレス	○	○						○			
・ストレスの影響と心の健康		○	○							○			
12	17 ストレスへの対処	・原因への対処	○	○						○			
・とらえ方を変えることによる対処		○	○							○			
・気分転換やリラクゼーションなどによる対処		○	○							○			
・信頼できる人や専門家への相談		○	○							○			
12	18 心の健康と自己実現	・自己実現と心の健康との関係	○	○						○			
・自己実現の道すじと達成		○	○							○			
1	19 交通事故の原因と要因	・交通事故の現状	○	○						○			
・交通事故の要因		○	○							○			
1	20 交通社会における運転者の資質と責任	・安全な運転のための資質	○	○						○			
・交通事故の責任と補償		○	○							○			

2	21 安全な交通社会づくり	・法的な整備と施設・設備の充実	○	○						○	わが国の安全な交通社会を作るための基礎的な事項を理解しているか。
2		・車の安全性の向上	○	○						○	
2	22 応急手当の意義とその基本	・応急手当の意義	○	○						○	日常的な応急手当および心肺蘇生について、実習や意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしているか。
2		・応急手当の手順	○	○						○	応急手当の手順、心肺蘇生のAEDの扱い方等、資料・実習等を通して正しい行動等自ら考え行動しているか。
3	23 心肺蘇生法	・心肺蘇生法の意義と原理	○	○						○	心肺蘇生法および応急手当の基本的な事項について、基礎的な知識を理解しているか。
3		・心肺蘇生法の手順	○	○						○	
3	24 日常的な応急手当	・けがの応急手当	○	○						○	
3		・熱中症の応急手当	○	○						○	