

		学 年	第1学年 全クラス
教 科	保健体育科	科 目	保健
単 位 数	1	使用教科書等	現代高等保健体育（大修館）
授業の 目標	健康問題や社会の変化とともに、私たちの健康のとらえ方や健康問題への対策のありかたも変化してきたことを知り、健康の考え方の変化について学ぶとともに、生活習慣病や感染症、さらに薬物乱用、心の問題、交通安全など、現代の健康問題とその対策について学ぶ。		
前期中間 授業進度	<p>※毎時間タブレットを使用し、教材の配信やテキストの記入、調べ学習などの授業に活用する。</p> <p>第1回 ①オリエンテーション 「日常の学習評価等」について タブレットの使用について ②体のつくりと働き 教科書口絵 P1～4</p> <p>第2回 健康の考え方と成り立ち ① 健康についての多様な考え方 ② 健康の成り立ちとその要因</p> <p>第3回 私たちの健康のすがた ① わが国における健康水準の向上 ② わが国における健康問題の変化</p> <p>第4回 生活習慣病の予防と回復 ① 生活習慣病とその種類 ② 予防から回復まで</p> <p>第5回 がんの原因と予防 ① がんとその種類 ② がんの予防</p> <p>第6回 がんの治療と回復 ①がんの治療と緩和ケア ②がんとともに生きる社会づくり</p> <p>第1回～第6回まで前期中間試験範囲</p>		
	<p>第1回 事故の現状と発生要因 ① 事故とその被害 ② 事故の発生に関連する要因</p> <p>第2回 安全な社会の形成 ① 自他の安全を確保する行動</p>		

<p>前期期末 授業進度</p>	<p>② 安全を確保する社会の取り組み</p> <p>第3回 交通における安全 ① 交通事故防止のための取り組み ② 交通事故と運転者の責任</p> <p>第4回 応急手当の意義とその基本 ① 応急手当の意義 ② 応急手当の手順</p> <p>第5回 日常的な応急手当 ① けがに応じた応急手当 ② 熱中症の応急手当</p> <p>第6回 心肺蘇生法 ① 心肺蘇生法の意義と方法</p> <p>第7回 心肺蘇生法 ① 心肺蘇生法の手順と実習</p> <p>第8回 前期の振り返り ① 前期の内容を振り返る ② テスト内容の確認 ③ 平常点や課題の確認</p> <p>第1回～第8回まで前期期末試験範囲</p>
<p>後期中間 授業進度</p>	<p>第1回 運動と健康 ① 健康からみた運動の意義 ② 健康によい運動のしかた</p> <p>第2回 食事と健康 ① 健康的な食生活の意義 ② 健康によい食事のとり方</p> <p>第3回 休養・睡眠と健康 ① 健康からみた休養の意義 ② 健康からみた睡眠の意義</p> <p>第4回 喫煙と健康 ① 喫煙の影響 ② 喫煙への対策</p> <p>第5回 飲酒と健康 ① 飲酒の影響 ② 飲酒への対策</p>

第6回 薬物乱用と健康
① 薬物乱用の影響
② 薬物乱用の要因と対策

第7回 喫煙・飲酒・薬物乱用のまとめ
前回までの授業をもとに、適切な意思決定・行動選択を学ぶ。

第1回～第7回まで後期中間試験範囲

後期期末 授業進度	第1回	精神疾患の特徴 ① 精神疾患の要因と種類 ② 精神保健の今日的課題
	第2回	精神疾患の予防 ① 日常生活における精神疾患の予防 ② 精神疾患の早期発見・早期治療
	第3回	精神疾患からの回復 ① 専門家による支援と治療 ② 社会環境の整備
	第4回	ストレスや不安に対処しよう ① ストレスや不安をコントロールする方法を学ぶ。 ② ストレスや不安をあるがままに受け入れる方法を学ぶ。
	第5回	現代の感染症 ① 感染症とは ② さまざまな感染症
	第6回	感染症の予防 ① 感染症予防の三原則 ② 現代の感染症対策
	第7回	性感染症・エイズとその予防1 ① 性感染症・エイズとは
	第8回	性感染症・エイズとその予防2 ① 性感染症・エイズの予防
	第9回	第14回 前期の振り返り ① 年間の内容を振り返る ② テスト内容の確認 ③ 平常点や課題の確認
第1回～第9回まで後期期末試験範囲		