

保健体育 科
保健

単位数	1	学年	2
必修・選択	必修		
担当者			
教科書	最新高等保健体育		

1. ねらい・目標

個人及び社会生活における健康・安全について、理解を深めるようにし生涯を通じて自らの健康を適切管理し、改善していくための資質や能力を育てる。

2. 授業の進め方や学習方法

わが国の健康水準は、世界でも最高水準にあるがその反面健康に不安を感じている人は少なくない。高校生でも例外ではなく若い時期からの健康づくりが必要です。

以上のことを踏まえて保健の授業内容は、社会環境づくりを重視するヘルスプロモーションの考え方に基づいて生涯の様々な健康問題に関して理解し、一人一人が健康に関して深い認識を持ち適切な意思決定や行動選択が出来るようにする。また生涯を通じての健康や社会生活と健康について理解させ、思春期の性意識と性行動・家族計画と人工妊娠中絶・保健医療制度等について理解させる。さらに、環境について大気汚染・水質汚濁・土壌汚染などの問題や環境衛生活動・食品衛生活動の仕組みや労働災害の防止と職業病の予防等について基礎的事項の内容を学習します。

また、知識理解に留まらず自ら課題を見つけ取り組む課題解決学習、テーマを決めて新聞や文献・インターネット等を活用し調べ学習も試みます。

3. 副教材・参考書

1. 副教材 最新高等保健体育ノート（大修館書店）
2. 参考書

4. 評価

期末考査、課題やノート等の提出物、授業態度や関心・意欲・思考・判断・知識・理解を総合的に判断し評価する。

5. その他(履修上の留意点等)

個人生活及び社会生活における健康・安全についての総合的な理解を深める中で、的確な思考・判断に基づいて自らの健康管理・健康的な生活行動など実践力の基礎を育成できるように配慮する。

6. 授業計画(進度表) 単元名:生涯を通じる健康・社会生活と健康

期	月	週	小単元名	学 習 の 内 容	留 意 点
1 学 期	4	1	思春期と健康	○思春期の体の特徴とともに、行動面・心理面の特徴を知る。	・思春期の心と体の健康について理解させる。
		2			
	5	3	性への関心・欲求と性行動	○男女の性意識の違いを知るとともに、性情報が性行動選択に及ぼす影響を学ぶ。	・性意識の男女差と性的欲求及び、自分だけの問題ではないことを理解させる。
		4			
	6	5	妊娠・出産と健康	○受精・妊娠・出産のメカニズムを知り妊娠・出産期に周囲が何を注意すべき点や、活用できる保健サービス学ぶ。	・受精・妊娠期の健康のため周りの人々の支援の大切さや公的サービスの活用方法を理解する。
		6			
	7	7	避妊法と人工妊娠中絶 期末考査	○健康の視点から家族計画を学び、男女それぞれの立場から避妊を考えたり、人工妊娠中絶が大きな負担になることを学ぶ。	・家族計画の意義と避妊法について具体的方法を理解する。また、人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響について理解する。
8	8				
9	9	結婚生活と健康	○健康な結婚生活を営むために、心身の発達からみた留意点や健康づくりについて学ぶ。	・家族は社会の最小単位である、健康を築く出発点であることを理解する。	
10	10				
7	11	中高年期と健康	○年をとることによる心身の変化にはどのようなものがあるのか、また、中高年期を健やかに過ごすための社会的取り組みについて学ぶ。	・中高年期を健やかに過ごすために、若い頃からの健康管理が重要であることを理解させる。 ・高齢者の健康とその支援、保健医療・福祉の連携について理解する。	
12	12				
2 学 期	9	13	医薬品と健康	○医薬品の役割を理解し、正しい使用法や副作用、医薬品の安全性を守る取り組みがあることについて学ぶ。	・医薬品の役割・使用方法・安全性のための対策について理解する。
		14	医療サービスとその活用	○医療機関の役割や医療保険の仕組みを知ること、医療サービスを受けるときの留意点を学ぶ。	・医療の供給と医療保険、医療機関の役割について主体的に考えさせる。
	10	15	保健サービスとその活用	○保健行政の役割としくみ及び保健サービスの内容や活用法について学ぶ。	・保健行政の役割としくみと保健サービスの活用について具体的に理解する。
		16			
	11	17	さまざまな保健活動や対策	○保健活動において、行政・民間・国際機関の対策、また、ヘルスプロモーションにもとづく活動について学ぶ。	・ヘルスプロモーションの考え方を復習し、自分自身との関わりを考えさせる。
		18			
	12	19	大気汚染と健康	○大気汚染の健康影響を原因物質の視点から考える。	・大気汚染の原因と健康影響について理解させる。
20					
13	21	水質汚濁と健康 土壌汚染と健康	○水質汚濁や土壌汚染の健康影響を原因物質の視点から考えるとともに、大気汚染・水質汚濁との関連について学ぶ。	・水質汚濁や土壌汚染の原因と健康影響そして大気汚染、水質汚濁、土壌汚染の関連性を理解させる。	
	22				
23	23	環境汚染を防ぐ取り組み 期末考査	○こんにちの環境汚染の特徴や環境汚染の防止・改善・対策を考える。	・環境汚染の防止と環境対策・産業廃棄物の処理と健康について、主体的に考えさせる。	
24	24				
3 学 期	14	25	ごみの処理と上下水道の整備	○ごみ処理の現状を学び、ごみ・し尿・上下水道の整備・問題・対策などを考える。	・ごみの処理と上下水道の整備が、環境汚染に必要なことを理解させる。
		26			
	15	27	食品の安全を守る活動	○食品衛生管理について、行政・製造者・生産者が行っている対策や私たちができる食品の安全性の確保の仕方について考える。	・食品の安全性と行政の役割・食品製造過程における衛生管理と消費者の役割について理解させる。

2	30	働くことと健康	○働くことと健康が相互に影響していることを知り、働く人の健康問題がどのように変わってきたか学ぶ。 ○職場と個人が行うべき労働災害の防止対策と職場における健康管理の必要性を考える。	・働くことと健康のかかわり・働く人の健康問題について主体的に考えさせる。 ・労働災害とその防止・職業病とその予防について
	31			
	32	期末考査		
	33			
3	34	働く人の健康づくり	○職場が行う健康増進対策について知り、日常生活の健康増進について考える。 ○余暇の有効活用について学ぶ。	・職場と日常生活における健康への取り組みや余暇の大切さか活用方法について知る。
	35			