

# 東京都立羽村高等学校 令和3年度 年間授業計画

教科:保健体育

科目:保健

単位数: 1 単位

対象学年組:第1学年 1組~8組

教科担当者:(1組:山内)(2組:石橋)(3組:山内)(4組:小林)(5組:小林)(6組:山内)(7組:山内)(8組:石橋)

使用教科書:現代高等保健体育(大修館)

使用教材:現代高等保健体育ノート(大修館)

	指導内容	保健の具体的な指導目標	評価の観点・方法	配当時数
4月	私たちの健康の姿 健康のとらえかた	わが国における健康水準・健康問題について考える。 健康の成り立ちとその要因について考える。	出席状況・ 関心・意欲・態度・ 知識・理解	3
5月	健康と意思決定・行動選択 健康に関する環境づくり	健康的な意思決定・行動選択を実現する工夫について考える。 健康づくりを支える環境について考える。		3
6月	生活習慣病とその予防 食事と健康	生活習慣病について理解を深め、その予防について考える。 健康的な食生活の重要性和意義について考える。		4
7月	運動と健康 休養・睡眠と健康	健康づくりのための運動習慣のつくりにかたを考える。 健康からみたより良い休養・睡眠のとり方を考える。		2
9月	喫煙と健康 飲酒と健康	喫煙の健康への影響を考える。 飲酒の健康への影響を考える。	出席状況・ 関心・意欲・態度・ 知識・理解	3
10月	薬物乱用と健康 現代の感染症・感染症の予防	薬物乱用の健康への影響を考える。 感染症とは何か。また、その予防について考える。		4
11月	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	性感染症・エイズの予防について考える。 欲求・欲求不満と適応機制について考える。 心身相関のしくみを考える。		4
12月	ストレスへの対処 心の健康と自己実現	ストレス原因への対処・とらえ方の変化などの対処法を考える。 自己実現の道すじを考える。		2
1月	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 安全な交通社会づくり	交通事故の現状と要因を考える。 安全な運転のための資質と責任を考える。 自動車などの安全性・法的整備を考える。		3
2月	安全な交通社会づくり 応急手当の意義とその基本	自動車などの安全性・法的整備を考える。 応急手当の意義・手順を考える。	4	
3月	心肺蘇生法 日常的な応急手当	心肺蘇生法の意義と手順を考える。 けが・熱中症の応急手当を考える。	3	