

教科・科目	学年学科	単位数	教科書	使用教材
保健体育 保健	1年 全学科	1	現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート改訂版 (大修館書店)
科目の概要と 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とともに、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を身につける。			
単元	学習内容		到達度目標	
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 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 運動と健康 休養・睡眠と健康 喫煙と健康 飲酒と健康 薬物乱用と健康 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 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 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		- 健康の考え方や保持・増進の方法は、国民の健康水準の向上や病気の傾向の変化に伴って変わってきていることを理解する。 - 生活習慣病について、原因とその予防に対する対策についての理解を深める。 - 基本的な生活習慣である「食事」「運動」「休養」の意義や役割についての理解を深める。 - 喫煙者本人のみでなく、周囲の人への健康影響などについて理解を深め、喫煙に関する適切な意志決定や行動選択をできるようにする。 - アルコールの作用や、それに伴う健康障害についての理解を深め、飲酒に関する適切な意志決定や行動選択をできるようにする。 - 薬物乱用は、心身の健康に対して深刻な影響を与えることを理解し、絶対に薬物に手を出さない強い意志を身につけることができるようにする。 - 感染症が発症する仕組みや、感染症の種類を知り、感染症の予防には適切な対策が必要であることについての理解を深める。 - 性感染症・エイズについて正しい知識をもち、感染経路やその予防法についても理解を深める。 - 人間の欲求の種類や欲求がどのようにして生じるのか理解し、欲求不満から生じる不安や緊張・悩みに対する適応機制について説明できる。 - 心とからだの関わりを知り、心とからだの相互作用の一種としての精神的ストレスなどが引き起こす、心身症についての理解を深める。 - わが国の交通事故の特徴について理解し、人・環境・車両の3つの要因によって発生する交通事故について、正しい知識をもつ。 - 応急手当の重要性を知り、日常的なけがや熱中症の応急手当の方法を身につけることができる。 - 心肺蘇生法の原理および手順について説明できる。 - 気道確保・人工呼吸・心臓マッサージの3つの心肺蘇生法について、正しい手法を理解し、身につけることができるようにする。	