

1 指導概要

教科		科目		
保健		保健 I	単位数：1 単位	
指導目標：保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。				
(1) 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とともに、技能を身に付けるようにする。				
(2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。				
(3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。				
メディア視聴	なし		教科書	大修館書店「新編高等保健体育」
スクーリング	1 単位時間×1 回	合格時間数 1 時間以上	学習図書	自校作成の教材資料を使用
レポート	全 1 回	合格枚数 3 枚	副教材	なし
回	高校通信教育講座 (単元・学習内容)	レポート (締切期日)	スクーリング (日程と内容)	
1	健康の考え方と成り立ち 私たちの健康のすがた 生活習慣病の予防と回復	第 1 回 (9/9)	第 1 回	・わが国の健康水準について平均寿命や乳児死亡率などの健康指標を基に過去と現在を比較し、変化とその背景について理解する。 ・健康を保つためには休養をすることが大切であり、体だけではなく心の健康にも繋がることを理解する。 ・喫煙・飲酒が心身の健康に限らず周りにも悪影響を及ぼすことを理解する。
2	休養・睡眠と健康 喫煙と健康 飲酒と健康 健康に関する意思決定・行動選択	第 2 回 (10/7)		・けがや急病に適切な応急手当をおこなうことで、状態の悪化を防ぎ、命を救う可能性を高めることを理解する。
3	安全な社会の形成 応急手当の意義とその基本 心肺蘇生法	第 3 回 最終提出日： (11/11) 提出予備日： (12/9)		

2 評価の観点

知識・技能	テストの結果で評価します。
思考・判断・表現	レポートの最終問題で評価します。
主体的に学習に取り組む態度	スクーリング時に取り組む姿勢や、成果物で判断します。

3 評価の方法

上記の観点に基づき、年度末に5段階で評価を出します。

【知識・技能】テスト結果(7割)

【思考・判断・表現】レポート最終問題(2割)

【主体的な態度】スクーリングの時の成果物(1割)

4 担当者からのメッセージ

保健Iでは、スクーリングへの出席(取り組む姿勢)、レポートの提出(レポートの内容)、試験結果を総合的に判断し、評価します。健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考えていく訓練をします。教科書を読み、各回の範囲を予習し、レポートをできるだけ完成させた上で面接指導にのぞむことを推奨します。