

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 がんの原因と予防	第 1 回 (11/30) 提出予備日： (1/15)	第 1 回	<ul style="list-style-type: none"> ・「健康＝病気でない状態」という考え方は従来の考え方であることを認識する。 ・WHO 憲章での健康の考え方、生きがいや QOL を重視した健康の考え方について授業を展開し、健康についての多様な考え方をもたせる。 ・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。 ・がんは生活習慣病であり、禁煙、節酒、減塩、適度な運動、適切な体調管理という 5 つの健康的な生活習慣によってがんのリスクは軽減できることを理解する。

2 評価の観点

知識・技能	生涯を通じる健康に関わる事象や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、適切な方法を選択し、それらを説明することができるようにする。
思考・判断・表現	生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現する。
主体的に学習に取り組む態度	意欲的にレポート作成に取り組み、スクーリングに出席し身近な事象をもとに、一人一人が健康に関心をもち、健康を支える適切な環境づくりに積極的に参加していくことを行おうとしている。

3 評価の方法

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、評価する。

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。