

平成31年度・令和元年度 シラバス(保健) 学番6 新潟県立新潟東高等学校

科目	保健	単位	2単位	学年	1, 2年(1年次1単位, 2年次1単位)
使用教科書	現代保健体育 改訂版 (大修館)			副教材等	現代保健ノート 改訂版 (大修館)

学習の到達目標	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に管理し、改善していくための資質や能力を身につける。
---------	--

評価の観点			
a. 関心・意欲・態度	b. 思考・判断	c. 技能	d. 知識・理解
個人生活や社会生活における健康・安全に関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。	個人生活や社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断している。		個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。

学期	月	学習項目	学習内容(ねらい)および評価の観点	評価の観点				評価方法
				a	b	c	d	
1年	4	第1章 現代社会と健康 1. 私たちの健康のすがた (教p.6~7)	・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。 (1)身の回りや日常生活における病気の傾向、わが国の健康水準について調べる。 (2)日常生活において、自らの健康を考えて、病気を予防しようとする。 (3)死因別にみた、わが国の死亡率や患者の病気の傾向について理解する。新しい病気の傾向について、具体的な事例を踏まえて理解する。	○	○		○	-授業態度 -発問評価 -定期考査 -プリント、課題の内容・提出状況
		2. 健康のとらえ方 (教p.8~9)	・健康に関する4つの要因を理解するとともに、わが国や世界では、様々な保健活動や対策などが行われていることを理解する。 (1)健康について、近年重視されてきている「健康寿命」の定義や重要性について調べる。 (2)喫煙、飲酒、薬物乱用など、健康を脅かす因子に対して適切な判断と行動をする。 (3)健康を脅かす因子によって生じる悪影響を具体的に理解する。健康を保つための日本や世界の取り組みについて、具体的に理解する。	○	○		○	
		3. 健康と意志決定・行動選択 (教p.10~11)	・適切な意志決定・行動選択をとりやすい社会とどのような社会かを考え理解を深める。 (1)情報の収集と思考・判断の必要性を理解し、日常生活に役立てる。 (2)社会的な影響力への適切な対処の仕方を理解し、自分自身の判断が出来るようにする。 (3)個人の行動を支援するような社会づくりが必要であることを理解する。	○	○		○	
	5	4. 健康に関する環境づくり (教p.12~13)	・健康の増進のために、積極的な健康づくりである「ヘルスプロモーション」が重要になってきていることを知り、そのためのわが国や世界各国での取り組みについての理解を深める。 (1)わが国で行われているヘルスプロモーションの取り組みである、「健康日本21」で定められた目標について調べる。 (2)健康増進の取り組みについて、自らの生活に当てはめて考え、積極的に健康増進を図ろうとする。 (3)「ヘルスプロモーション」の定義について理解する。「健康日本21」の趣旨を理解する。	○	○		○	
学期	5	5.生活習慣病とその予防 (教p.16~17)	・健康を保持・増進するとともに、生活習慣病を予防するために、基本的な生活習慣についての理解を深める。 (1)生活習慣病について呼称の由来や病例を説明することができる。 (2)生活習慣病の予防について理解し、説明することができる。	○	○		○	-授業態度 -発問評価 -定期考査 -プリント、課題の内容・提出状況
		6.食事と健康 (教p.18~19)	・健康を保持・増進するために、基本的な生活習慣である「食事」の意義や役割についての理解を深める。 (1)食事の重要性を理解し、「食べること」の意義や食事の文化について調べる。 (2)生活習慣病とのかかわり、健康的な生活習慣としての「食事」のあり方を考える。 (3)健康的な食生活のための栄養素の働きや食事摂取基準について、正しい知識をもつ	○	○		○	

6	7.運動と健康 (教p.20~21)	2H	・「食事」とともに、基本的な生活習慣としての「運動」を重視し、その役割や実践方法についての理解を深める。 (1) 運動の役割や重要性について理解し、日常生活のなかに積極的に運動を取り入れようとする。 (2) 生活習慣病予防との関連で運動を捉え、運動の種類や方法を適切に選択する。 (3) 有酸素運動をはじめ、各運動の特性や役割、効果について具体的に理解する。	○	○	○			
		1H	・生活習慣としての「休養・睡眠」の、単に肉体の疲労回復にとどまらない今日的な捉えかたや、睡眠のリズムについての理解を深める。 (1) 休養・睡眠の果たす役割の重要性を知るとともに、人間の日内リズムについて、積極的に学習する。 (2) 肉体的な疲労のみでなく、精神状態の維持などのための「休養・睡眠」のあり方を考える。 (3) 「休養・睡眠」の役割や、人間の日内リズムなどについて、正しく理解する。	○	○	○			
		2H	・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。 (1) 喫煙による心身への害についての情報を、教科書などから積極的に調べる。 (2) 喫煙による健康への影響だけでなく、喫煙マナーのあり方についても考える。 (3) 喫煙者本人のみにとどまらない、喫煙による健康被害について、正しく理解する。未成年者の喫煙による健康への影響について正しく理解する。	○	○	○			
	7	10. 飲酒と健康 (教p.26~27)	2H	・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。 (1) 飲酒による心身への害についての情報を、教科書などから積極的に調べる。 (2) 飲酒による身体器官への影響だけでなく、精神的な影響についても考える。 (3) 飲酒による心身の健康や胎児への影響について、正しく理解する。未成年者の飲酒による健康への影響について正しく理解する。	○	○	○		
		11. 薬物乱用と健康 (教p.28~29)	2H	・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。 (1) 薬物乱用による心身への害や薬物ごとの特徴を、積極的に調べる。 (2) 薬物乱用を防ぐためには、どのような意識をもつことが重要であるかを考える。 (3) 薬物乱用による心身の健康や社会的な影響について、正しく理解する。	○	○	○		
学期	月	学習項目	学習内容(わらい)および評価の観点	a	b	c	d	評価方法	
2	9	12. 現代の感染症 (教p.32~33)	1H	・感染症は、時代や地域によって、社会環境や自然環境の影響を受け、発生や流行に違いがみられることについての理解を深める。 (1) 感染症は、時代や地域によって異なることやその背景について理解している。 (2) 感染症は、時代や地域によって、社会環境や自然環境の影響を受け、発生や流行に違いがみられることを説明できる。	○	○	○		・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
		13. 感染症の予防 (教p.34~35)	1H	・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。 (1) 感染症の成立の仕組みを理解し、日常生活のなかでの感染症予防に役立てる。 (2) 感染症の現状を知り、予防するための方策について考えとともに、人権へも配慮する。 (3) 感染症を防ぐための対策について、感染の仕組みとともに、正しい知識をもつ。	○	○	○		
		14. 性感染症・エイズとその予防 (教p.36~37)	2H	・HIV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。 (1) HIV感染症・エイズとその予防や治療についての情報を、教科書などから積極的に調べる。 (2) HIV感染症・エイズを予防するための方策について考えとともに、人権へも配慮する。 (3) HIV感染症とエイズの違いを知り、予防について正しく理解する。HIV感染症・エイズの治療法を正しく理解する。	○	○	○		

10	15. 欲求と適応機制 (教p.38~39)	<p>・人間の欲求の種類を理解し、欲求不満から生じる不安や緊張・悩みに対する心の働きについて理解を深める。</p> <p>(1)大脳の働きと人間の行動について、どのように関連するのか考える。</p> <p>(2)生きるために必要な欲求とそうでない欲求について分類させる。</p> <p>(3)心の緊張や不安・悩みをどのような働きによって、解消し、バランスをとっているのか理解する。</p>	○	○	○
	16. 心身の相関とストレス (教p.40~41)	<p>・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。</p> <p>(1)心とからだのつながりについて、自らの体験などと照らし合わせて、積極的に学習する。</p> <p>(2)心身症の原因となる精神的なストレスなどを避けるための行動を、適切に選択する。</p> <p>(3)心とからだの関わりを知り、心身症と、その治療法について正しい知識をもつ。</p>	○	○	○
11	17. ストレスへの対処 (教p.42~43)	<p>・自らが受けているストレスについて知り、自分を守るためにできる対処法について理解を深める。</p> <p>(1)ストレスの原因を知り、問題を解決する方法を考える。</p> <p>(2)自分自身の置かれている立場を、冷静に論理的・客観的に見ることが出来るようにし、良い点、悪い点を探せるようにする。</p> <p>(3)ストレスの発散方法や相談できる人の必要性を理解する。</p>	○	○	○

学期	月	学習項目	学習内容(わらい)および評価の観点	a	b	c	d	評価方法
2	11	18. 心の健康と自己実現 (教p.46~47) 1H	・「自我のめざめ」とは何かを知り、自分自身を確立するために、どのような努力が必要なのかについての理解を深める。 (1)「自我のめざめ」に関して、自らが経験したことなどと照らし合わせて、積極的に学習する。 (2) 自己実現のために必要な行動について考え、適切に選択する。 (3) 自己実現への過程で、自らの心のなかでどのような変化が起きているのかについて正しく理解する。	○	○		○	・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
	12	19. 交通事故の現状と要因 (教p.48~49) 1H	・交通事故の特徴や事故の要因である当事者の心理・行動、車両の特性などを理解させる。 (1)交通事故の惨状を考え、その悲しみについて考える。 (2)交通事故の現状を理解し、自分の身に置き換えて考える。 (3) 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。	○	○		○	
3	1	20. 交通社会における運転者の資質と責任 (教p.50~51) 1H	・交通事故には責任や補償問題が生じることを知り、交通事故防止のために求められる行動について理解を深める。 (1)運転者に求められる資質を考え、身につける。 (2)事故の原因となる主体要因、環境要因、車両要因を理解し、適切な行動につなげる。 (3)交通事故を起こした場合に生じる責任や補償について理解する。	○	○		○	
		21. 安全な交通社会づくり (教p52~53) 1H	・安全な交通社会をつくるための方策を、法律・施設・設備面から考え理解を深める。 (1) 交通事故を起こした場合の対応や車の安全装置の機能の向上などについて、積極的に調べる。 (2) 日本の交通事故の特徴を知り、事故に遭う危険を回避するための適切な行動を選択する。 (3) 事故を起こした場合の責任や日本の交通事故の特徴などについて正しく理解する。	○	○		○	
	22. 応急手当の意義とその基本 (教p.56~57) 1H	・応急手当の重要性を知り、傷病者の観察や応急手当の正しい手順についての理解を深める。 (1) 傷病者に対する観察の手順について、実習などを通じて確実に身につけようとする。 (2) 実際の手当が必要な傷病者に遭遇した場合に、必要な行動を適切に選択する。 (3) 応急手当の第一段階である観察の手順について、正しい知識をもつ。	○	○		○		
	2	23. 心肺蘇生法 (教p.58~59) 2H	・気道の確保・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。 (1) 傷病者を救命するために行う気道の確保・人工呼吸・心臓マッサージを、実習などを通じて確実に身につけようとする。 (2) 心配蘇生法が必要な傷病者に対して、必要な行動を適切に選択する。 (3) 心配蘇生法の手法について、正しい知識を身につける。	○	○		○	
3	24. 日常的な応急手当 (教p60~61) 2H	・日常的な応急手当の手順や方法を理解し、身につけることができるようにする。 (1) 圧迫や固定をさせる意義を理解し、身につけさせる。 (2) 捻挫や打撲等の手当を理解し、身につけさせる。 (3) 熱中症の危険性を理解させ、処置や手当が出来るようにする。	○	○		○		

学期	月	学習項目	学習内容(ねらい)および評価の観点	a	b	c	d	評価方法
2年 1	4	第2章 生涯を通じる健康 1. 思春期と健康 (教p.64～65) 2H	・思春期における男女の性的特徴を考え、行動や心理面に起こる変化を理解する。 (1)男女の性機能を互いに理解させ、関心を持たせる。 (2)思春期の心の葛藤を、社会問題を通して理解させる。 (3)女性の性周期に対する正しい知識を身につけさせる。		○	○	○	・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
		2. 性意識と性行動の選択 (教p.66～67) 2H	・心身ともに大人への過渡期である思春期に起こる心の成長について、男女の意識の違いなども含め理解を深める (1) 思春期の心の変化について知るとともに、男女の性意識の違いについても積極的に学習する。 (2) 男女の性意識の違いについて知り、自らの行動に適切に反映する。 (3) 思春期に起こる心の変化や性意識の男女差について、正しい知識をもつ。		○	○	○	
	5	3. 結婚生活と健康 (教p.68～69) 2H	・結婚に関する制度を知るとともに、家族の健康を保つために、どのような対策が必要であるかについての理解を深める。 (1) 健康の保持・増進のために、家庭が担う役割について積極的に調べる。 (2) 結婚の意義や家庭と健康のかかわりについて、自らの家族や将来に当てはめて考える。 (3) 結婚に関する制度と、家庭が健康に果たす役割について正しい知識をもつ。		○	○	○	
		4. 妊娠・出産と健康 (教p.70～71) 2H	・受精のメカニズムを知り、妊娠から出産までの過程と、胎児と母体の変化についての理解を深める。 (1) 受精から妊娠、出産までの過程のメカニズムについて、教科書などから積極的に調べる。 (2) 女性は、自らが経験するかもしれないこととして、男性も課題を見つけて考える。 (3) 受精の仕組み、妊娠の経過、出産の過程について男女とも正しい知識をもつ。		○	○	○	
	6	5. 家族計画と人工妊娠中絶 (教p.72～73) 2H	・家族計画の意義や避妊法の特徴などを知り、人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響および、人工授精・体外受精などの問題点についても理解を深める。 (1) 家族計画を立てることの重要性を理解し、人工妊娠中絶による心身への影響などについても学習する。 (2) 家族計画の重要性を認識し、自らの将来に当てはめて考える。 (3) 人工妊娠中絶による影響や生殖補助医療技術の発達による新たな問題について、正しく理解する。		○	○	○	
		6. 加齢と健康 (教p.74～75) 2H	・加齢に伴う心身の変化について知り、高齢化が進む社会で行われている施策や生活環境の整備についての理解を深める。 (1) 加齢に伴う心身の変化や高齢社会に向けた環境整備などについて、積極的に調べる。 (2) 加齢による心身の変化について、自らの将来に当てはめて考える。 (3) 高齢社会を支えるために、わが国で行われている施策などについて正しい知識をもつ。		○	○	○	
	7	7. 高齢者のための社会的取り組み(教p.76～77) 2H	・高齢者の生活と健康に関する現状を理解し、それをふまえた健康課題について深く理解する。 (1)高齢者の心身の状態を理解し、高齢者に対する接し方を身につける。 (2) 高齢者に対する医療・福祉制度を理解し、現在の問題について、正しく理解する。 (3) 高齢者を取り巻く環境を理解し、サービスやケアの実態を調べる。		○	○	○	
		8. 保健制度とその活用(教p.80～81) 2H	・わが国で行われている、保健行政について具体的な施策を知るとともに、活用できる知識を深める。 (1)保健所と市町村の役割を理解し、情報を集める。 (2)医療機関の仕組みを理解し、活用できるようにする。 (3)各種の健康情報を集め、その真意を理解できるようにする。		○	○	○	

学期	月	学習項目	学習内容(わらい)および評価の観点	a	b	c	d	評価方法		
2	9	9. 医療制度とその活用 (教p.82～83)	医療制度の仕組みや医療保険について理解を深める。 (1) 医療制度や医療保険などについて、その具体的に調べる。 (2) わが国の保健・医療に関する制度について、自らの健康の保持・増進に直接かかわるものとして捉え、考えることができる。 (3) わが国の保健行政・医療制度・医療機関などについての正しい知識をもつ。	○	○		○	・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況		
		1H								
		10. 医薬品と健康(教p.84～85)	・私たちの身の回りにおける保健機関について、それぞれの機関がもつ役割について理解を深め、活用できるようにする。 (1) 身近にある保健・医療機関の役割や場所、医療機関の利用法などを積極的に調べる。 (2) 保健・医療機関の利用方法について理解し、自らの生活のなかで適切に利用する。 (3) 保健・医療機関がそれぞれもっている役割やサービスについて、正しい知識をもつ。	○	○		○			
		1H								
			11. さまざまな保健活動や対策(教p.86～87)	・我が国や世界では、健康の保持増進を図るために、健康課題に対応して各種の保健活動や対策が行われていることについて理解を深める。 (1) 日本赤十字社などの民間の機関の諸活動や世界保健機関などの国際機関などの諸活動について、ヘルスプロモーションの考え方に基づくものも含めて触れるようにする。 (2) 一人一人が生涯の各段階でそれらを理解し支えることが重要であり、人々の健康につながることに触れるようにする。						
			第3章 社会生活と健康 1. 大気汚染と健康 (教p.90～91)	・大気汚染の原因を知るとともに、大気汚染によって引き起こされる健康被害について考え、大気汚染防止のための対策についての理解を深める。 (1) 大気汚染による健康被害を防ぐためには、どのような対策が必要であるかを積極的に調べる。 (2) 大気汚染による健康被害を防止するための対策を、積極的に考える。 (3) 大気汚染の定義と、健康に被害を及ぼす物質などに関する正しい知識をもつ。	○	○			○	
			2. 水質汚濁・土壌汚染と健康 (教p.92～93)	・私たち生物にとつての水の重要性を知るとともに、水汚染の現状・対策についての理解を深める。また、土壌の役割について知り、土壌汚染の現状やその対策についての理解を深める。 (1) 水の汚染による健康被害について、その原因と対策を積極的に調べる。 (2) 水質汚濁を防止するために、私たちが行うことができる身近な対策を考え、自らの行動に反映する。 (3) 土壌汚染が発生する経過や、発生した健康被害について積極的に調べる。 (4) 土壌汚染の原因について考え、防止対策を自らの行動に反映する。	○	○			○	
			3. 健康被害の防止と環境対策 (教p.94～95)	・産業廃棄物を処理する過程での不法投棄や不法な焼却などの問題点を知り、産業廃棄物による環境汚染を防ぐための施策についての理解を深める。 (1) 産業廃棄物処理問題の構造と、その解決策について、積極的に課題を見つけ学習する。 (2) 産業廃棄物問題を、自らの健康にも直接かかわる問題として捉えて考える。 (3) 有害な化学物質による健康被害の危険性や、それらの管理方法について正しい知識をもつ。	○	○			○	
			4. 環境衛生活動のしくみと働き(教p.98～99)	・わが国における上下水道の整備状況やゴミ処理方法について理解を深めるとともに、ゴミを少なくするための方策についての理解を深める。 (1) 環境衛生向上のための上下水道の整備方法やゴミ処理方法について、積極的に課題を見つけ学習する。 (2) 上下水道の設備やゴミの分別など、身近な問題として捉えて考える。 (3) 上下水道の仕組みやゴミ処理の4つの方法などについて、正しい知識をもつ。	○	○			○	
			5. 食品衛生活動のしくみと働き(教p.100～101)	・食品による健康被害の種類を知り、このような被害を防止するために行われている施策についての理解を深める。 (1) 食品によって起こる健康被害や、防止のための対策などについて積極的に調べる。 (2) 自らの食生活において、健康被害に遭わないために必要な行動を適切に選択する。 (3) 食品による健康被害と、その予防のために行われている対策について正しく理解。	○	○			○	
	10									
	11									

学期	月	学習項目	学習内容(ねらい)および評価の観点					評価方法
				a	b	c	d	
3	12	6. 食品と環境の保健と私たち(教p.102~103) 1H	・食品の安全性を確保する対策を考え自ら出来るように知識の理解を深める。 (1)安全性に関する情報を集め、活用する方法を身につける。 (2)消費者としての責任を理解し、今後の行動につながる知識を理解する。 (3)廃棄物対策を理解し、実践力を身につける。		○	○	○	・授業態度 ・発問評価 ・定期考査 ・プリント、課題の内容・提出状況
		7. 働くことと健康(教p.104~105) 1H	・労働と健康のかかわりについて理解を深める。また、職業の選択に当たって考慮すべきことについて考えることができるようにする。 (1)労働と健康のかかわりや健康生活を送るための職場・家庭・地域の役割について積極的に学習する。 (2)職業選択の際の注意点について、自らの将来に当てはめて考える。 (3)労働と健康生活のかかわりについて、正しい知識をもつ。		○	○	○	
	1	8. 労働災害と健康(教p.106~107) 2H	・労働災害や職業病とはどのようなものかを知り、それぞれの原因や予防のための対策についての理解を深める。 (1)労働災害の原因を正しく理解し、将来労働災害に遭わないための適切な行動について考える。 (2)職業病の原因やその予防のための対策などについて、積極的に課題を見つけ学習する。 (3)労働災害や職業病の実態、その原因や防止のための対策について正しい知識をもつ。		○	○	○	
	2	9. 健康的な職業生活(教p.108~109) 2H	・労働災害の防止には、作業形態や作業環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要性を理解できるようにする。 (1)労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量に変化してきたことを理解できるようにする。 (2)働く人の健康の保持増進は、ストレスに対する気付きへの援助、リラクゼーションの指導など、メンタルヘルスクエアが重要視されていることにも触れるようにする。		○	○	○	
35H								