

## 令和3年度【保健体育科】シラバス

科目名	学年・対象コース	単位数	履修
保 健	2 学年	1 単位	必履修

### 1. 【保健体育】科の目標

心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

### 2. 【保健】の目標

個人およ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、改善していく資質や能力を育てる

### 3. 保健の概要

#### 1：生涯を通じる健康

思春期から中高年期までの健康にかかわる事柄や、それぞれの段階で必要になる保健・医療サービスの活用の仕方などについて学習する。

#### 2：社会生活と健康

健康に関連する環境食品の問題や、働くことと健康との関係について学習する。

### 4. 到達目標

自らの健康を管理し、生涯を通じてよりよい生活習慣の確立を目指す。

### 5. 評価の観点

保健の評価は「関心・意欲・態度」「思考力・判断力・表現力等」「知識」の3観点の内容をもとに、項目ごとに評価します。日頃の授業の中で、下にまとめた評価の方法で評価を行い「成績」の資料とします。

	評価の観点および内容	評価方法
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康を維持するために必要なことについて関心をもっているか。</li> <li>仲間と協力して資料を集めたり、積極的に意見交換しているか。</li> </ul>	授業場面での参加の仕方や意欲・態度の観察 ワークシート、ノート
思考力・判断力・表現力等	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分のこれまでの体験や資料などをもとに、学習する課題の設定や解決の方法を考え判断しているか。</li> </ul>	ワークシート、ノート 提出物 発表
知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>個人生活や社会生活の健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身につけているか</li> <li>適切な生活行動を選び、行動することや環境を改善していく努力が大切であることを理解しているか。</li> </ul>	定期考査 ワークシート、ノート記入状況 提出物 発表

### 6. 成績評価の方法

研究発表・定期テスト・授業・提出物等

### 7. 使用教材

教科書名（会社名） 最新保健体育（大修館）  
 最新保健ノート（大修館）