平成２８年度　年間授業計画

東京都立大森高等学校　定時制

科　目　名	学年	単位	総授業時数	必修･選択
保健	1	1	３５	必修

指導目標	＊ 毎日の生活の中での健康に対する知識･理解を深める。 ＊ 生涯を通じる健康や安全について理解を深める。 ＊体のつくりと働きについて理解を含め、健康作りや生活習慣病を自ら考える。 ＊生涯にわたって計画的に健康を考え、態度を育成する。 ＊ 健康の保持増進のための実践力を育成し、体力の向上を図る。
授業内容 第一学期	第一学期授業時数計＜　１２　＞ ・ 健康について考える 骨格系・ 筋肉系 循環器系 呼吸器系
	（達成目標）基礎的な仕組みを理解し、自分の体のことを理解させる。 筋肉や骨格の名称を覚える。
第二学期	第二学期授業時数計＜　１４　＞ ・ 健康について考える。 ①私たちの健康のすがた ②健康のとらえ方 ③健康について考えてみよう
	（達成目標）実際の家庭生活から考え、自己の生活を改善させる。
第三学期	第二学期授業時数計＜　９　＞ ・ 安全について考える ① 応急手当の意義とその基本 ② 心肺蘇生法 ③ 心肺蘇生の実習
	（達成目標）安全について考え、その意義について理解し、ＣＰＲの実習を行う。
評価方法	・ 授業への積極的な取り組み方・自分自身の問題としての授業への参加態度 出席状況等を定期試験やノートなどの提出により総合的に評価する。 ・学年末には必要に応じて補修等を行い、評価調整をする。
教科書	・ 現代高等保健体育（大修館） その他ＤＶＤ教材