

令和5年度 1学年保健シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科 (科目の種類)	学科 (コース) 名	学 年	単 位 数	クラス
保健体育	全学科(全コース)共通	1年	1単位	HR 学級
	科目名	保健		

目 標	<p>・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、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・判断し、状況に応じて他者に伝える力を養う。また、生涯を通じて自らの健康の保持増進に努め、明るく豊かで活力ある生活を身につける。</p>	
概 要	<p>・保健の学習においては、自己の課題に対し、積極的に取り組めるよう、健康的な生活を明るく前向きに展開すること、生涯を通じて充実した人生が送れるよう、深く考え、賢明に行動することを期待する。そのためには、生活習慣病などにも適切な配慮をおこない、心身ともに豊かに過ごしていくことができるようにする。講義形式だけでなく、実習やディスカッション、課題学習等、様々な形式の学習を実施する。</p>	
授 業 計 画	<p>1 学期計画 【第1章】 現代社会と健康 第1節 健康の考え方 ①国民の健康水準の向上と変化する健康課題 ②健康の保持増進とヘルスプロモーション 第2節 現代の感染症とその予防 ①感染症の予防 ②性感染症とその予防 第3節 生活習慣病などの予防と回復 ①生活習慣病の予防 ②食事と健康 ③健康と運動・休養・睡眠 ④がんの発生と予防 2 学期計画 第4節 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ①喫煙と健康 ②飲酒と健康 ③薬物乱用とその予防</p>	<p>第5節 精神疾患の予防と回復 ①脳と神経の働き ②欲求不満と適応機制 ③心の健康と精神疾患 ④精神疾患の予防と回復のために</p> <p>3 学期計画 【第2章】 安全な社会生活 第1節 安全な社会づくり ①交通事故と安全の確保 ②安全・安心な社会づくり 第2節 応急手当 ①適切な応急手当の手順 ②心肺蘇生法の実践 ③日常的な応急手当</p>
評 価 の 観 点	<p>「知識・理解」・・・課題解決に役立つ基礎的事項を理解しているか。(定期試験) など総合的に評価する。</p> <p>「思考・判断・表現等」・・・学習したことを総合的に考え、判断し、それらを発言・発信できているか。(発表・提出物)</p> <p>「学びに向かう力、人間力など」・・・知識を習得し、思考力・判断力・表現力を身につけることに粘り強く取り組んでいるか。意欲的に取り組んでいるか。</p>	
教 材	<p>教科書：高等学校保健体育 Textbook (第一学習社) 副教材：保健体育ノート (第一学習社) 副教材：高等学校保健体育 Activity (第一学習社)</p>	
履 修 上 の 注 意	<p>[学習にあたって]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教科書、学習ノートを必ず用意し、配布される資料やプリントはきちんと保存すること。 ・提出物は遅れず、忘れずに確実に提出すること。 ・ノートをとる際は、ただ板書やスライドを書き写すだけでなく、気づいたことや考えたこと、他の人や先生の発言の中から大切なことを記入するなど工夫すること。 ・考査は、期末考査の3回(1, 2, 3学期)である。 	

令和 5 年度 1 学年体育シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科(科目の種類)	学科(コース)名	学年	単位数	男女
保健体育	全学科(全コース)	1年	2単位	別々・共習
	科目名	体育		

目 標	① 各種の運動の基礎を学ぶことで、技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わうことができる。 ② 自ら進んで運動に親しむ健康な身体づくりが意識できる。 ③ 体育の授業を通して、安全面を確認し仲間と協力する力を身につける。	
概 要	生徒の発達の段階を考慮し、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を学び、健やかな心身の育成を図る。	
授 業 計 画	1 学期計画 4月 オリエンテーション 授業の概要説明(意義・内容・評価) 集団行動・新体力テスト 体づくり運動 5月 水泳 (男子) 球技① (女子) 6月 水泳 (男子) →球技① 球技① (女子) →水泳 7月 球技① (男子) 水泳 (女子)	2 学期計画 9月 1 学期から継続球技① (男子) 1 学期から継続水泳 (女子) 10月 持久走 (校内ロードレース大会に向けて) 11月～12月 球技② ※男女別々 3 学期計画 1月 3 領域選択(器械運動・武道・ダンス) ※男女共習 2月～3月 球技選択 ※男女共習
評 価 の 観 点	<ul style="list-style-type: none"> ・「知識・理解」・・・運動技能の仕組みと高め方を理解し、実践している。またルールについて理解できているか。 ・「思考・判断・表現」・・・課題をみつけ、その解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。また、学習カードに個人の考えが記入できているか。 ・「学びに向かう力、人間力など」・・・課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいるか。また、仲間と協力し準備・片付け、作戦を考えるなどができているか。 	
評 価 の 材 料	<ul style="list-style-type: none"> ・授業態度の観察 ・学習カード ・スキルテスト ・試合やタイム等の結果 	
履 修 上 の 注 意	<ul style="list-style-type: none"> ・本校指定の体育着を着用すること。また、こまめに洗濯し衛生面に気をつけること。 ・運動後、手洗い、手指消毒に取り組むこと。※感染症対策 ・屋外での授業は、運動シューズを履き、また体育館内の授業は、体育館シューズを履く。 ・授業はチャイムと同時に始まります。休み時間のうちに活動場所へ移動すること。 ・見学者は授業前に申し出て指示を受けること。 ・貴重品の管理をしっかり行なうこと。 ・装飾品は、安全管理上、禁止。 	

令和 5 年度 2 学年体育シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科(科目の種類)	学科(コース)名	学年	単位数	男女
保健体育	全学科(全コース)	2年	2単位	別々・共習
	科目名	体育		

目 標	① 各種の運動の合理的な実践を通して、仲間と楽しさや喜びを深く味わうことができる。 ② 自ら進んで運動に親しみ、心身の調和的な発達を図ることができる。 ③ 体育の授業を通して、安全面を確認し仲間と協力し活動ができる。	
概 要	生徒の発達の段階を考慮し、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を学び、健やかな心身の育成を図る。	
授 業 計 画	1 学期計画 4月 オリエンテーション 授業の概要説明(意義・内容・評価) 集団行動・新体力テスト 体づくり運動 5月 水泳 (男子) 球技① (女子) 6月 水泳 (男子) →球技① 球技① (女子) →水泳 7月 球技 (男子) 水泳 (女子)	2 学期計画 9月 1 学期から継続、球技① (男子) 1 学期から継続、水泳 (女子) 10月 持久走 (校内ロードレース大会に向けて) 11月～12月 球技② ※男女別々 3 学期計画 1月 3 領域選択 (器械運動・武道・ダンス) ※男女共習 2月～3月 球技選択 ※男女共習
評 価 の 観 点	<ul style="list-style-type: none"> ・「知識・理解」・・・運動技能の仕組みと高め方を理解し、実践している。またルールについて理解できているか。 ・「思考・判断・表現」・・・課題をみつけ、その解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。また、学習カードに個人の考えが記入できているか。 ・「学びに向かう力、人間力など」・・・課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいるか。また、仲間と協力し準備・片付け、作戦を考えるなどができているか。 	
評 価 の 材 料	<ul style="list-style-type: none"> ・授業態度の観察 ・学習カード ・スキルテスト ・試合やタイム等の結果 	
履 修 上 の 注 意	<ul style="list-style-type: none"> ・本校指定の体育着を着用すること。また、こまめに洗濯し衛生面に気をつけること。 ・運動後、手洗い、手指消毒に取り組むこと。※感染症対策 ・屋外での授業は、運動シューズを履き、また体育館内の授業は、体育館シューズを履く。 ・授業はチャイムと同時に始まります。休み時間のうちに活動場所へ移動すること。 ・見学者は授業前に申し出て指示を受けること。 ・貴重品の管理をしっかり行なうこと。 ・装飾品は、安全管理上、禁止。 	

令和5年度 2学年保健シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科 (科目の種類)	学科 (コース) 名	学 年	単 位 数	クラス
保健体育	全学科(全コース)共通	2年	1単位	ABCD(選択)
	科目名	保 健		

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、改善していく資質や能力を身につける。	
概 要	生涯の各段階における健康や、生活習慣病・環境問題・高齢化社会の問題等が山積している現在、「保健」の学習においては、健康的な生活を明るく前向きに展開し、生涯を通じて充実した人生が送れるよう、講義形式だけでなく実習やディスカッション、課題学習等、様々な形式の学習を実施する。	
授 業 計 画	<p>1 学期計画</p> <p>【第3章】生涯を通じる健康</p> <p>第1節 生涯の各段階における健康</p> <p>①思春期と健康</p> <p>②思春期の体と健康</p> <p>③結婚生活と健康</p> <p>④新しい生命の誕生</p> <p>⑤家族計画と不妊治療</p> <p>⑥加齢と健康</p> <p>第2節 労働と健康</p> <p>①労働者の健康・安全と健康問題</p> <p>②労働災害・職業病とその予防</p> <p>2 学期計画</p> <p>③労働者の健康づくりと「働き方改革」</p> <p>【第4章】健康を支える環境づくり</p> <p>第1節 環境・食品と健康</p> <p>①環境汚染の広がりとその影響</p>	<p>2 学期計画</p> <p>②大気汚染の健康への影響と対策</p> <p>③水質汚濁と土壌汚染の健康への影響と対策</p> <p>④廃棄物の処理と健康</p> <p>⑤環境衛生活動</p> <p>⑥食品の安全性の確保</p> <p>第2節 保健・医療制度と機関</p> <p>①保健・医療制度</p> <p>②地域の保健機関・医療機関の活用</p> <p>③医薬品と健康</p> <p>④さまざまな保健活動や社会的対策</p> <p>⑤健康に関する環境づくりと社会参加</p> <p>3 学期計画</p> <p>・保健に関する内容の新聞・レポート作成 (図書館利用)</p>
評価の観点	<p>「知識・理解」・・・課題解決に役立つ基礎的事項を理解しているか。(定期試験) など総合的に評価する。</p> <p>「思考・判断・表現等」・・・学習したことを総合的に考え、判断し、それらを発言・発信できているか。(発表・提出物)</p> <p>「学びに向かう力、人間力など」・・・知識を習得し、思考力・判断力・表現力を身につけることに粘り強く取り組んでいるか。意欲的に取り組んでいるか。(授業への取り組み)</p>	
教材	<p>教科書：高等学校保健体育 Textbook (第一学習社)</p> <p>副教材：保健体育ノート (第一学習社)</p> <p>副教材：高等学校保健体育 Activity (第一学習社)</p>	
履修上の注意	<p>[学習にあたって]</p> <ul style="list-style-type: none"> 教科書、学習ノートを必ず用意し、配布される資料やプリントはきちんと保存すること。 提出物は遅れず、忘れずに確実に提出すること。 ノートをとる際は、ただ板書やスライドを書き写すだけでなく、気づいたことや考えたこと、他の人や先生の発言の中から大切なことを記入するなど工夫すること。 考査は期末考査の回(1, 2, 3学期)である。3学期は保健に関する内容の新聞を作成する。 	

令和5年度 3学年体育シラバス

シラバス

沖縄県立八重山商工高等学校全日制課程

教科(科目の種類)	学科(コース)名	学年	単位数	男女
保健体育	全学科(全コース)	3年	3単位	別々・共習
	科目名	体育		

目 標	① 各種の運動の実践を通して、豊かなスポーツライフを目指すことができる。 ② 自ら進んで運動に取り組むことで現在及び将来の体力向上を図る。 ③ 体育の授業を通して、健康で安全な生活を営むために必要な資質・能力を育てる。	
概 要	生徒の発達の段階を考慮し、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎を学び、健やかな心身の育成を図る。	
授 業 計 画	1 学期計画 4月 オリエンテーション [授業の概要説明(意義・内容・評価) 集団行動・新体力テスト 体づくり運動 5月 水泳 (男子) 球技① (女子) 6月 水泳 (男子) →球技① 球技①・器械運動 (女子) →水泳 7月 球技①・器械運動 (男子) 水泳 (女子)	2 学期計画 9月 1学期から継続、球技① (男子) 1学期から継続、水泳 (女子) 10月 持久走 (校内ロードレースに向けて) 11月・12月 男女共習選択① 男女共習選択② 3 学期計画 1・2月 男女共習選択②, 継続
評 価 の 観 点	<ul style="list-style-type: none"> ・「知識・理解」・・・運動技能の仕組みと高め方を理解し、実践している。またルールについて理解できているか。 ・「思考・判断・表現」・・・課題をみつけ、その解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。また、学習カードに個人の考えが記入できているか。 ・「学びに向かう力、人間力など」・・・課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいるか。また、仲間と協力し準備・片付け、作戦を考えるなどができているか。 	
評 価 の 材 料	<ul style="list-style-type: none"> ・授業態度の観察 ・学習カード ・スキルテスト ・試合やタイム等の結果 	
履 修 上 の 注 意	<ul style="list-style-type: none"> ・本校指定の体育着を着用すること。また、こまめに洗濯し衛生面に気をつけること。 ・運動後、手洗い、手指消毒に取り組む。※感染症対策 ・屋外での授業は、運動シューズを履き、また体育館内の授業は、体育館シューズを履く。 ・授業はチャイムと同時に始まります。休み時間のうちに活動場所へ移動すること。 ・見学者は授業前に申し出て指示を受けること。 ・貴重品の管理をしっかりと行なうこと。 ・装飾品は、安全管理上、禁止。 	