福井工業高等専門学校	開講年度	令和05年度 (2023年度)	授業科目	保健体育Ⅰ（保健）(F4)

科目基礎情報

科目番号	0024	科目区分	一般 / 必修
授業形態	講義	単位の種別と単位数	履修単位: 1
開設学科	1年混合学級（一般教育科目）	対象学年	1
開設期	後期	週時間数	2
教科書/教材	現代高等保健体育（大修館書店）、現代高等保健体育ノート（大修館書店）		
担当教員	青木 宏樹,東 章弘,松井 一洋		

到達目標

（１）傷害を通じて健康な生活を営むための知識を持つ．日常生活において、自身の健康を維持、増進するためのライフスキルを身につける．われわれが生活していく環境、食物について正しい知識を持つ．

ルーブリック

	理想的な到達レベルの目安	標準的な到達レベルの目安	未到達レベルの目安
評価項目1	欠席、遅刻、早退がほとんどなく、忘れ物もなく、安全かつ主体的に授業に取り組むことができる．	欠席、遅刻、早退が少なく、忘れ物も少なく、安全かつ積極的に授業に取り組むことができる．	欠席、遅刻、早退が多く、または忘れ物が多い。もしくは、安全かつ積極的に授業に取り組むことができない．
評価項目2	保健分野の基礎的内容を自己の日常生活に関連づけ、横断的、縦断的に分析し、かつ多角的に考察できるとともに、健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を立案することができる．	保健分野の基礎的内容を自己の日常生活に関連づけ、総合的に分析・考察できるとともに、健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を立案することができる．	保健分野の基礎的内容を自己の日常生活に関連づけ、客観的に分析することができない．もしくは健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を立案することができない．

学科の到達目標項目との関係

学習・教育到達度目標 RE3

教育方法等

概要	生活習慣病予防のための健康的な生活習慣の理解と実践、環境保全型のライフスキルの選択、ライフステージやライフイベントに伴う健康課題への適切な対応、生涯にわたる運動習慣を構築する能力を育成し、ライフスキルを高める．
授業の進め方・方法	教科書に基づき講義形式で行う．
注意点	筆記試験が６０％に満たない場合は再試験を実施するか課題を課す．

授業の属性・履修上の区分

☑ アクティブラーニング	☑ ICT 利用	☑ 遠隔授業対応	☑ 実務経験のある教員による授業

授業計画

		週	授業内容	週ごとの到達目標
後期	3rdQ	1週	ガイダンス・健康の考え方 私たちの健康のすがた、健康のとらえ方、健康と意思決定・行動選択、健康に関する環境づくり．	WHOの健康の定義について理解し、身体面、精神面、社会面から健康をとらえることができる．
		2週	健康の保持増進と病気の予防 生活習慣病とその予防、食事と健康、運動と健康、休養・睡眠と健康	一次予防としての栄養・運動・休養の重要性について理解し、健康な生活習慣について説明できる．
		3週	喫煙・飲酒・薬物と健康 喫煙と健康、飲酒と健康、薬物乱用と健康	喫煙・飲酒、薬物乱用が健康に与える悪影響について理解し、関連法令について説明できる．
		4週	感染症とその予防 現代の感染症、感染症の予防、性感染症・エイズとその予防	感染源、感染経路などについて理解し、感染症予防のための適切な行動がとれる．
		5週	精神の健康 欲求と適応機制、心身の相関とストレス、ストレスへの対処、心の健康と自己実現	適応機制、心身相関について理解し、適切なストレス対処行動がとれる．
		6週	交通安全 交通事故の現状と要因、交通社会における運転者の資質と責任、安全な交通社会づくり	交通事故に関連する法令について理解し、安全及び事故予防の方策について説明できる．
		7週	応急手当 応急手当の意義とその基本、心肺蘇生法、日常的な応急手当	応急手当の手順について理解し、具体的方法について説明できる．
		8週	中間試験	
	4thQ	9週	生涯を通じる健康 思春期と健康、性意識と性行動の選択、結婚生活と健康	思春期の心身の変化、性意識と性行動について理解し、正しい情報の入手、選択ができる．
		10週	生涯を通じる健康 妊娠・出産と健康、家族計画と人工妊娠中絶、加齢と健康、高齢者のための社会的取組	妊娠・出産について理解し、家族計画の意義について説明できる． 加齢と身体機能について理解し、高齢者の健康課題について説明できる．
		11週	保健・医療制度、保健活動 保健制度とその活用、医療制度とその活用、医薬品と健康、様々な保健活動や対策	保健・医療制度について理解し、関連施策および保健活動について説明できる． 医薬品の種類と使い方について理解し、安全性対策のための各種制度について説明できる．
		12週	環境と健康 大気汚染と健康、水質汚濁・土壌汚染と健康、健康被害の防止と環境対策	大気汚染、水質汚濁・土壌汚染と健康影響の関連について理解し、環境対策について説明できる．
		13週	環境・食品衛生活動 環境衛生活動のしくみと働き、食品衛生活動のしくみと働き、食品と環境の保健と私たち	食品の安全性について理解し、行政の役割や安全対策について説明できる．

		14週	労働と健康 働くことと健康、労働災害と健康、健康的な職業生活	労働災害とその防止策について理解し、職場における取り組みや日常生活における取り組みについて説明できる.
		15週	まとめ	
		16週	期末試験	

モデルコアカリキュラムの学習内容と到達目標

分類		分野	学習内容	学習内容の到達目標	到達レベル	授業週
分野横断的能力	汎用的技能	汎用的技能	汎用的技能	円滑なコミュニケーションのための態度をとることができる(相づち、繰り返し、ボディーランゲージなど)。	3	後5,後7,後9,後10,後14
				収集した情報の取捨選択・整理・分類などにより、活用すべき情報を選択できる。	3	後4,後9,後12,後13
				収集した情報源や引用元などの信頼性・正確性に配慮する必要があることを知っている。	3	後5,後14
				複数の情報を整理・構造化できる。	3	後1,後8,後15
	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	目標の実現に向けて自らを律して行動できる。	3	後5,後12
				日常の生活における時間管理、健康管理、金銭管理などができる。	3	後2,後3,後4,後5,後7,後8,後9,後10,後11,後13,後14,後15
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	後3,後6,後11,後13

評価割合

	試験（中間）	試験（期末）	合計
総合評価割合	50	50	100
分野横断能力	50	50	100