

岐阜工業高等専門学校		開講年度	令和03年度 (2021年度)	授業科目	保健
科目基礎情報					
科目番号	0016		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: 2	
開設学科	電気情報工学科		対象学年	1	
開設期	通年		週時間数	2	
教科書/教材	改訂版 学生の健康科学 (鈴木製本所)				
担当教員	麻草 淳, 勝野 太介				
目的・到達目標					
以下の各項目を到達目標とする。 ①生活習慣と健康について理解する。 ②運動器と健康・体力づくりの運動について理解する。 ③飲酒・喫煙・薬と健康について理解する。 ④欲求と適応機制について理解する。 ⑤性と健康について理解する。 ⑥生活と安全、応急処置について理解する。 岐阜高専ディプロマポリシー: (A)					
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 生活習慣と健康について理解する。		生活習慣と疾病との関わりを理解し、年代に相応しい生活習慣について理解し、8割以上回答できる。	生活習慣と疾病との関わりを理解し、6割以上回答できる。	生活習慣と疾病との関わりを理解していない。	
評価項目2 運動器と健康・体力づくりの運動について理解する。		運動器と健康・体力づくりの運動について理解し、8割以上回答できる。	運動器と健康・体力づくりの運動について理解し、6割以上回答できる。	運動器と健康・体力づくりの運動について理解していない。	
評価項目3 飲酒・喫煙・薬と健康について理解する。		飲酒・喫煙・薬と健康との関わりについて理解し、8割以上回答できる。	飲酒・喫煙・薬と健康との関わりについて理解し、6割以上回答できる。	飲酒・喫煙・薬と健康との関わりについて理解していない。	
評価項目4 欲求と適応機制について理解する。		欲求と適応機制について理解し、8割以上回答できる。	欲求と適応機制について理解し、6割以上回答できる。	欲求と適応機制について理解していない。	
評価項目5 性と健康について理解する。		性と健康との関わりを理解し、8割以上回答できる。	性と健康との関わりを理解し、6割以上回答できる。	性と健康との関わりを理解していない。	
評価項目6 生活と安全、応急処置について理解する。		安全に留意した生活、応急処置について理解し、8割以上回答できる。	生活と安全、応急処置について理解し、6割以上回答できる。	生活と安全、応急処置について理解していない。	
学科の到達目標項目との関係					
教育方法等					
概要	自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解し、健康の保持増進のための課題の解決を目指し、知識を活用し総合的に考え判断する力を養う。				
授業の進め方と授業内容・方法	授業内容に応じた資料やビデオなどを用いながら理解を深めていく。授業内容によっては各自の測定や調査をおこない、レポートにしてまとめる。学習内容をより身近なものとしてとらえ、実生活に取り入れていくことに期待する。				
注意点	授業の内容を確実に身につけるために、予習・復習が必須である。				
授業の属性・履修上の区分					
<input type="checkbox"/> アクティブラーニング		<input type="checkbox"/> ICT 利用		<input checked="" type="checkbox"/> 遠隔授業対応	
<input type="checkbox"/> 実務経験のある教員による授業					
授業計画					
		週	授業内容・方法	週ごとの到達目標	
前期	1stQ	1週	健康とは (近年の健康観と、WHO及び我が国の取り組みについて。)	近年の健康観と、WHO及び我が国の取り組みについて理解する	
		2週	我が国の現状について	我が国の現状について理解する	
		3週	生活習慣病 (生活習慣と疾病の関係) ①	生活習慣と疾病の関係について理解する	
		4週	生活習慣病 (生活習慣と疾病の関係) ②	生活習慣と疾病の関係について理解する	
		5週	肥満と体組成について (肥満判定と体組成の測定、計算)	身体組成を調べ、生活習慣との関係をレポートにまとめる	
		6週	栄養の役割 (三大栄養素について)	三大栄養素について理解する	
		7週	栄養の役割 (微量栄養素について)	微量栄養素について理解する	
		8週	中間試験		
	2ndQ	9週	熱中症について	熱中症について理解する	
		10週	応急処置と心肺蘇生法 (救急救命学習キットの利用) 安全な生活	応急処置と心肺蘇生法について理解する	
		11週	運動器の役割 (ビデオ学習)	骨・筋肉の構造、役割について理解する	
		12週	運動器の役割 (骨)	骨の構造、役割について理解する	
		13週	運動器の役割 (筋肉)	筋肉の構造、役割について理解する	
		14週	運動器の役割 (エネルギー供給) 体力トレーニングの原理・原則	骨格筋のエネルギー供給について理解する	
		15週	期末試験		
		16週	目的別体カトレーニング	トレーニングの原理・原則について理解する	
後期	3rdQ	1週	飲酒と健康	飲酒と健康との関わりについて理解する	
		2週	飲酒・喫煙と健康 (ビデオ学習)	飲酒・喫煙と健康との関わりについて理解する	

		3週	飲酒・喫煙と健康（プリント学習）	飲酒・喫煙と健康についての知識を確認する	
		4週	薬と健康 医薬品について（ビデオ学習）	医薬品について理解する	
		5週	薬と健康 薬害について	薬害について理解する	
		6週	薬と健康 薬物乱用について（ビデオ学習）	薬物乱用について理解する	
		7週	薬と健康 スポーツと薬物	スポーツと薬物(ドーピング)について理解する	
		8週	中間試験		
		4thQ	9週	欲求と適応機制	欲求と適応機制について理解する
			10週	心身相関 自己実現	心身相関について理解する 自己実現について考える
	11週		性と健康 思春期と性	思春期と性について理解する	
	12週		性と健康 妊娠・出産	妊娠・出産について理解する	
	13週		性と健康 家族計画	家族計画について理解する	
	14週		性と健康 性感染症	性感染症について理解する	
	15週		期末試験		
	16週		まとめ		

評価割合

	試験	レポート課題	合計
総合評価割合	200	80	280
前期得点	100	40	140
後期得点	100	40	140