

岐阜工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)		授業科目	保健
科目基礎情報						
科目番号	0017		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	電子制御工学科		対象学年	1		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	新 学生の健康科学 (鈴木製本所)					
担当教員	麻草 淳					
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 欲求と心の健康について理解する。	欲求と心の健康について理解し、8割以上回答できる。		欲求と心の健康について理解し、6割以上回答できる。		欲求と心の健康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・方法	教科書内容をまとめたスライドを中心に授業を進め、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提出する。授業で紹介したスライドはLMSにアップする。 (事前準備の学習) 教科書に目を通してから授業に臨むことが望ましい。 英語導入計画: Technical terms					
注意点	課題のレポートは期限内に必ず提出すること。 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。					
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						
前期	1stQ	週	授業内容		週ごとの到達目標	
		1週	交通安全について		登下校中の安全について考える	
		2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	
		3週	健康とは (我が国の現状について)		我が国の現状について理解する	
		4週	生活習慣病 (生活習慣と疾病の関係) ①		生活習慣と疾病の関係、予防について理解する	
		5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、予防について理解する	
		6週	肥満と体組成について (肥満判定と体組成の測定、計算)		自分の身体組成を調べ、生活習慣との関係について考える	
		7週	栄養の役割		栄養素について理解する	
	2ndQ	8週	中間試験			
		9週	熱中症について		熱中症とその予防について理解する	
		10週	飲酒と健康について		飲酒と健康との関わりについて理解する	
		11週	喫煙と健康について		喫煙と健康との関りについて理解する 骨・筋肉の構造、役割について理解する	
		12週	薬と健康、薬害について		医薬品、薬害について理解する	
		13週	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	
		14週	薬物乱用について		薬物乱用について理解する	
		15週	救急手当について		救命手当と応急手当について理解する	
16週	期末試験					

後期	3rdQ	1週	体のつくりと働き ビデオ学習	骨・筋肉のつくりと働きについて理解する
		2週	体のつくりと働き 骨	骨のつくりと働きについて理解する
		3週	体のつくりと働き 筋肉	筋肉のつくり、収縮様式、エネルギー代謝について理解する
		4週	体力の高め方①	体力・体カトレーニングについて理解する トレーニングの原理・原則について理解する
		5週	体力の高め方②	体カトレーニングについて理解する
		6週	欲求と欲求不満について	欲求と欲求不満、適応機制について理解する
		7週	ストレスと心の健康について	ストレスと心の健康について理解する
		8週	中間試験	
	4thQ	9週	心身相関と自己実現	心身相関について理解する 自己実現について考える
		10週	性と健康 思春期と性	思春期と性について理解する
		11週	性と健康 思春期と性 性的同意	性的同意について理解する
		12週	性と健康 性感染症 避妊について	性感染症・避妊について理解する
		13週	性と健康 家族計画	家族計画、受胎調整について理解する
		14週	性と健康 多様な性のあり方	多様な性のあり方について理解する
		15週	期末試験	
		16週	まとめ	

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
評価割合					
		中間試験	期末試験	レポート課題	合計
総合評価割合		200	200	40	440
前期得点		100	100	20	220
後期得点		100	100	20	220