

|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|
| 弓削商船高等専門学校                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                               | 開講年度                            | 令和04年度 (2022年度)                   |                                                          | 授業科目                      | 保健                                      |
| 科目基礎情報                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 科目番号                                                                                                                                                                                                | 1A07                                                                                                                                                          |                                 | 科目区分                              | 一般 / 必修                                                  |                           |                                         |
| 授業形態                                                                                                                                                                                                | 授業                                                                                                                                                            |                                 | 単位の種別と単位数                         | 履修単位: 1                                                  |                           |                                         |
| 開設学科                                                                                                                                                                                                | 商船学科                                                                                                                                                          |                                 | 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：和唐正勝ほか（大修館書店）                                                                                                                                        |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 担当教員                                                                                                                                                                                                | 水崎 一良                                                                                                                                                         |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 到達目標                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 1.現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について関心を持ち、意欲的に学習に取り組むことができるようになる。<br>2.現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表すことができるようになる。<br>3.現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できるようになる。 |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 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                 |                                         |
| 現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について関心を持ち、意欲的に学習に取り組むことができる（関心・意欲・態度）                                                                                                                                       | 関心・意欲を持って学習活動に主体的に取り組める                                                                                                                                       |                                 | 関心・意欲を持って学習活動に自主的に取り組める           |                                                          | 関心・意欲を持って学習活動に自主的に取り組めない  |                                         |
| 現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表すことができる（思考・判断）                                                                                                                               | 課題解決のために総合的に考え、判断し、十分表現できる                                                                                                                                    |                                 | 課題解決のために総合的に考え、判断し、概ね表現できる        |                                                          | 課題解決のために総合的に考え、判断し、表現できない |                                         |
| 現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できる（知識・理解）                                                                                                                                           | 課題解決に役立つ基礎事項を十分理解できる                                                                                                                                          |                                 | 課題解決に役立つ基礎事項を概ね理解できる              |                                                          | 課題解決に役立つ基礎事項を理解できない       |                                         |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 教養 D2                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 教育方法等                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 概要                                                                                                                                                                                                  | 健康を保持増進するための科学的知識の習得と、それを実生活における判断と行動に適用する能力・態度の発達を目標とする。                                                                                                     |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 授業の進め方・方法                                                                                                                                                                                           | 視覚教材を生かした講義を行い、科学的知識の習得を目指す。また、それを実生活における判断と行動に適用する能力・態度を発達させるため、グループ学習を中心としたアクティブ・ラーニングを取り入れる。                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 注意点                                                                                                                                                                                                 | 定期試験（知識・理解、思考・判断）を70%、授業態度（関心・意欲・態度）を30%として期末試験時に総合的に評価する。また、次のような授業態度（遅刻、熱心に取り組まない、指示に従わない、ルールを守らない、他人に迷惑を掛ける、集団行動を乱す等）があった場合は、その程度によって減点する。各定期試験時の評価は均等とする。 |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 実務経験のある教員による授業科目                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                               |                                 |                                   |                                                          |                           |                                         |
| 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 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                              | 週ごとの到達目標                                                 |                           |                                         |
| 後期                                                                                                                                                                                                  | 3rdQ                                                                                                                                                          | 1週                              | ガイダンス、私たちの健康のすがた                  | 授業の目標、計画、評価を理解できる                                        |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 2週                              | 健康のとらえ方、健康と意志決定・行動選択              | 社会や疾病構造の変化に応じた健康の考え方、個人の適切な意志決定や行動選択および環境づくりに関わることを理解できる |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 3週                              | 健康な環境づくり、健康の保持増進と疾病の予防            | 社会や疾病構造の変化に応じた健康の考え方、個人の適切な意志決定や行動選択および環境づくりに関わることを理解できる |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 4週                              | 食事と健康、運動と健康、休養・睡眠と健康              | 健康の保持増進と疾病の予防のための実践、個人や社会環境への対策が理解できるについて理解できる           |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 5週                              | 喫煙と健康                             | 健康の保持増進と疾病の予防のための実践、個人や社会環境への対策が理解できるについて理解できる           |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 6週                              | 飲酒と健康、薬物乱用と健康                     | 健康の保持増進と疾病の予防のための実践、個人や社会環境への対策が理解できるについて理解できる           |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 7週                              | 健康にかかわる行動を考えてみよう（1）ロールプレイング       | 健康の保持増進と疾病の予防のための実践、個人や社会環境への対策が理解できるについて理解できる           |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 8週                              | 感染症の現代の感染症、感染症の予防                 | 感染症の予防のための個人や社会環境への対策が理解できる                              |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     | 4thQ                                                                                                                                                          | 9週                              | 性感染症・エイズとその予防                     | 感染症の予防のための個人や社会環境への対策が理解できる                              |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 10週                             | 欲求と適応機制、心身の相関とストレス                | 精神の健康の保持増進のための実践について理解できる                                |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 11週                             | ストレスへの対処、心の健康と自己実現                | 精神の健康の保持増進のための実践について理解できる                                |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 12週                             | 交通安全                              | 交通安全のための実践が理解できる                                         |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 13週                             | 生涯の各段階における健康                      | 生涯の各段階の健康に応じた自己の健康管理および環境づくりがかかわっていることが理解できる             |                           |                                         |
|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                               | 14週                             | 健康にかかわる行動を考えてみよう（2）ブレインストーミング、KJ法 | 生涯の各段階の健康に応じた自己の健康管理および環境づくりがかかわっていることが理解できる             |                           |                                         |

|                    |    |      |                                         |        |         |                                              |     |
|--------------------|----|------|-----------------------------------------|--------|---------|----------------------------------------------|-----|
|                    |    | 15週  | 健康にかかわる行動を考えてみよう（3）<br>ブレインストーミング，K J 法 |        |         | 生涯の各段階の健康に応じた自己の健康管理および環境づくりがかかわっていることが理解できる |     |
|                    |    | 16週  | 試験解説／成績確認                               |        |         |                                              |     |
| 評価割合               |    |      |                                         |        |         |                                              |     |
|                    | 試験 | 小テスト | レポート                                    | 成果物・実技 | ポートフォリオ | その他                                          | 合計  |
| 総合評価割合             | 0  | 0    | 0                                       | 100    | 0       | 0                                            | 100 |
| 知識の基本的な理解          | 0  | 0    | 0                                       | 10     | 0       | 0                                            | 10  |
| 思考・推論・創造への適応力      | 0  | 0    | 0                                       | 60     | 0       | 0                                            | 60  |
| 態度・志向性（人間力）        | 0  | 0    | 0                                       | 0      | 0       | 0                                            | 0   |
| 主体的・継続的な学習意欲       | 0  | 0    | 0                                       | 20     | 0       | 0                                            | 20  |
| リーダーシップ・コミュニケーション力 | 0  | 0    | 0                                       | 10     | 0       | 0                                            | 10  |