

臨時休業期間中の学習指導計画（5 / 1 1 ~ 5 / 2 4）

年次	1年次	授業科目名	保健		
期間中の学習目的					
① 健康の保持増進のためには、適切な意志決定や行動選択、環境づくりが関わることを理解し、自らの健康を適切に管理する重要性を学ぶ。 ② 生活習慣病の予防には、食事・運動・休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を実践することが重要であることを理解し、自身の日常の行動を振り返るきっかけとする。					
期間中の到達目標					
① 「3. 健康と意志決定・行動選択」「4. 健康に関する環境づくり」について理解する。 ② 「5. 生活習慣病とその予防」「6. 食事と健康」について理解する。					
学習の方法					
教科書を読み、保健ノートの問題に取り組む。					
学習に必要な教材					
① 教科書：改訂版「現代高等保健体育」 ② ノート：改訂版「現代高等保健体育ノート」					
学習の計画					
回	テーマ	内容	課題	映像教材	
1	3. 健康と意志決定・行動選択 4. 健康に関する環境づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・意思決定・行動選択とそれに影響を与える要因 ・健康的な意思決定・行動選択を実現する工夫 ・健康づくりを支える環境 ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくり（教科書p.10~13,110） 	① ノートp.6~9 * p.7.9については記入不要です	① 無	
2	5. 生活習慣病とその予防 6. 食事と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病とは ・生活習慣病の予防 ・健康的な食生活の重要性と意義 ・健康的な食生活習慣の形成（教科書p.16~19,110） 	① ノートp.10~13 * p.11.13については記入不要です	① 無	
評価					
・ノートをチェックし取り組みについて「関心・意欲・態度」を評価する。 * 現代高等保健体育ノートは「体育の」1回目の授業で回収します。授業に持参してください！					
メッセージ					
家にいる時間が長くなって、体の不調を感じる人もいるのではないのでしょうか？健康でいるためには何が必要か？を改めて考え、毎日の生活習慣を整えてみてください。25日に元気な皆さんと会えるのを楽しみにしています。					