

教科名	保健体育	科目名	保健
履修区分	単位数	レポート添削回数	
必履修	2	6	
教科書		学習書・副教材等	
現代高等保健体育改訂版(大修館書店)【304】		現代保健ノート(大修館書店)【304】	
学 習 目 標			
個人および社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を育てるようにする。			
学 習 内 容			
【前期試験範囲】		【後期試験範囲】	
1単元 現代社会と健康 1 私たちの健康のすがた ～ 5 生活習慣病とその予 6 食事と健康 ～ 9 喫煙と健康 (第1回レポート) 10 飲酒と健康 ～ 15 欲求と適応機制 16 心身の相関とストレス ～ 18 心の健康と自己実現 (第2回レポート) 19 交通事故の現状と要因 ～ 24 日常的な応急手 (第3回レポート)		2単元 生涯を通じる健康 1 思春期と健康 ～ 5 家族計画と人工妊娠中絶 (第4回レポート) 6 加齢と健康 ～ 11 さまざまな保健活動や対策 3単元 社会生活と健康 1 大気汚染と健康 ～ 5 食品衛生活動のしくみと働 (第5回レポート) 6 食品と環境の保健と私たち ～ 9 健康的な職業生 (第6回レポート)	
学 習 方 法			
通学コース		通信教育コース	
・レポートについて 決められたレポートを作成し、中間試験範囲での提出、単位認定試験での提出をしてください。レポートの内容は、教科書、保健ノート(学習書)問題を中心にしてあります。期限内に提出できるように計画的に学習をしてください。分からないところは授業終了後や放課後を利用して質問してください。		・レポートについて 6回分のレポートを作成し、計画的に学習してください。レポートの内容は、教科書を中心に作ってあります。それぞれの学習計画に沿って提出できるよう計画的に学習を進めてください。分からないところは長岡駅前学習センターへ問い合わせたり、学習会を利用して質問してください。再提出となった場合でも諦めずに学習に取り組んでください。最終締め切りは必ず守りましょう。 ・スクーリングについて 教科書の内容やレポート問題等の解説をし、理解を深めるとともに、単位認定試験に向けた対策をします。決められたスクーリング回数に必ず出席してください。	
評 価 方 法			
通学コース		通信教育コース	
レポートの提出と評価、授業態度、中間試験・単位認定試験の成績を総合的に判断して評価します。		レポートの提出状況と評価、単位認定試験の成績を総合的に判断して評価します。	