

平成 27 年度 岐阜工業高等専門学校シラバス					
教科目名	保健		担当教員	麻草淳	
学年学科	1 年 電子制御工学科		通年	必修	2 単位
学習・教育目標	(A-3) 100%				
授業の目標と期待される効果： 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。 以下に具体的な学習・教育目標を示す。 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。			成績評価の方法： 前期：中間試験 100 点＋期末試験 100 点＋課題 20 点 後期：中間試験 100 点＋期末試験 100 点＋課題 20 点 学年：前・後期の重みを等しくして合計し得点率（%）で成績をつける。		
			達成度評価の基準： 以下の項目に関する教科書レベルの試験・課題に対する総合点が 60%以上に達していること。 ①生活習慣と疾病に関する問題 ②運動器と健康・体力づくりの運動に関する問題 ③飲酒・喫煙・薬と健康に関する問題 ④欲求と適応機制に関する問題 ⑤性と健康に関する問題 ⑥生活と安全、応急処置に関する問題		
授業の進め方とアドバイス： 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。					
教科書および参考書： 改訂版 高専の健康科学（鈴木製本所）					
授業の概要と予定：前期					ALのレベル
第 1 回：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。）					C
第 2 回：我が国の健康への取り組み					
第 3 回：生活習慣病（生活習慣と疾病の関係）①					
第 4 回：生活習慣病（生活習慣と疾病の関係）②					
第 5 回：肥満と体組成について（肥満判定と体組成の測定、計算）					課題① B
第 6 回：栄養の役割（三大栄養素について）					
第 7 回：栄養の役割（微量栄養素について）					
第 8 回：中間試験					
第 9 回：熱中症について					課題②
第 10 回：運動器の役割（ビデオ学習）					C
第 11 回：運動器の役割（骨）					
第 12 回：運動器の役割（筋肉）					
第 13 回：運動器の役割（エネルギー供給）					
第 14 回：体力づくりについて（原理・原則、目的別トレーニング）					
第 15 回：体力づくりについて（トレーニングプログラムの作成）					C
期末試験					
第 16 回：フォローアップ（期末試験の解答の解説など）					課題③
授業の概要と予定：後期					ALのレベル
第 17 回：飲酒と健康					
第 18 回：飲酒・喫煙と健康（ビデオ学習）					
第 19 回：飲酒・喫煙と健康（プリント学習）					C
第 20 回：薬と健康 医薬品について（ビデオ学習）					
第 21 回：薬と健康 薬害について（ワークシート）					C

第22回：薬と健康 薬物乱用について（ビデオ学習）	
第23回：薬と健康 ドーピングについて	C
第24回：中間試験	
第25回：欲求と適応機制について	課題④ C
第26回：性と健康 思春期と性	
第27回：性と健康 妊娠・出産	
第28回：性と健康 家族計画	
第29回：性と健康 性感染症	
第30回：応急処置と心肺蘇生法（救急救命学習キットの利用）	B
第31回：生活と安全・交通と安全…自転車事故の危険性と安全について（ビデオ学習）	
期末試験	
第32回：フォローアップ（期末試験の解答の解説など）	

評価（ルーブリック）

達成度 評価項目	理想的な到達 レベルの目安 （優）	標準的な到達 レベルの目安 （良）	未到達 レベルの目安 （不可）
①	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を実践できる。	生活習慣と疾病との関わりを理解している。	生活習慣と疾病との関わりを理解していない。
②	運動器と健康・体力づくりの運動について理解し、積極的に実践できる。	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。
③	飲酒・喫煙・薬と健康との関わりについて理解し、適切な判断・行動ができる。また、周囲の人にも伝えることができる。	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。
④	欲求と適応機制について理解し、自らの行動を客観的に捉える事ができる。	欲求と適応機制について理解している。	欲求と適応機制について理解していない。
⑤	性と健康との関わりを理解し、適切な判断・行動ができる。	性と健康との関わりを理解している。	性と健康との関わりを理解していない。
⑥	安全に留意した生活を送ることができる。また、応急処置について理解し、実践できる。	生活と安全、応急処置について理解している。	生活と安全、応急処置について理解していない。