

こんにちは！北高1年生のみなさん、元気ですか？

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、5月末まで臨時休業期間が延長となりました。先行きが見えない毎日、「授業についていけるだろうか」「友だちとなじめるだろうか」再開後の学校生活への不安、思い切り運動ができないストレス等々を感じている人も多いのではないのでしょうか。

1. 規則正しい生活で心穏やかに

抱えている不安やストレスはそれぞれで異なるとは思いますが、共通して大切な心の健康維持のコツは「日常の生活リズムを乱さない」ことです。心穏やかに過ごすために役立っている脳の重要なメカニズムの一つが「体内時計」であり、日常生活をできるだけ規則正しく過ごすことで、この時計がスムーズに働いてくれます。規則正しく過ごすための自己管理術として、様々な本や雑誌、ウェブサイト等で多くのことが推奨されています。たとえば、①「毎日できるだけ同じ時刻に起床して、同じ時刻に床に入る。日中の昼寝は避ける。」②「一定時間屋外で過ごす、特に朝の光を浴びる。外出できない場合、2時間は窓際で日の光を浴びる。」③「できるだけ同じ時間に食事をする。」④「できるだけ同じ時間に運動をする。」等です。これらの項目は、どれも心の平穏を得る方法です。

2. 適度な運動で筋力キープ



先日の安倍総理の会見において「健康管理やストレス解消のためには、人が密集しない環境下で外に出て、適度な運動することも重要」との見解が発表されました。規則正しい生活と共に適度な運動で抵抗力を高めることも大切です。健康でないと勉強もできません。体力は木の根っこ、そこから意欲という幹が大きく成長し、やる気というエネルギーが勉強やスポーツ、芸術などの枝葉に向かう。やる気というエネルギーは天から降ってきませんね。やる気は内発的に自ら絞り出すものです。今回は体育科から「運動の記録」という課題が出ました。適度な運動量を確保することを目指し、意図的に運動を実践してください。

3. 自ら学ぶ姿勢を続ける

オンラインでの授業はどうですか？課題は順調に取り組んでいますか？

先日の心のアンケートで「家庭での学習の進め方が今のままでいいのかどうか分からない」といった学習に対する不安の声も聞こえてきました。



みなさんが抱えるこのような不安は、「今取り組んでいる学習を意義あるものにして、希望の進路を叶えたい」という気持ちの表れでもあるのです。だからこそ、規則正しい生活を送り、適度な運動をし、学習習慣を身に付ける。今回のことは自ら学ぶ姿勢を身に付けるために良い機会を与えられたと前向きに考え、この非常事態を乗り切っていきましょう。「あれも、これも」と焦る前に、日々のオンライン授業や課題に一つ一つ丁寧に取り組み、進路実現のための基礎固めをしっかりとしていきます。今をどのように過ごし、学習に取り組むかによって幅広い進路選択ができるようになります。

現在、様々な教育コンテンツが無料で開放されています。自分の目的に合ったものを探して使ってみるのもよいと思います。

1 年生 臨時休業中の学習について

◆学習計画表◆ ※北高 HP よりダウンロードできます。

オンライン授業や学習課題などを記入し、臨時休業期間中のオリジナル時間割を作成してみよう。

◆課題がある教科◆ ※以下は掲載順です。

国語総合（現代文・古典）	P. 2
保健体育（体育・保健）	P. 2
家庭科 *別紙あり	P. 2
数学（数学Ⅰ・数学A）	P. 3
英語	P. 4～5
現代社会	P. 6
理科（物理基礎・生物基礎）	P. 7～8
芸術（音楽・美術・書道）*別紙あり（音楽選択者・書道選択者）	P. 9

【国語】

*国語総合（現代文）

- ・「基礎現代文」p23～27を、サポートブックや要約トレーニングノートを活用して解く。

*国語総合(古典)

- ・「用言」の復習をする。古典文法書の用言の範囲の確認問題をやると良い。
- ・「古典文法準拠ノート」p8～9を解く。
- ・「基本の古文」p18～23を、サポートブックなどを活用して解く。
- ・教科書p134～142「訓読の基本」をよく読み、文を返り点に従って訓読し、書き下し文が書けるようにしておく。（「基本の漢文」p4～9にある説明も参考にする）

【保健体育】

*体育

○各自で適切な運動量を確保することを目指し、意図的に運動を実践してください。

そして、「運動の記録」用紙に記入してください。（6月再開時に提出）

*保健

○教科書「現代高等保健体育」p8～11と「図説現代高等保健」p4～9をよく読んで自習する。

そして、まとめのプリント（3枚）に記入する。（6月の再開時の保健の授業で提出）

【家庭科】

「家庭基礎」の授業は、食生活分野から始める予定です。コロナなどのウイルスを寄せ付けず、授業再開まで健康に過ごすために、生活リズムを整え食生活に気を配ることはとても大切です。そのことを意識して、下記の課題に取り組みましょう。（詳細は、別紙参照）

<調査・研究内容> 免疫力を高めるための食生活について

以下の項目でレポートをまとめなさい。

- 1 免疫力とは
- 2 免疫力を高めるための食生活とは
- 3 自分の生活に生かしたいこと
- 4 実践；免疫力を高める食品を使って家族の食事を作ろう（1回以上）

【数学】

臨時休業中の家庭学習について、全員が取り組む課題、余裕がある人が取り組む課題についてまとめました。各自の到達目標を考慮して取り組みましょう。(全員が取り組む課題のみでもOK!!)

*数学Ⅰ ○前回と同様に課題を進めてください。(前回の課題ノートの続きにやること)

※教科書→A問題→余裕があればB問題 のサイクルを身に付けましょう!

※アドバンスの問題は、***がついているものだけ取り組むこと**

※提出については、**該当のアドバンスのA問題**ができていればよい。

授業内容	教科書 ページ	教科書 例、例題	アドバンス Aの*問題	アドバンス Bの*問題
①文字係数の方程式の実数解の個数、 共通解				99,101,105
②文字係数の方程式を解く				100,102
③関数、座標平面、値域から定数決定	52~55		125	131,132
④2次関数のグラフ・平方完成とグラフ	56~61	例題 1	136, 137,138,139	
⑤頂点の平行移動、対称移動	62,65,66	例題 2	142	143, 144
⑥2次関数の決定①	63,64	例題 3、例題 4	146, 147, 148	
⑦2次関数の決定②				145, 149
⑧2次関数の最大・最小	68~70		150~153	157
⑨最大値最小値から定数決定	71	例題 5,例題 6		155, 158

*数学A ○数学Ⅰと同様。

授業内容	教科書 ページ	教科書 例、例題	アドバンス Aの*問題	アドバンス Bの*問題
①組合せの総数、正多角形の対角線の数	28~30	11,12,13、例題 6	425,427,428	432,434
②組分け、同じものを含む順列、最短経 路	31~34、	14、例題 7、例題 8	436	430,438
③順番指定、円順列・じゅず順列				440,441,442,444
④重複組合せ	35			445,446、
⑤事象の確率	37~41	15,16,17,18,19、例題 9	454,455,457,458、	449,450,452
⑥加法定理、余事象の確率、	42~46	20,21,22、例題 10、例題 11	460,462	,465,466、
⑦独立試行の確率、目の最大値が4	48~49	23、	468	471,472,473,474、
⑧反復試行、勝つ確率	50~51	24,25、	476,478	480,482
⑨数直線上の点、最短距離の確率	52	例題 12		481,484,(485
⑩条件付き確率、乗法定理	53~55	26、例題 13	486,488	489,490

【英語】

休校中はオンライン学習支援と家庭学習で『英語表現Ⅰ』の授業を進めていきます。
 ※『コミュニケーション英語Ⅰ』は学校再開後に行います。

①オンライン学習支援（Build-up 文法解説）を視聴 ⇒ ②家庭学習を実施 を繰り返します
 よって、皆さんの課題は、以下のように**学習支援講座の予習、復習**がメインになります

◆家庭学習の方法

- 教科書 Practice … 各問題をノートに解き（予習）、解答をダウンロードし各自で答え合わせする（復習）
 ダウンロードの方法は後日連絡する（Classi 等を利用する予定）
 開始当初は、みなさんに事前に与えた課題部分の解説をします
- WORKBOOK … 視聴後、各自で答え合わせする ⇒ 理解不十分な箇所を必ず復習する
- Ultimate … 視聴時、また予習・復習の参考書として使用。関連するページを読み、理解を深める

◆学習予定表

Lesson 学習内容		教科書 ページ	オンライン 学習支援 実施日	家庭学習
オリ エン	オリエンテーション 5月8日 11:30~	5月以降の学習について説明します。 ※手元にすべての英語教材と「英語科通信 No.1」（郵送）を用意して 視聴してください。		
Lesson 1	平叙文 疑問文 命令文 感嘆文	Build-up1 P6	5月13日 10:00~	Practice P7 WORKBOOK P4~5 Ultimate P20~28
Lesson 2	主語と動詞 目的語・補語 5文型（第1~4文型）	Build-up1 P10	5月15日 11:30~	Practice P11 WORKBOOK P6~7 Ultimate P38~48
	5文型（第5文型） There+be+主語 自動詞と他動詞	Build-up2 P12	調整中	Practice P13 WORKBOOK P8~9 Ultimate P49~51
Lesson 3	現在形 現在進行形 過去形 過去進行形	Build-up1 P20	調整中	Practice P21 WORKBOOK P14~15 Ultimate P70~75
	未来時制 未来進行形 副詞節の中の現在形 進行形・現在形の用法	Build-up2 P22	調整中	Practice P23 WORKBOOK P16~17 Ultimate P75~79
Lesson 4	現在完了形 現在完了進行形	Build-up1 P26	調整中	Practice P27 WORKBOOK P18~19 Ultimate P92~99
	過去完了形 過去完了進行形 大過去 未来完了形	Build-up2 P28	調整中	Practice P29 WORKBOOK P20~21 Ultimate P101~105
Lesson 5	助動詞 (can/could/may/ might/must/have to)	Build-up1 P38	調整中	Practice P39 WORKBOOK P28~29 Ultimate P118~127
	助動詞 (should/ought to/had better do/will/ Would/use to do)	Build-up2 P40	調整中	Practice P41 WORKBOOK P30~31 Ultimate P128~137
	助動詞+have+過去分詞 助動詞を含む慣用表現	Build-up3 P42	調整中	Practice P43 WORKBOOK P32~33 Ultimate P138~145

(※この学習予定表は、配信の不安定や休校期間の延長などにより変更となる場合があります。)

〔教科書以外の課題〕

以下の3つの課題は授業再開後に確認します。範囲表を参考に、**指示された部分まで終了**しておくこと。

1 英文速読ドリル 10minutes Level1

速読（英文を素早く読み、内容を把握する）力を鍛えるドリルです。

学習方法とポイント

- ・タイマーで6～7分間計って実施してください。（ダラダラ読まない）
- ・長文を読む前に、先に問いを読み、読むポイントを絞りましょう。そして答えに関わる箇所を長文の中からすばやく見つけ出しましょう。全文の意味をとる必要は全くありません。
- ・解答に詳しい解説が載っているので、間違えた問いは必ず見直しをしましょう。

2 Focus on Listening

リスニング力を鍛えるドリルです。Training の2ページに加え、巻末のディクテーションと音読も実施してください。例) Training1・・・P2、P3、P44 の計3ページ実施

音読練習の方法とポイント

- ・リピーティング・・・英文を見ながら、CDの音声を聞いた後に（無音の時間に）音読します。
- ・オーバーラッピング・・・英文を見ながら、CDの音声と同時に（少し遅れるように重ねて）音読します。

音読練習は何度も繰り返し実施し、回数チェック表に日付を記入してください。一度に大量の練習を行ってもよいですが、毎日少しずつ練習を行うと **better** です。

◆範囲表

期間	英文速読ドリル	Focus on Listening
Week1 5/7～5/10	1	Training1
Week2 5/11～5/17	2、3	Training2、3
Week3 5/18～5/24	4、5	Training4、5
Week4 5/25～5/31	6、7	Training6、7

3 システム英単語 For Starters p.34 ～ p.107 の復習

余裕のある人は次の5訂版（太い方の冊子）にも挑戦してください。

【おすすめオンライン英語教材】 ※課題ではありません。

無料で視聴できる英語教材（サイト）を紹介します。興味があれば挑戦してみてください。

- ・NHK テキスト 英語力測定テスト 2020 <https://eigoryoku.nhk-book.co.jp/>
英語力を測定後、レベルにあったおすすめのお話教材が表示されます。
- ・桐原書店 学習支援コンテンツ <https://www.kirihara.co.jp/learningsupport-contents/>
休校中のみの期間限定。①②③に英語教材が載っています。

【その他】

分からない点はそのままにせず、質問してください。

臨時休校期間に学習習慣を身に付けた生徒とそうでない生徒の間には、大きな差が開きます。**英語は1日でマスターできるものではありません。**コツコツと学習・練習しましょう。応援しています！

【現代社会】

【課題内容】

- ・『教科書』 p64～91
- ・『要点マスター 現代社会 演習ノート』 p50～73

【課題の取り組み方】

下の表を参考にその日に取り組む範囲を区切り、次の①～④の手順で取り組みましょう。

- ①『教科書』をしっかりと読む。(本文以外の図表もよく見ておこう。)
- ②『要点マスター 現代社会 演習ノート』を解く。(問題集に直接書き込んでよい。)
- ③②の答え合わせをする。(空欄を残さず、できなかった問題は朱書きで正答を書き込むこと。)
- ④よくわからなかったところを資料集やオンライン授業等で補足する。→それでも理解できない箇所は、授業再開時に教科担任とともに確認しましょう。

おおよその目安として、次のような計画で進めていきましょう。

時期 (めやす)	単元 (教科書)	演習ノート	オンライン授業 (配信予定日※)
1週目 (～5月15日)	p64～ 日本国憲法と三つの原理 ・基本的人権の保障(1)	p50～53	5月19日
	p69～ 基本的人権の保障(2) ・新しい人権と人権保障の広がり	p54～57	5月21日
2週目 (～5月22日)	p76～ 平和主義と安全保障(1)・(2)	p58～63	5月26日
3週目 (～5月29日)	p80～ 国会と立法・内閣と行政	p64～67	5月28日
	p86～ 裁判所と司法・地方自治	p68～73	(学校で)

※オンライン授業の配信については、あくまで予定です。都合により変更になる場合があります。

★担当者からのメッセージ

4月27日のオンライン授業でもお伝えしましたが、現代社会は暗記科目ではありません。
人物名や語句をただ暗記することに、とらわれないでください。確かに、ペーパーテストでは最低限の知識を記憶したり、正しい漢字が書けたりすることも求められますが、今は教科書が伝えていることを「つまりこう
ということが言いたいんだね」と自分の言葉に置き換えて説明できること(＝内容を理解しているということ)
が大切です。

教科書だけでなく、テレビのニュースを見たり新聞を読んだり、現代の社会に関心をもつ時間も大事にして
ください。

【理科】

＊物理基礎

課題： 郵送される「物理基礎 問題篇 岐阜北高等学校物理科」の1～19を理解しながら解く

※答え合わせ・理解は解答篇を参照すること，また提出方法は Classi で連絡

◎学習の進め方の一例

- ①教科書を読み進めたりして予習をしておく
- ②オンライン支援講座を見て基礎事項の理解を深める

※授業後に授業内容を文書化したものをClassiでアップロードするので，講座は聞くことに集中するとよい。

- ③課題を含め，必要な問題を解き，自身の理解を深める（基礎事項の理解徹底を重視）
 - ・中学校までとは違い，履修内容と関連する問題のレベル幅が広く，問題数も非常に多い...
⇒理解ができたなら次のステップに進み，必要な問題のみをやる
（中学校のように全問題をやるのはほぼ不可能）

・高校の学習は本質の理解度を問う，問題や公式の暗記度合を測るものではない。

以下の問題は理解度を高めるためのもの ※番号は授業回数を意味する

1. 速度の定義 (①)

※FU：フォローアップ，S：セミナー，無印：授業宿題プリント

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.2		
FU p.3		
FU p.4		
FU p.5		
S プ 1-3		
1(1),(2)		

レベル2

問題	チェック	復習
S 基例 1		
S8		
S9		
1(3)		
2		

レベル3

問題	チェック	復習
1(4)		
3		

2. 合成速度 (②)

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.6		
S プ 4		
4(1)(2)		
5(1)		
FU p.7		
S プ 5		
7(1)		
6(1)(2)		

レベル2

問題	チェック	復習
S10		
4(3)(4)		
5(2)		
S 基例 2		
S12		
6(3)(4)		
7(2)		

レベル3

問題	チェック	復習
7(3)(4)		

3. 速度と加速度 (①)

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.8		
FU p.9		
S プ 6		
8(1)(2)		

レベル2

問題	チェック	復習
S15		
S16		
8(3)(4)		

レベル3

問題	チェック	復習
9		

4. 速度と位置 (①)

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.10		
FU p.11		
10(1)		
11(1)		

レベル2

問題	チェック	復習
S17		
S18		
10(2)-(4)		
11(2)(3)		

レベル3

問題	チェック	復習
11(4)		

5. V^2 と x の関係式

(①)

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.12		
S プ 9		
12(1)		
13(1)		

レベル2

問題	チェック	復習
S19		
12(2)(3)		
13(2)		

レベル3

問題	チェック	復習
S 発例 2		
13(3)		

6. 位置・速度・加速度の相互関係 (①)

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.13		
15(1)		

レベル2

問題	チェック	復習
S 基例 3		
S20		
S21		
14		
15(2)(3)		

レベル3

問題	チェック	復習
S23		
S24		
S25		
15(4)(5)		
S26		

7. 落下運動 (①, ②)

レベル1

問題	チェック	復習
FU p.14		
FU p.15		
S プ 1-3		
S28		
S29		
S32		
S34		
19(1)		

レベル2

問題	チェック	復習
S 基例 4		
S 基例 5		
S31		
S33		
S35		
S36		
S37		
S38		
S39		
16		
17(1)-(3)		
S 発例 3		
18(1)(2)		
19(2)		

レベル3

問題	チェック	復習
17(4)		
S43		
S44		
S45		
18(3)		
19(3)(4)		

*生物基礎

5月中のオンライン授業の学習範囲です。オンライン授業の時間割の内容を見て、授業日までに予習をおきましょう。

教科書：生物基礎 序章 p8～17

第1部生物の特徴

第1章生物の多様性と共通性 (p20～39)

- ・第1節多様な生物の共通性
- ・第2節生物共通の単位—細胞—
- ・第3節個体の成り立ちと多様性

第2章細胞とエネルギー (p40～42)

- ・第1節生命活動とエネルギー (ATPの構造まで)

問題集：五訂版リードα生物基礎

- ・オンライン授業の最後に課題として指示する問題を含みます。なかには、受験対策として出題されている難しい問題もあります。それについてもオンライン授業中に指示しますので参考にしてください。

チェック表中のマーク *→解説や教科書を読んで解く必要がある問題。

【チェック手順】

- ① この用紙を問題集用ノートにのり付けする。
- ② 解答をしたら、**答え合わせ**をした後、下記の表内に**チェック**する。
- ③ 教科担任の指示により生物係が集め、出席番号順にして提出者をチェックした氏名表とともに生物準備室へ提出する。

2020年度 休校課題（5月末まで）チェック表

区分	問題番号	チェック	区分	問題番号	チェック	区分	問題番号	チェック
第1章 生物の特徴								
p4～10 リードA	解説		リードC	1	*	15 論述問題	-1	*
	p15 リードB 実験の ページ	【1】			2			-2
【2】		*		3	*		-3	*
p17基礎 CHECK	1			4	*	p27～ リードD	17	*
	2			5			18	*
	3	*		6	*		19	*
	4	*		7			20	*
p18～ リードC	基本例題			8	*	21 論述問題	-1	*
	基本例題2			9	*		-2	*
	基本例題3	*		11	*		-3	*
	基本例題4	*		12	*		-4	*
	基本例題5	*						

*のついている問題は、教科書や解説を見ながら学習してみよう。*のついていない問題は、中学校理科で学んだことに近い内容があるので、中学校で学んだことを思い出しながらチャレンジしてみるといいですね。

【芸術】

*音楽選択者

<課題> 鑑賞

「音楽Ⅰ」の授業では、表現（歌唱、器楽、創作）と鑑賞の幅広い活動を通して音楽と関わっていきます。自宅で過ごす時間を有効に使って、モーツァルトの作品を鑑賞しましょう。

1 モーツァルトの作品より任意の1曲を選択してYouTubeやCD等を鑑賞する。交響曲、協奏曲、ソナタ、オペラ等の大規模な作品の場合には一部分の抜粋で構いません。

例：交響曲第〇番 〇長調 K.〇〇（モーツァルト作品の作品番号） から 第〇楽章

2 別紙(音楽Ⅰ)の内容についてインターネットを活用して調べ学習を行い、レポートを作成して始業時に提出してください。

*美術選択者

<課題> デッサン

「美術Ⅰ」の授業では、人体の構造や動きについて考え、デッサンをするという授業があります。授業が再開するまで、まず身近なモチーフである自分の「手」を鉛筆で描いてみましょう。

○用意するもの

- ・鉛筆（B～3B なければ他の堅さでもOK）
- ・画用紙 八つ切サイズ
- ・消しゴム

○条件

- ・手首下5cmまでは紙に入れること。
- ・手に動きをつけて描くこと。
- ・片手だけ描くこと。
- ・なるべく光が差す方向を一定にして描くこと。
- ・画用紙の大きさを考え、小さくなりすぎないようにすること。（実寸より大きめに描く）

○ポイント

- ①骨があり、その上に筋肉、皮膚があることを理解し、手の構造を理解して描く。
- ②どんなふうに形が変わっているかよく観察する。
- ③明暗を意識して描く。

*書道選択者

<課題> 創作

「書道Ⅰ」の授業では、先人の優れた書道の古典を学習することから始め、自分の好きな言葉で書くという創作もします。そのことも意識して別紙（書道Ⅰ）の課題に取り組みましょう。