

休校中の課題

【体育】

以下の2つを課題とします。①は継続の課題。②は新たな課題です。

①体力の維持・向上を目的とした運動を自分で考え、その運動をできるだけ毎日行う。

部活動のトレーニングや「ステップアップ高校スポーツ」、現代高等保健体育 P148～153 を参考にしてください。

②長座体前屈の記録を伸ばすための運動を自分で考え実施する。

記録を取り、伸びたことを自分で確認してください。記録の提出は求めません。

【保健】

・以下の2項目について①、②、③の順番で自主学習をしてください。

4 環境衛生活動のしくみと働き

(現代高等保健体育 P98～99、現代高等保健体育ノート P90～91)

5 食品衛生活動のしくみと働き

(現代高等保健体育 P100～101、現代高等保健体育ノート P92～93)

① 教科書を読む。

② ノートの右ページ (P91、93) に内容をまとめる。

③ ノートの左ページ (P90、92) の問題を解く。