1年　　保健体育科　休業中の課題（5月25日～）アドバイス

取り組み時間（目安）
1時間

① 学習の目標
運動やスポーツの多様な楽しみ方に関心をもち、情報を集めたり、意見を交換したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組めるようにする。
② 準備するもの
・プリント資料「運動やスポーツの多様な楽しみ方」 ・新版　中学校　保健体育ノート
③ 学習の方法・手順
・プリント資料を読み、新版中学校保健体育ノート①（P40～41）のノート✐に内容をまとめましょう。 ・新版中学校保健体育ノートの！要点のまとめの空欄に最も適切な語句を書きましょう。
④ 学習のポイント・取り組み方の例
以下の内容を参考にノート✐にまとめよう。 〇今まで、運動やスポーツを行って楽しかったのはどのようなときでしょうか。 例）友達と競争して勝てたとき。　等 〇健康を維持するための運動の行い方をまとめよう 例）ペアでストレッチを行う。　等 〇競技に応じた力を試す場合に大切なことは何でしょう。 例）ルールやマナーを守る。　等 〇自然と親しんだり、仲間と交流したり、感情を表現したりする運動とは何でしょう。 例）登山　等 〇豊かなスポーツライフの実現のために大切なことをまとめよう。
⑤自己評価の仕方
・！要点のまとめの問題をまず教科書を見ないで解き、その後わからない問題は教科書を見て解きましょう。すべて解き終わったら、別冊の解答を見て答え合わせをしましょう。 ・正解した問題には赤ペンで〇をつけ、間違っていたら、正しい答えを書きましょう。