取り組み時間（目安） １ 時間

1年女子　保健体育科　休校中の課題（５月２５日～の週）アドバイス

「3　運動やスポーツの多様な楽しみ方」

①学習の目標
『世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、どのようにすればよいのかを知る』
②準備するもの
・プリント（12日配布済み）　・ワーク「保健体育ノート1」（P40～P341）☜学校再開後提出します！　・筆記具
③学習の方法・手順
1：今回の課題（目標）を確認したら、本文の左上の「考えよう」を、ワーク冊子右上の“ノート”に書き出してみる。 2：教科書を読む 3：ワーク冊子右ページ上段の“ノート”欄に、学習のまとめを整理して記入する。<まとめ方は自由> 4：最後にワーク冊子右ページ下段の“要点のまとめ” を解く。
④学習のポイント・取り組み方の例
③−1 「考えよう」を読んで、素直に思い描いたことをワークに書き出してみよう。 ③−２ 本文に関わる資料やトピックスでも確認して深める。→ ワーク冊子左ページも読み、参考にする。 教科書本文にアンダーラインまたは、蛍光ペンなどで引いて押さえておこう。 左ページℓ5「体つくり運動」「体ほぐしの運動」、ℓ7「体の動きを高める」 右ページ下から5行目「さまざまな人と運動やスポーツを楽しむ」 ③−３ 見出しごとにまとめることがいいだろう。 ☆考えよう　⇒　<いくつも書き出してみよう> 〇健康を維持するために運動を行う場合 「体ほぐしの運動」～・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 「体の動きを高める運動」～・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 〇競技に応じた力を試す場合 ―――――――――――――――――――――――――――――― 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場合 ―――――――――――――――――――――――――――――― 〇豊かなスポーツライフの実現のために ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 他に、 〝□□□□□に必要なことは1☆☆☆☆☆☆☆☆☆、2☆☆☆☆☆☆☆☆☆、3☆☆☆☆☆☆☆☆☆〟 〝〇〇とは△△△△△である〟〝◇◇◇◇◇◇なことを▽▽という〟などと、まとめてみる。 ③−４ 「教科書など見ないで解く」→「教科書などを見て解く」→「別冊解答で答え合わせをして再確認」
⑤自己評価の仕方
☆ワーク最後の**「深めよう」**でまとめを行い、整理しよう。 ☆学習の目標（課題）2つにすぐ答えられるか、確認しよう。 ☆キーワードをすぐいえるか。そしてそのキーワードを説明できるか確認しよう。

⚠休業中の学習内容は、学校生活再開後に確認テストや定期考査で出題され評価されます。また、ワークを提出してもらい、チェックして評価もします。しっかりと学習を進めましょう‼

⚠学校再開の登校初日にクラスごと女子の分を番号順にして回収しますので、持参してくださいね！！