

科目名(スポーツⅠ) 5/18(月)~5/29(金)の課題	
1週間の時間数	課題内容
1	課題資料①を読み、提出課題①表を解く
2	課題資料①を読み、提出課題①裏を解く。 室内で出来るトレーニングを見ながら実践する。
3	課題資料②を読み、裏面提出課題②を解く。
4	課題資料②の動画を参考に ハードルのイメージ、ハードルに必要なトレーニング・ストレッチを行う。

2週間分の課題になります。家で実践できる動画にも進んで取り組んでください。
学校が再開したときにすぐ実践できるようにしっかりイメージをしておいてください。

※ 動画が再生できない・QRコードが読み取れない場合は保健体育科 神保まで連絡ください。

科目名 (スポーツII) 5/18(月)~5/29(金)の課題	
1 週間の時間数	課題内容
1	男子 サッカーのルールについて (ワークシート③) 女子 ソフトボールのルールについて (ワークシート③)
2	男子 サッカーの技術について (ワークシート④) 女子 ソフトボールの技術について (ワークシート④)
3	男子 サッカーのルール・技術について (ワークシート⑤) 女子 ソフトボールのルール・技術について (ワークシート⑤)
4	男子 サッカーの技術・作戦について (ワークシート⑥) 女子 ソフトボールの技術・作戦について (ワークシート⑥)

*1時間にワークシート1枚 (片面) になります。

*男子はサッカー、女子はソフトボールのワークシートを行ってください。

科目名 (スポーツⅣ) 5/18(月)~5/29(金)の課題	
1 週間の時間数	課題内容
1	ダンスの歴史 (動画)
2	ダンスの基本動作・アップとダウンの動き (動画)
3	様々なダンスの種類(動画)
4	2 時間目の続き・ダンスの基本動作・アップとダウンの動き (動画)
<p>授業が始まった時にできているかチェックをしたいとおもいます。先週のリズムダンスとともに練習しといてください。</p>	

科目名 (生涯スポーツ) 5/18(月)と5/28(木)の課題	
実施日時	課題内容
18日(月)④	ペタンクについての基本的な知識を理解する① (プリントに由来やルールについて記載)
21日(木)①	バード (ターゲット) ゴルフについて基本的な知識・技能を理解する① (プリントに握り方・構え方等について記載)
25日(月)④	ペタンクについての基本的な知識を理解する② (プリントにルールの詳細について記載)
28日(木)①	バード (ターゲット) ゴルフについて基本的な知識・技能を理解する② (プリントに打ち方・ポイント等について記載)

※2週間分で4時間なので、4つの課題(指示)が書いてあります。

<授業の説明>

☆前回の課題はワークシートを解答する内容でしたが、今回は知識だけでなく技能についても理解するため、可能な限り実践してみてください。
また、ユーチューブ等インターネット検索で情報を得ることができます。