

第2回 2年生自宅学習課題について (保健・体育)

課題「妊娠・出産と健康」P72.23「家族計画と人工妊娠中絶」をClassiにて配信しました。

保健体育科
課題**保健**

1、以下の教科書範囲に沿って、学習を進めて下さい。

① 学習の進め方：

教科書の内容について、重要語句を中心に理解し、説明できるようにしておきましょう。

日頃より自分の考えをまとめておく習慣をつけておきましょう。(保健分野に限らず)

毎日のニュースを見て、世の中の出来事を把握し、理解しておきましょう。

② 課題について：

自宅学習期間の延長にともない、課題プリントを用意しました。課題をダウンロード後に印刷し、印刷したプリントに直接記入しても良いですし、プリントする環境が無い場合は、PDF ファイルで課題を確認し、穴埋め箇所の解答をノートに記載するなどして課題に取り組んで下さい。

なお、課題については学校再開後に提出して頂きます。

2、学校再開時には、**考査実施予定です。指定された範囲を熟読して学習を進め、準備してください。**

① 考査形式：80問程度、記号選択+記述問題【一部変更の可能性あり】

② 実施形式：追って連絡します。

③ 実施日：追って連絡します。

④ 考査範囲：教科書「現代高等保健体育」より **※自宅学習期間が延びた為、一部変更しました。**

P32.33「現代の感染症」

P34.35「感染症の予防」

P64.65「思春期と健康」

P66.67「性意識と性行動の選択」

P68.69「結婚生活と健康」

P70.71「妊娠・出産と健康」**P72.23「家族計画と人工妊娠中絶」**

P74.75「加齢と健康」

P76.78「高齢者のための社会的取り組み」

P80.81「保健制度とその活用」

P82.83「医療制度とその活用」

P84.85「医薬品と健康」

P86.87「さまざまな保健活動や対策」

⑤ 備考：評価の対象となります。

3、実生活において、以下の取り組みを継続して実施しましょう。

① 新型コロナウイルス感染拡大防止の取り組み

② 自らの健康の保持増進・改善の取り組み

③ ストレスとうまく向き合う方法

体育

1、「腕立て・腹筋・背筋」が正しいフォームで20回行える様にしましょう。

授業再開時には補強運動となります。**※第1回と同じ**

2、余裕のある人は、自分の体力に応じて他の種目（スクワットなど）など加えましょう。

3、ストレッチも取り入れ、身体を動かす習慣を維持しましょう。