

# 第1学年 今週の課題および学習アドバイス

各教科の指示に従って、計画的に取り組みましょう！

教科名	課題および勉強のアドバイス	提出日
数 学	チャート式（詳細は別紙の通り） 【1日3題ペース】 安易に解答を見ずに、まずは自分の頭でじっくりと考えること。わからない問題があったら、教科書やノートなどで調べましょう。	4月6日（月）
国 語	まずは「ニューグレード」の巻末の <u>句形・文法問題</u> をやりましょう。そのあと <u>ベネッセの活用BOOK</u> の問題を解くとすいすい解けます。 一週間に一冊は本を読んでストックノートに記録しましょう。古典作品の漫画でもいいと思います。	4月6日（月）
英 語	今週やるべきこと ①教科書の予習と答え合わせ 本来であれば今週、来週は授業がトータルで5日間あるはずでした。まずは英表とコミュの自学用の解答解説プリントを配っています。まずは授業を受けているつもりで、授業の予習を行い、先日もらったプリントを使って答え合わせをしてみましょう。 ②プリント課題（2種類） 宿題となっている2種類のプリント課題を解いてください。16章の復習プリントの答え合わせは冊子の解答を配布していますのでそれを使って答え合わせをしてください。 ③推薦図書 『くらべてわかる英単語』清水健二（だいわ文庫）740円＋税 この機会に英語を深く理解してみよう。英作文で活用できそうな表現が沢山入っている本です。おすすめです。	

<p>体 育</p>	<p>『規則正しい生活習慣&amp;体力維持大作戦～パート1～』</p> <p><b>【生活習慣】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・起床時間及び就寝時間が大きく乱れないようにしましょう。（スマホの使用時間を考えよう）</li> <li>・食事は栄養バランスを考え、間食などは控えましょう。</li> </ul> <p>★体重を毎日測って、体の変化をキャッチしよう！（急激な増加や減少は要注意！）</p> <p><b>【体力維持】</b></p> <p>★自宅でも出来ることはたくさんあるぞ！</p> <p>例）体育授業時の補強運動（目標：最低週に3回！）、お風呂上がりのストレッチ（具体例が、体育の教科書『ステップアップ高校スポーツ』のP14に載っています！参考にしてみよう！毎日やったら身体が変わる！？）</p> <p>〔+αの例〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力テストの結果や、結果用紙に載っているアドバイスなどを参考に、可能な範囲で実践してみよう。</li> <li>・歯磨きの時間にスクワットなど（→隙間時間の有効活用！）</li> </ul>	<p>教科としてのアドバイスなので、参考にしてください！</p>
<p>活用BOOK</p>		<p>4月6日（月）</p>
<p>勉強計画表</p>	<p>前日に計画を立て、当日実行し、反省を踏まえ翌日の計画を立てるようにしてください。勉強以外にも、読書の時間や家事手伝い等の記入も行うようにしましょう。</p>	<p>4月6日（月） ※保護者からのコメントと印鑑を忘れずに！</p>