



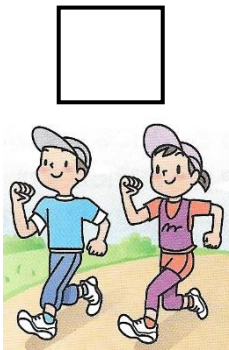
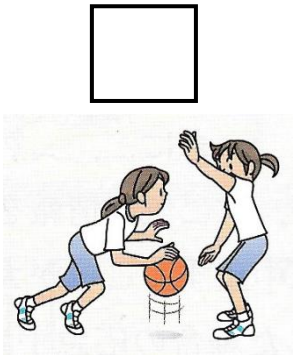
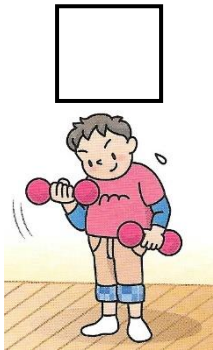
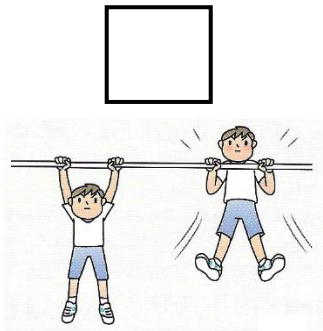
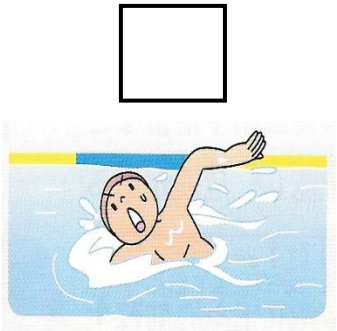
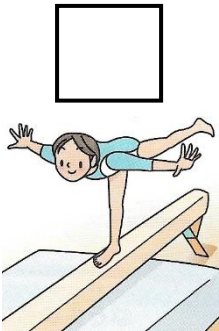
課題③ 体の発達段階を踏まえて、適切に運動やスポーツを行うことは、体の発達やその機能、体力や運動技能の維持・向上に効果があります。教科書 94 ページを読んで、次の表に必要な語句を書き入れて完成させましょう。

	体力	体の器官	最も適する時期
①	巧みさ		
②	粘り強さ		
③	力強さ		

課題④ 体力には、次の 2 つがあります。教科書 94 ページを読んで、次の空欄に必要な語句を入れましょう。

運動不足や疲労を解消する、体調を維持するなどの ための体力	ための体力
----------------------------------	-------

課題⑤ 次の 6 つの運動は、A 脳・神経、B 呼吸器・循環器、C 筋肉・骨 のうち、どれが大きいかかわっているでしょうか。記号で答えなさい。



※このワークシートは、次の課題回収のときに提出してください。  
体育理論の評価資料の一部になります。氏名をきちんと書きましょう。  
昨年度 3 月が休校だったので、1 年生の体育理論の授業が十分にできなかったと思われます。  
昨年度できなかった部分は、学校再開後にあわせて取り組みます。