

5月13日（水）5限（13：25～14：15） 1-1 体育

1年1組の皆さん、この時間は、体を存分に動かしましょう。
前回の反省をもとに、改善したトレーニング計画を実践してみましよう。
それでは、次の手順に沿って、始めてください。

I. 出欠の確認のため、まずは「見ました」をすぐに押してください。忘れないで！

II. それでは、改善後の「トレーニング計画」にそってはじめてください。

III. 最後に、以下の問いに答えてください。P132の計画表、前回の反省・感想の下に①・②について答えてください。

① 新たに改善をした場合は、P132の計画に付け加えや訂正を色のついたペンで分かりやすく追記（もとの計画はそのまま）してください。

② 全体の感想を書いてください。（80字以上）

※ノートが足りない場合は、ルーズリーフ等に記入し貼り付けておきましょう。

IV. 保健ノートP132の写真を撮り、保存し、提出してください。

《提出方法》

① 保健ノートP132「トレーニング計画・反省感想」の写真を撮り、保存する。

② classiのコンテンツボックスを開く

③ 共有コンテンツの「フォルダ」を開く → 「2020 1-1 保健体育」を開きタップする

④ 体育5月13日（水）P132トレーニング実施後③を開く → 左上の「新規」をタップする → アップロードをタップする → 「アップロードをするファイルを選択」をタップする → フォトライブラリをタップする → 写真P132を選択し「完了」する → 「アップロード」をタップする → 「終了」をタップする

わからないことがあれば、「コメント」欄に質問してください。