

3年生(73期生) 休業中の課題

2020.04.10

国語科

○現代文B

- ① 「新現代文単語」小説編P216～257の語彙を学習し、左頁の確認問題を解いておく
- ② 教科書P356～「消費されるスポーツ」、P344～「赤い繭」をよく読んでおく

○古典B

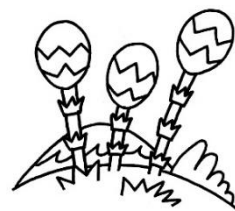
- ① ワーク「大学入試共通テスト準備演習」古文1～4、漢文1～4
- ② 文法書「完全マスター古典文法」P44～79の確認問題および総合問題をノートに解答し、答え合わせをしておく
- ③ 「漢文必携」練習問題⑧⑨(P143、144)、⑩⑪(P145、146)、⑫⑬(P147、151)をノートに解答し、答え合わせをしておく

○現代文発展

- ① ワーク「完成現代文」1～4 書き込んで解答、答え合わせをしておく

○古典発展

- ① ワーク「完成古典」1～6 書き込んで解答、答え合わせをしておく



○古文講読A

- ① 初回の授業までに、教科書P18～「伊勢物語 初冠」の本文をノートに書き、品詞分解を済ませておく
- ② 初回の授業で用言の確認テストをする予定です。「完全マスター古典文法」のP18～P43を確認しておく

○時代を読み解く

- ① 「現代を知るplus」のP6～15(①生活・社会)、P38～45(⑤教育)を参考にしながら「チェック&ワーク」P1～P7、P26～P31 書き込んで解答、答え合わせをしておく
- ② 自分の希望する進路に関連する書物や新聞記事を読み、テレビ番組等も見ておく

○国語常識

- ① 「プレゼミ国語総合」P2～P21 書き込んで解答、答え合わせをしておく

※ 上記とは別に「**国語科特別課題**」が全学年共通であります。詳しくはこのページを閉じて、「国語科特別課題」のページを確認してください。

※ 各科目提出については授業開始後の担当者の指示に従ってください。

※ 上記はすべて5月6日までの休校期間の課題です。今後の指示に注意してください。

地歴公民科

○日本史B及び日本史発展

- ・昨年購入した問題集「日本史総合テスト」(山川出版社)の問題を解いてみましょう。

☆学習する範囲

範囲①：昨年の日本史 A の学習部分の復習（近・現代史）

P114～P176 39～59

範囲②：本年当初の学習部分の予習（原始～奈良時代まで）

P1～P27 1～9

☆推奨する学習方法

ア：何も見ずに答えてみる。

イ：日本史 B の教科書・資料集を見て答えを見つける。

ウ：正解を見て確認し、答えられなかった問題を探す。



☆推奨する学習方法のポイント

・ア・イ・ウの方法で、それぞれ答えられなかった設問を見てわかるように色分けなどをすると良い。

（例）アで正解した→ノーマーク

イで正解した→△で記す

ウで正解した→○で記す

など、もう1度解く時の参考にしましょう。

以上

○地理 B

図説「新詳地理資料 COMPLETE 2020」別冊の「地形図・白地図ワーク」 p2 ～ p13

提出は後日指示します。

○倫理 選択のみなさんへ 担当 藤田真緒

課題

『完全 MASTER 倫理問題集 大学入試共通テスト』

「第V編 現代の諸課題と倫理 (pp.142～156)」

解答を問題集に書き込まず、ノートやルーズリーフに書くこと

進め方

- ・問題集の整理・要約ページ
- ・教科書『新倫理』第5編 (p194～)
- ・資料『アプローチ倫理資料 PLUS』(p280～)

等を参考にして解いてください。（一部範囲外の問題もあります。）

提出等については初回授業で連絡します。わからない問題や単元は今後授業で取り扱う予定です。

おまけ

今年度から鳳高校でお世話になります！ 藤田真緒（ふじた まお）です。3年1組の副担です。

生まれも育ち堺市です。小中ではトロンボーン、高校時代は軽音楽部に所属していました！

大変な時期で不安もいっぱいだと思いますが、一緒に頑張りましょう！

元気な皆さんに会えることを楽しみにしています♪♪



○政治・経済

政治・経済の選択者は、教科書・資料集などを参考に空欄を埋め、完成させなさい。

注意事項

- ・ 課題プリントの提出は強制的には求めません。
- ・ このプリントは、授業や受験で有用となりますので、主体的に取り組むことが望ましいです。
- ・ 課題をする際は、横向きに印刷をして使用してください。

略語	英語名	日本語	役割・意味
ANZUS			
APEC			
ASEAN			
BIS			
BWC			
CD			
CFE			
CIS			
COMECON			
COP			
CSCE			
CSR			
CTBT			
CWC			
DAC			
EC			
ECSC			
ECU			
EEC			
EFTA			
EMS			
EPA			
EROA			

EU			
EURATOM			
FAO			
FTA			
GARIOA			
GATT			
GDP			
GHQ			
GNE			
GNI			
GNP			
IAEA			
IBRD			
ICC			
ICJ			
IDA			
IEA			
IFC			
ILO			
IMF			
JICA			
LDC			
M&A			
NAFTA			
NATO			
NGO			
NIEO			
NIES			
NNP			
NNW			

NPT			
OAPEC			
ODA			
OECD			
OEEC			
OPEC			
OSCE			
PKO			
PKP			
PLO			
PL 法			
PPP			
SALT			
SDR			
START			
TPP			
UNCTAD			
UNDP			
UNEP			
UNESCO			
UNF			
UNHCR			
UNICEF			
WHO			
WTO			

数 学 科

○数学Ⅲ

数学Ⅲの教科書 p.116～145（無限級数～中間値の定理）の予習をしておく。

教科書等の説明や例題を穴が開くほど読み込んで練習を解いてみよう。

○数学特講

以下の問題を、1冊の新しいノート（そのまま授業用として使います）に解いてください。

- ① 予習問題 ⇒ 自分で解いた後、解答冊子で答え合わせを行い、内容を理解しておく。
わからない問題は、疑問点などを整理しておくこと。
- ② A問題（授業で扱う予定の問題） ⇒ 自分で解いた後、解答冊子で答え合わせをする。
- ③ 復習問題 ⇒ ①②を終えて余裕があればチャレンジ！（やらなくてもOK）

使用問題集「メジアン数学演習ⅠAⅡB」（数研出版）

授業回数	①予習問題	②A問題	③復習問題	問題集のページ
1回目		246	例題32	メジアン
2回目	c k 32	248, 250	249	p66～67
3回目	c k 33, 254	255	例題33	p68～69
4回目	c k 34	260, 262	例題34	p70～71
5回目		263		
6回目	c k 35	267, 268	270	p72～73

○数学ⅠA 演習

ベストセレクション大学入学共通テスト 2021 数学重要問題集 から

P6～p22のうち、次の問題を1冊の新しいノート（授業用）に解く。

※ 各問題を解く前の<肩慣らし>として、問題に対応した 4Step 数学ⅠA の問題を紹介しておきます。問題が手強いと感じた人は、まず4Step から始めることをおすすめします。

001<4Step 27, 28, 29> , 003<4Step 54, 57>

005<4Step 67, 71, 76> , 007<4Step 92, 93>

009<4Step 99, 101> , 010<4Step 104>

011<4Step 132, 144, 145> , 012, 013

017<4Step 164, 165, 166> , 019<4Step 198, 200, 202> 全11問

○数学ⅡB 演習

共通テストまでの時間がどんどん少なくなる中で、授業ができないのはとても残念ですが、少しでも力がつけられるよう、あるいは授業が再開したときに十分な予備知識が蓄えられているよう、課題を考えました。学習の本来の姿は『自学自習』です。それぞれが自覚をもって、そしてみんなで力をあわせてこの難局を追い風にするべく頑張りましょう。

ベストセクション大学入学共通テスト 2021 数学重要問題集 から

P90 ~ p103のうち、次の問題を1冊の新しいノート(授業用)に解く。

※ 各問題を解く前の<肩慣らし>として、問題に対応した 4Step 数学ⅡB の問題を紹介しておきます。問題が手強いと感じた人は、まず4Step から始めることをおすすめします。

$\boxed{075}$ <4Step 8, 10, 13>, $\boxed{078}$ <4Step 101, 102, 105>

$\boxed{079}$ <4Step 121, 123, 124>, $\boxed{080}$ <4Step 136, 137, 138>

$\boxed{082}$, $\boxed{083}$ <4Step 153, 155, 167>

$\boxed{085}$ <4Step 175>, $\boxed{086}$ <4Step 187, 189>

$\boxed{088}$ <4Step 194, 197, 202>, $\boxed{089}$ <4Step 211> 全10問

○数学Ⅱ発展

数学Ⅲの授業がp116の「無限級数」から始まります。まずはそのための予備知識として以下の課題に取り組みましょう。

① 問題集 4Step 数学ⅡB「数列」p152 ~ の以下の問題を解きなさい

157, 158, 159, 163, 164, 165, 181, 182

183, 184, 185, 186

② 教科書 数学Ⅲ の p104 ~ p115 を参考にしながら、問題集 4Step 数学Ⅲ 「極限」p49 ~ の以下の問題を解きなさい。

178, 179, 180, 181, 182, 183, 190, 191

192, 194, 195

★いずれも、問題集用のノートに解いておきなさい。後日提出の連絡をします。

$\boxed{\text{理 科}}$

○物 理

物理は2年生のうちにかなり進めることができたので、この休校期間は未習分野(電磁気/光/原子)の予習よりも、既習分野の復習・補強・完成に力を入れることを強く勧めます!特に・・・

力学の完成を急ごう!

皆さんが受ける物理の入試問題は、おそらく(100%?)力学が出題されます。また、力学はそれ以外の分野(熱力学/波動/電磁気/原子)の基礎にもなっています。高校物理の力学は2年生の間にすべて学習済み(=学校の授業ではもう扱わない)です。ここから先は皆さん自身が主体的に学習して、受験レベルまで引き上げる必要があります。

※学校が再開されれば、力学の講習も実施予定です。

まずはこの休校期間に目指すべき目標を知ろう!

①志望している大学の過去問を解いてみる！

購入するのがおすすめだが、大学のHPに掲載されている場合もあります。また、“生の問題文”に触れて欲しいですが、入試必修問題集（この前購入した緑の問題集）にも過去の入試問題やその改題が載っています。（以下、問題番号）

- （例）大阪府立大学：76
同志社大学：61, 82, 97
立命館大学：71
関西学院大学：69
関西大学：39

“生の問題文とは？”

問題集には過去の入試問題がよく掲載されています。しかし、その多くは問題文が“読みやすく省力”されています。公式を使う練習や解き方を学ぶときには、問題文はシンプルな方が良いのですが、複雑で長い“生の問題文”を読み解く力も入試には必要です。

②授業プリントやニューグローバルの問題と見比べる！

何をどの程度できるようになっておく必要があるのか確認しよう！そうするとやるべきことが見えてくるはず！何をすべきかわからない人は次週紹介します。今週はまず、過去問の分析を頑張りましょう。

〇化学

以下のWEBサイトを閲覧し、以下の課題に取り組む

第39回 化学基礎から化学へ～無機物質～

<http://www.nhk.or.jp/kokokoza/tv/kagakukiso/archive/chapter039.html>

- フォローアップドリル化学 一無機物質一
 - p2～22〈典型元素まで〉問題集用ノートを用意して取り組む。
 - 余裕があれば、p31〈遷移元素まで〉まで取り組む
- 無機化学ノート(まとめノート)を作成。各元素ごとにページを作成する。例)イオン・化合物の色、反応、反応式など
- 上記の2つを終了後ニューステップアップ化学(まとめノートは随時追記する)
 - 無機分野(p131～p173)のstep1(確認問題)～2(例題)を進める(問題集用ノート)。
 - 国公立を目指す生徒は上記が終わり次第step3→step4へ

第40回 化学基礎から化学へ～有機化合物～

<http://www.nhk.or.jp/kokokoza/tv/kagakukiso/archive/chapter040.html>

- ニューステップアップ化学
 - 教科書を見ながら、有機分野(p182～p293)step1(確認問題)～step2(例題)に取り組む

第39回 化学基礎から化学へ～無機物質～



第40回 化学基礎から化学へ～有機化合物～



○生物

①教科書 p12 ～ p53

センサー総合生物（2年次に購入）p152 ～ p155, p168 ～ p171

2年次に学習済の内容も多いので、予習・復習を兼ねてよく読む。

②センサー p156 ～ p164, p172 ～ p179

問題集用ノートを作成（2年次作成のノート利用可）し、調べながらでも構わないので、自力で解いて答え合わせまで行う。

○化学基礎演習

1, 2年次で使用したニューステップアップ化学基礎をやり直す。

○地学基礎演習

1, 2年次で使用したセンサー地学基礎や、教科書・参考書などをみて各自で復習する。

ただし提出は求めない。

○生物基礎演習

※連絡事項

- ・問題集用B5ノートを準備して下さい。
- ・【授業再開時】授業は授業プリントで行います。
- ・今後の入試のことも考え、この時期に学習経験値を貯めておきましょう。
後で『やっておけば良かった』と思わないために。

課題 第1週(～4/16)

① 問題集『2020 セミナー生物基礎』

[まとめ]P.4～12、28～35 講読必須

2年次に学習した内容をまずは読むことでざっと総復習しましょう。

これ以降のプロセス・例題・問題は考査時の課題としますが、

できる人は下の②終了後チャレンジしてみてください。

② 問題集【問題タイプ別 大学入試共通テスト対策問題集 生物基礎 2021】

第1編 知識の確認 P.2～11 を問題集用ノートに解答する。 必須

ここでしっかり復習できているか記述し確認して下さい。

この内容の目的は『自らの弱点を把握し消していく』ことにあります。



英語科

73期英語科ホームページ（テスト範囲などを載せていたHP）をご覧ください。

各科目より課題等の連絡が掲載されています。

保健体育科

3年生の君たちにとっては高校生活最後の春休み…だったはずですが、新型コロナウイルスによる感染症の影響で学校での勉強や部活動ができず、外出をすることもできず、運動不足になっている人もいるのではないでしょうか。今こそ保健や体育の授業で勉強したことを活かす時です。そこで、不要不急の外出を控えたり、手洗いやうがいなどの衛生面に気をつけたりするのはもちろんのこと、自身の体力を向上させることで免疫力を高めることも予防の一つになります。また、学校再開後の体育授業がスムーズにできるように、体を動かしておきましょう。そこで今回、課題として提示するのは、お家でも簡単にできるトレーニングとストレッチです。難しいことはありません。ごく一般的なものばかりです。積極的に取り組んでみましょう。やり方がわからない場合は学校へ電話して保健体育科の先生に質問するか、インターネットで検索して調べてみましょう。

なお「トレーニング実践」を選択している生徒は、授業ではこれ以上の高強度な種目を予定していますので、各トレーニング種目のCを楽々とできるように努力しましょう。

1. お家でもできる筋力トレーニング

今回は腕立て伏せ・上体起こし・上体反らし・スクワットの4種目を紹介しています。それぞれに3段階の強度を設定しています。Aは初心者、Bは中級者、Cは上級者へ向けたものです。1日に4種目全てをしたり、毎日したりする必要はありません。大切なのは自身の体力に合わせるということです。種目ごとに強度や回数、セット数を調整しましょう。

2. トレーニングの後はストレッチ

トレーニングをした後は、ストレッチにも取り組みましょう。こちらは強度を設定していませんが、自身が気持ちいいと感じるところまでするとよいでしょう。トレーニング後だけでなく、起床後、入浴後などにするのもいいかもしれませんね。

1. お家でもできる筋力トレーニング！！

「腕立て伏せ(プッシュアップ)」…男子20回、女子15回 3セット

- 基本のやり方…①両手は肩幅より少し開いて下に伸ばし、手の指はまっすぐ前方に向ける。
 - ②頭からかかとまでが一直線になるように意識する。
 - ③肘を曲げていきカラダを床に近づけていく。肩甲骨を寄せるように！
 - ④フォームを崩さないように、身体を戻していく。

A：膝つき腕立て伏せ…腰や背中が曲がりすぎないように！膝から頭を一直線にする。

B：腕立て伏せ…基本のやり方です。

C：ハンドクラップ…基本のやり方に加えて、④のタイミングで体を勢いよく持ち上げて、その勢いで両手を浮かして空中で手を叩き、そのまま③の姿勢になる。

「上体起こし(クランチ)」…男子 20 回、女子 15 回 3 セット

- 基本のやり方…①仰向けに寝た状態で膝を曲げ、両手を後頭部で組む or 両腕を胸の前で交差して組む。
 - ②みぞおちとへそをひっつけるようなイメージで腹部にグッと力を入れ、肩甲骨が浮くくらいまで身体を浮かせる。反動をつけずに、背中を反らないようにする。
 - ③背中を反らないように、初めの姿勢に戻す。

A：クランチ…基本のやり方です。

B：ツイスト…基本のやり方に加えて、②のタイミングで上半身を左右にひねる。

C：V 字腹筋…足は伸ばし、手はバンザイの姿勢で仰向けになり、お尻を床につけたまま股関節を中心に、両足と両手を真上でタッチする。

「上体反らし(バックエクステンション)」…各強度で 3 セット

- 基本のやり方…①うつ伏せになって手を耳の横で浮かせた状態にする。
 - ②両足と胸をゆっくりと上げていく。上半身ばかり上げすぎないように注意。
 - ③ゆっくりと元に戻していく。

A：バックエクステンション…基本のやり方です。(男子 30 回、女子 20 回)

B：バッククロスエクステンション…手をバンザイの姿勢でうつ伏せになり、手足を浮かせたまま左手と右足、右手と左足のよう手足を交互に上げていく。(左右それぞれ男女 20 回)

C：ローイング…腕を頭の前に伸ばしてうつ伏せになり、基本のやり方②のタイミングで、わきを閉めるように腕を引いてくる。その後、カラダを戻すときに腕を前に出す。(男子 30 回、女子 20 回)

「スクワット」…男子 20 回、女子 15 回 3 セット

- 基本のやり方…①両足は肩幅に開き、つま先はやや外側に開いて、両手を胸の前で組む。
 - ②背すじを伸ばしたままお尻を後ろに突き出すように腰を落としていく。
 - ③お尻が膝より少し低くなる位置までもっていったら、膝を伸ばして元の姿勢に戻る。

A：クォータースクワット…基本のやり方③のお尻の位置を膝より少し上へ高めにする。

B：スクワット…基本のやり方です。

C：ジャンピングスクワット…基本のやり方③のタイミングでジャンプして戻る。

2. トレーニングの後はストレッチ！！

「開脚ストレッチ」…前、左、右をそれぞれゆっくり 10~20 秒

- ① 両足を大きく開き、背すじを伸ばして床に座る。両足をできるだけ左右に 90 度以上開いて、つま先は上に向ける。
- ② 背すじを伸ばしたまま、股関節からまげることを意識して、上体を前へゆっくりと倒す。
- ③ 膝が曲がったり、つま先が内側に向いたりしないようにする。
- ④ 前まげができれば、身体を①まで戻し、左右にも②と同様に倒す。

「太もものストレッチ」…片脚ずつ 10～20 秒

- ① 片足を伸ばして、もう一方は膝を曲げて座り、手は身体の後ろにつく。
- ② 曲げた足が太もも～お尻に沿うようにしてつける。※足の甲が床につくように座る。
- ③ 肘が床につくくらいまで上体を後ろに倒す。できる人は背中をつける。

「肩・胸部のストレッチ→腹部のストレッチ」…①、②10～20 秒→③10～20 秒

- ① 手を肩幅に開いて床につき、足は腰幅に開いて四つん這いの姿勢になる。
- ② 両手を前に出して伸ばしていきながら、胸を床に近づけていく。
- ③ 手をそのままの位置に置いたまま、上体を起こして腕を伸ばしながら腹部をつきだし反った姿勢になる。

「わき腹のストレッチ」…左右 10～20 秒

- ① 仰向けの状態で、両腕を左右に開き上体を安定させる。
- ② 右足(左足)を上げてまっすぐ伸ばし、左側(右側)に倒して体幹をひねっていく。
- ③ 倒したつま先を遠くへ伸ばすイメージで、上体はぶれないように気をつける。※両肩は床につけたまま！

「背中ストレッチ」…上、左、右をそれぞれ 10～20 秒

- ① 足を肩幅くらいに開いて立ち、手のひらが上を向くようにして頭上で手を組み、肘を伸ばす。
- ② 背すじをまっすぐにし、カカトを浮かさないようにして、背中を伸ばす。
- ③ 上へ伸ばしたら、左右にも上体を倒していき、気持ちいいところでキープする。