

「健康づくり」 (3年生選択科目)

3年生の選択科目で実施している「健康づくり」の授業では、生涯にわたり継続してできる運動の実施、健康的な体づくり、健康意識の向上を目的として週2時間の授業をおこなっています。

授業では様々な種目を実施するだけでなく、「いろいろな鬼ごっこ」「ボールよけ」「しっぽ集め」「お尻競走」「ボール集め」などレクリエーションも実施しています。

選択者は3年生1～4組の就職および専門学校・短大進学希望の女子で、授業ではみんな笑顔で元気よく活動しています。

