休校期間中の学習ワークシート　　第5学年　体育②

名前		取り組んだ日	月　　日(　　)
動画	小学5年生 体育②　心の健康	教科書	小学保健5・6年 P.8～P.20

○動画の先生が「動画を一度止めましょう」と言ったらプリントに自分の考えを書きましょう。書き終わったら動画を再生して答え合わせをしましょう。

「心はどこにあるのか」自分の考えを書きましょう。

心・・・脳(のう)のはたらき（　　）（　　性）（　　力）

心と体はどのように関係しているか？

心

うれしいとき

きんちょうしたとき

体

心

体

睡眠(すいみん)不足の時

適切な運動をしたとき

心と体は(　　)いる！

不安やなやみをもったとき、どのように対しょしているか、自分の考えを書きましょう

☆腹式呼吸をしてみよう！！

〇学習をふりかえりって、顔のマークに色をぬりましょう。

〇学習してわかったこと、たのしかったこと、もっと考えてみたいことを書きましょう。