# 5 年 生

## あらためて 手洗いを大切に

家の中で簡易テントを張り、電気を消して窓を開け、スマホをテントの外に出して川の音を流す。
おすすめです♪

問題 高校生にタイムスリップしたら入ってみたい部活は？
①ダンス部
②体操部
③ワンダーフォーゲル部

今年の大型連休はまさにＧ（ｶﾞﾏﾝ）Ｗ（ｳｨｰｸ）でした。時間とコースに気を付けてランニングをしました。走るとあせをかいて気持ちがいいです。

問題　部活は何部だったでしょう？
①話の流れ的に陸上部
②意外なコーラス部
③ランニングにもつながるサッカー部

GWは、朝４時半に起きて、子どもたちとトレーニング三昧でした。毎日公園貸し切り状態でした。背中や腰が筋肉痛でバキバキです。

問題 高校入学時に入ろうと思っていた部活は何でしょう？（結果：柔道部）
①　軽音楽部
②　アーチェリー部
③　将棋部

花だんの花が美しく咲きほこっていますよ！

# ５年　学習スケジュール表

嶮山小学校

| 校時 | 時間 ＼ 曜日 | 5/11(月) | 5/12(火) | 5/13(水) | 5/14(木) | 5/15(金) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 8:10 | 起きていますか！？生活リズムはくずさないようにしましょう！！ | | | | |
| | 8:25 | 健康観察をして自分の体調に気を配りましょう。 | | | | |
| | 8:40 | | | | | |
| 1 | 8:45<br>9:30 | 提出や課題を取りに来る時間として設定しています。**自分で入れかえて取り組みましょう。** | 国語<br>言葉の意味が分かること<br>第１時 | 国語<br>言葉の意味が分かること<br>第２時 | 国語<br>言葉の意味が分かること<br>第３時 | 国語<br>言葉の意味が分かること<br>第４時 |
| 2 | 10:15 | 国語<br>漢字スキル<br>１１・１２・１３ | 算数<br>変わり方を調べよう（１）<br>~~第５時~~ | 算数<br>変わり方を調べよう（１）<br>~~第５時~~ | 算数<br>変わり方を調べよう（１）<br>~~第５時~~ | 算数<br>変わり方を調べよう（<br>~~第６時~~ |
| | | | | | | |
| 3 | 10:35<br>11:20 | 算数<br>変わり方を調べよう（１）<br>~~第５時~~ | 理科<br>雲と天気の変化<br>第１時 | 理科<br>雲と天気の変化<br>第２時 | 体育<br>KENZAP<br>メニューから選ぼう | 社会<br>国土の気候と地形の特色<br>第４時 |
| 4 | 12:05 | 理科<br>フムロウ博士の資料室<br>第２時 | 社会<br>国土の気候と地形の特色<br>第１時 | 社会<br>国土の気候と地形の特色<br>第２時 | 社会<br>国土の気候と地形の特色<br>第３時 | 漢字スキル１４<br>日々のことを記録しよう<br>~~自主学習ノートに~~ |

**11日(月)**
**課題提出**
**＆配布　時程**
1組A
8:30
～9:00
1組B
9:00
～9:30
2組A
9:30
～10:00
2組B
10:00
～10:30
3組A
10:30
～11:00
3組B
11:00
～11:30

算数「変わり方を調べよう(1)」
月曜に第1時を行い、その後、
金曜に第5時となるように順番に
取り組みましょう。

**国語のノートにやりましょう！**

〇学校がある日の生活リズムを意識して、学習しましょう。
〇一日の生活リズムを整えていきましょう。

**ソーシャルディスタンス**

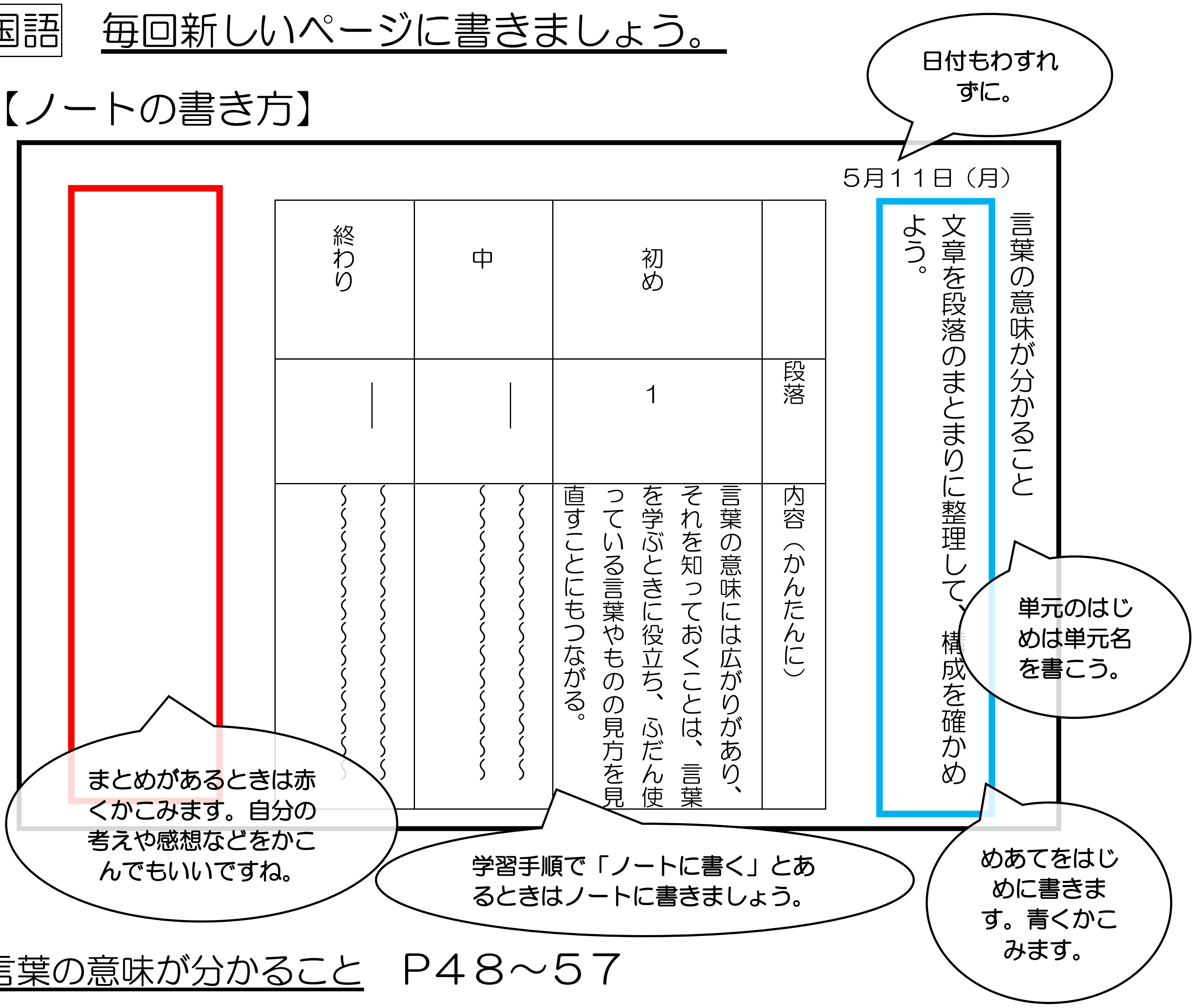
# ５年　休業中の学習課題　５．１１～

家庭学習が５月も続くことになりました。進め方で困ったことがあったら教えてくださいね。ノートの書き方を各教科紹介します。今後もこの書き方を生かして、学習の足あとがわかる自分にとってすてきなノートにしていきましょう。休業が明けてみんなのノートを見ることを楽しみにしています。

音読は、スケジュール表にそって学習している文章を、一日一回以上じっくりと読みましょう。可能な人はお家の人に聞いてもらい、サイン（またはハンコやスタンプ）をもらいましょう。

## 国語　<u>毎回新しいページに書きましょう。</u>

【ノートの書き方】




## <u>言葉の意味が分かること</u>　Ｐ４８～５７

<u>**第１時**</u>　１、めあてをノートに書く。

| 文章を段落のまとまりに整理して、構成を確かめよう。 |
|---|

２、Ｐ４８～Ｐ５３の全文を読む。

３、段落に番号を付ける。（１マス下がったところが段落が変わるところです。段落は全

部で⑫あります。）

4、文章を「初め」「中」「終わり」に分けるとすると、「初め」「中」「終わり」にあたるのがどの段落で、おおよそどういう内容になるかノートに表を書いてまとめる。（P５４「内容を整理した例」を参考に）

**第２時**　1、めあてをノートに書く。

| 中のまとまりや筆者の例のあげ方を考えよう。 |
|---|

2、P４８～P５３の全文を読み、文章のまとまりを振り返る。

初め　段落①　中　段落②～⑩　終わり⑪⑫　になります。

3、中を前半・後半の２つに分けるとしたら、前半はどの段落からどの段落までで、後半はどの段落からどの段落になるか、ノートに理由と共に書く。

中の前半は②～④段落、後半は⑤～⑩段落　になります。

前半は言葉の意味の広がりの説明、後半は筆者の考えの事例です。

4、P５７を全文読む。

5、中の後半（⑤～⑩段落）で筆者は２つの事例を、原因という言葉を使って説明している。その事例について、原因とその結果という関係をノートに書いて整理する。

| | | | |
|---|---|---|---|
| 例 | 事例① | 原因 | 自分が覚えた言葉を、別の場面で使おうとしてうまくいかなかった。 |
| | | 結果 | かむをふむと言いまちがえた。 |
| | 事例② | 原因 | 英語と同じ感覚で「食べる」という言葉を使った。 |
| | | 結果 | 「朝食にスープを食べました。」と言った。 |

**第３時**　1、めあてをノートに書く。

| 筆者の要旨をまとめよう。 |
|---|

2、初めと終わりの役割を考える。

どちらも筆者の考えが述べられていますが、終わりではこれまでの事例を受けてより筆者の考えがふみこんで示されています。

3、「見立てる」の学習を思い出したり、P５６を読んだりして、要旨をまとめる上で大切なことを確認する。

4、筆者の要旨を１５０字以内でまとめ、ノートに書く。

（P５４下段②の要旨のまとめ方を参考に）

・終わり（段落⑪⑫）の部分に注目しよう。
・題名の言葉や繰り返し使われている言葉に注目しよう。
・ぬき出すだけでなく、文章の意味が通じるように調整しよう。
・最初は字数にとらわれずに書き。最後に調整しよう。

5、自分が書いた筆者の要旨を読む。

【要旨の例】

言葉の意味には広がりがあり、適切に使うためには、そのはんいを理解する必要がある。つまり、言葉を学ぶときには、言葉の意味を「面」として理解することが大切になる。このことは、ふだん使っている言葉やものの見方を見直すことにもつながる。言葉を学ぶときには、「言葉の意味は面である」ことを考えてみてほしい。（１４７字）

**第４時**　１、めあてをノートに書く。

| |
|---|
| 筆者の考えに対する自分の考えをまとめよう。 |

２、Ｐ４８～Ｐ５３の全文を読む。

３、前時に自分が書いた筆者の要旨を読む。

４、自分の感じ方を手がかりに自分の考えをまとめる。（Ｐ５５まとめようを参考に）

・「その通りだ。」「そうかもしれない。」（共感、納得）

・「分からないな。」「そうなのだろうか。」（疑問）

【自分の考えの例】

わたしは筆者の意見に共感しました。筆者が例に出した動作と言い表し方が国によってちがうことにとてもおどろきました。動作と言葉を一対一で結び付けてしまうと、その国の言葉を理解しにくくなってしまうと考えたからです。今わたしは英語を習っていますが、一対一で結び付けて覚えようとするのではなく、言葉の意味の広がりがあることをふまえ、面で理解できるようにしていきたいです。

５、単元の学習感想をノートに書く。

・この学習でがんばったこと

・この学習で学んだこと　など

## 日々のことを記録しよう　Ｐ１６とＰ３１を参考に記録日記と読書記録に取り組む。

毎週金曜）自主学習ノートの日記と同じように週に１回日記を自主学習ノートに書く。

毎週金曜）１週間に１冊本を読み、Ｐ３１を参考に読書記録を自主学習ノートに書く。

## 漢字の広場　Ｐ４４

はじめに出したＰ４４「漢字の広場」の課題は終わっていますか。まだの人は自主学習ノートに取り組んでおきましょう。

１、自主学習のノートに教科書Ｐ４４に出ている漢字を使って、文や文章を書く。

例）本は分類して配置されています。

極力静かににして席にすわって本を読みます。

赤線が引かれているのが４年生で習った漢字です。ノートに書くときにも赤線を引くと分かりやすいですね。

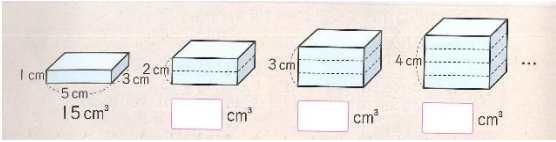
# 算数　毎回新しいページに書きましょう。（ノート記入例）

日付は書こう

５月１１日（月）

問題は青でかこもう

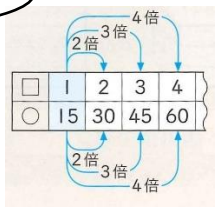
直方体の高さが 1cm、2cm、3cm…と変わると、体積はどのように変わりますか。



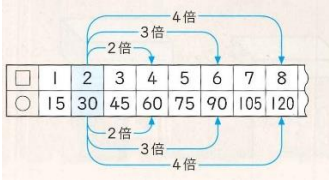

| 高さ□(cm) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 体積○(cm³) | 15 | | | | | | | |

直方体の高さ□cm と体積○㎤の関係を調べよう。

めあては青でかこもう




□高さが１のとき
15 ㎤から３０㎤へ変わるから、
３０÷１５＝２　２倍
４５÷１５＝３　３倍




□高さが２のとき
30㎤から６０㎤へ変わるから、
60÷30＝２　　２倍
90÷30＝３　　３倍
120÷30＝4　　４倍

２つの量□と○があり、□が２倍、３倍、…となると、それにともなって○も２倍、２倍、…になるとき、
「○は□に**比例**する」という。

まとめや感想は赤でかこもう

## 「変わり方を調べよう（１）」　P32～38

**第１時**　１、教科書Ｐ３２の①、②の表に数字を書き込む。
２、③の□の中に言葉を書き込む。
３、問題をノートに書く。

> 直方体の高さが 1cm、2cm、3cm…と変わると、体積はどのように変わりますか。

４、教科書Ｐ３３の直方体の図と体積をノートに書く。（コピー貼り付け可）
５、❶の表をノートに書いて、体積を記入する。（コピー貼り付け可）
６、めあてをノートに書く。

> 直方体の高さ□cm と体積○㎤の関係を調べよう。

７、❷について調べて、結果や気づいたことをノートに書く。
８、❸について調べて、結果や気づいたことをノートに書く。
９、Ｐ３４の上段を読み、今回の学習をノートにまとめる。（ノート記入例を参考）

**第２時**　１、教科書Ｐ３４の問題２をノートに書く。

> ❶ の直方体で、高さが 30ｃｍのときの体積を求めましょう。

２、直方体の体積の公式を使ってもとめ、ノートに式と答えを書く。
式：３×５×３０＝４５０　答え：450㎤
３、めあてをノートに書く。

> 比例の関係を使って体積の求め方を考えよう。

4、下の表をノートに書き写し、高さと体積が比例している関係を使って、
自分の考えをノートに書く。（コピー貼り付け可）

| 高さ □(cm) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 体積 ○(cm³) | 15 | 30 | 45 | 60 | 75 | 90 | 105 | 120 | 135 | 150 | |

5、４の考えをもとにＰ３５❶の問題を式を立てて解く。
式：１５×３０＝４５０　答え：450㎤

6、今回の学習で気づいたことをノートにまとめる。

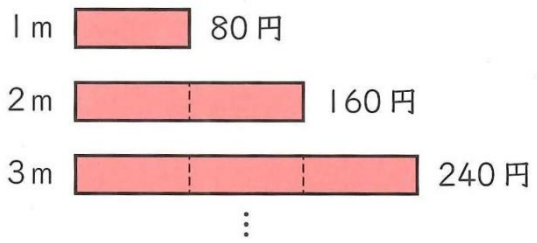
| |
|---|
| 比例の関係を使うと、表にない大きい部分の体積も計算で求めることができる。 |

7、▲❶の①②③の問題に取り組む。比例しているかどうかの理由もノートに書く。
比例しているときは、表にない大きな数（□＝１０）の式を考えてノートに書く。
**※練習問題の答えは算数の最後のページにあります。**

**第３時**　1、教科書Ｐ３６の❸の問題文をノートに書く。

| |
|---|
| １mのねだんが８０円のリボンがあります。買う長さが１m、２m、３m、…と変わると、代金はどのように変わりますか。 |

2、教科書Ｐ３６のりくくんの考えをもとに考える。




かけ算に似ていますね。

3、❶の表をノートに書き、リボンの代金○円は長さ□mに比例しているか矢印をひいて調べる。（コピー貼り付け可）

| 長さ □(m) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 代金 ○(円) | 80 | 160 | 240 | 320 | 400 | 480 | 560 | 640 |

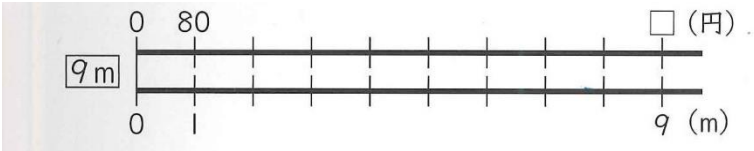
4、❶の表を数直線の図に表す。

5、数直線の図を使って、❸の問題に取り組む。

6、めあてをノートに書く。

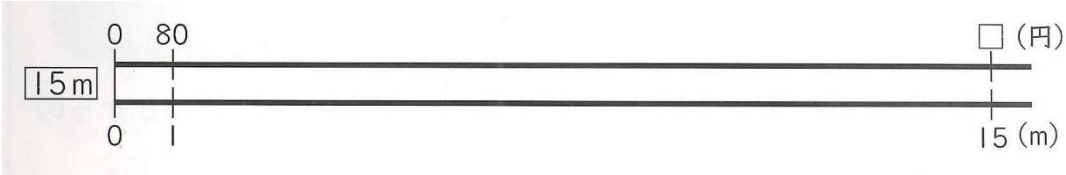
| |
|---|
| 数直線の図を使って、問題を解決しよう。 |

7、Ｐ３７の数直線をノートに書き写す。



8、数直線に矢印などをひいて、ノートに式と答えを書く。

9m：　８０×９＝７２０　答え：７２０円




9、Ｐ３７の数直線をノートに書き写す。

10、数直線に矢印などをひいて、ノートに式と答えを書く。

１５m：　８０×15＝１２００　答え：1200 円

１１、本時の学習をとおして気づいたことをノートにまとめる。

| |
|---|
| 数直線を使うと、より簡単に式をたてたり答えを求めたりすることができる |

**第４時**　１、ノートにめあてをノートに書く

| |
|---|
| 比例の考えをつかって問題をとこう |

２、教科書Ｐ３８の①の表に高さを直接書き込む。

式や表、気づいたことはノートに書く。

| 上がる階だんの数　□（だん） | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| １階からのゆかからの高さ　○（cm） | 15 | 30 | 45 | 60 | 75 | 90 | 105 |

３、比例しているか考え、ノートに式に表す。

比例している　　１５×□＝○

４、ノートに式と答えを書く。

式：15×４８＝720　　答え：720ｃｍ　7.2m

５、④はできる人はやりましょう。

（身近なところにも比例の関係が使われているね！）

６、Ｐ３９の「おぼえているかな」に取り組む。自分で○付けをする。

**第５時**　１、計算ドリル 11 に取り組む。

２、自分で○付けをして、間違えた問題に関しては、直しもする。

３、教科書Ｐ１３０～１３１の❸「変わり方を調べよう（１）」の問題に取り組む。

式と答えはノートに書く。自分で○付けをする。

【教科書の練習問題の答え】

▲❶

①比例している。　　２５×１０＝250　　答え：250 円

②比例していない。

③比例している。　　４×１０＝４０　　答え：４０㎠

# 理科　理科のノートに書きましょう

- 毎回新しいページを使って学習しましょう。
- 基本的に、教科書の流れにそってノートに書いていけば学習できます。
  「問題をつかもう」➡「問題」➡「予想と計画」➡「実験または観察」➡「結果」➡
  「結果から考えよう」の順で教科書に書かれています。
- 「実験」は実際にはできないので、教科書や、動画などを見て、内容をつかむ程度で良いです。
  学校が始まったら、実験をして学習を進めていく予定をしています。
  動画 URL…「NHK for School」 https://www.nhk.or.jp/school/

日付は必ず書きましょう。

問題やめあては青で囲む。

観察日は、天気や自然環境に注意して行いましょう。あくまでも、安全第一です。

観察方法は、教科書を読み、自分なりにまとめられるといいですね。

疑問や感想、メモがあれば青で書き足すといいです。

まとめは赤で囲む。

今日かしこくなったことや感想、もっとくわしく調べたいことなどを書いておこう。

## 「フムロウ博士の資料室」 P１７３～１９１

第２時　１、P１７８～１８０をゆっくりじっくり読む。

２、P１８１を読み、平均の求め方を教科書に書き込んで、練習する。

★家にあるものを使って、ふりこを作り実際に計測しても面白いですよ。

ふりこの材料…ひもや糸、小石や消しゴムなど重りとなるもの

ふりこについては、教科書P１１８・１１９を見てみよう！

## 「雲と天気の変化」 ～明日の天気なら任せて！目指せ、嶮山気象予報士！～ P８０～９４

第１時　１、P８０・８１を読み、学習のめあてを確認し見通しをもつ。

２、P８２の「問題」をうつし、自分なりの予想を書く。

| 雲のようすと天気の変化には、どんな関係があるのだろうか。 |
|---|

３、P８３にある「観察１」の手順にそってノートに記録する。

・２日間、午前と午後の１日３回、雲の観察をしましょう。

（天気や雲のようすが変化しそうな日に観察できると良いです。

続けて２日間でなくても良いです。）

・場所と時間を決めて、同じところで同じ時間に観察するようにしましょう。

（できれば、北の空を観察する。）

・雨の日に室内から空を観察しても良いです。

第２時　１、２日分の記録をもとに、P８４の「結果から考えよう」について、自分なりに考えたことを書く。

２、「まとめ」をノートに書く。

３、P８４・８５の「理科の広場」を読み、天気についての言い伝えや雲の種類について調べる。

４、わかったことを書く。

# 社会　毎回新しいページに書きましょう。

## 【ノートの書き方】

日付もわすれずに。

単元のはじめは単元名を書こう。

５月１１日（月）
国土の気候と地形の特色

地域によって気候にはどのようなちがいがあるのだろうか。

小笠原諸島と知床を比べると
・南北に約２５００キロはなれている。
・３月で比べると、２０度近く気温に差がある。
・さくらがさく時期にも大きな違いがある。

知床と奥日光を比べると
・２つの場所は１０００キロ近くはなれていて、奥日光は栃木県にある。

学習手順で「ノートに書く」とあるときはノートに書きましょう。

まとめがあるときは赤くかこみます。自分の考えや感想などをかこんでもいいですね。

## 国土の気候と地形の特色　Ｐ１８～２５　動画配信あり

**第１時**　１、地図帳で小笠原諸島（おがさわらしょとう）（東京都）と知床（しれとこ）（北海道）の位置を確かめる。
・地図帳Ｐ７６からのさくいんを使って調べましょう。

２、教科書Ｐ１８のア小笠原諸島の海、イ知床の海の写真を見比べる。
・同じ３月の写真だけどどのようなちがいがあるだろうか。
・オのグラフとも関連させて考えよう。
・日本は地域によって気候が大きくちがうことに気付いたかな。

３、めあてをノートに書く。

地域によって気候にはどのようなちがいがあるのだろうか。

４、Ｐ１９エやＰ１８カの地図も参考にして、小笠原諸島と知床を比べて気付いたことをノートに書く。

【ノートの例】
小笠原諸島と知床を比べると
・南北に約２５００キロはなれている。
・３月で比べると、２０度近く気温に差がある。
・さくらがさく時期にも大きな違いがある。

※かじょう書きで書くのもいいですね。

5、P１８イ、P１９ウ・エ・キの資料を使って知床と奥日光（おくにっこう）の３月の様子を比べて気付いたことや疑問をノートに書く。

【ノートの例】
知床と奥日光を比べると
・２つの場所は１０００キロ近くはなれていて、奥日光は栃木県にある。
・奥日光も３月はとても寒そう。
・３月の気温はあまり変わらない。奥日光の方が南にあるのになぜだろう。

6、P１９の学びのてびきを読む。
7、日本の各地の気候にはどうしてちがいが生まれるのか、次回から考えていきましょう。

**第２時**　1、P２０の解説「標高」を読み、P２０、２１の地図を見て知床（ウトロ）と奥日光の位置と標高を確かめる。
・知床（ウトロ）は２００m以下と低くて、奥日光は１０００m以上と高い。
・２つの場所の標高には大きなちがいがある。
・標高が１００m上がると気温は約０．６度下がると書いてある。
2、めあてをノートに書く。

気温のちがいには、地形が関係しているのだろうか。

3、地図帳 P１６～１８を使って日本の主な山地や平野、河川を調べ、P２０、２１の地図に書きこむ。
4、P２０のさまざまな地形の様子を読む。
5、書きこんだ地図を見て、日本の地形の特色をノートに書く。

【ノートの例】
日本の地形の特色
・全体的に山地や山脈が多く、特に真ん中に多い。
・関東平野はとても広い。
・平野には大きな川が流れている。
・入り組んだ海岸を見られる。

6、ノートにまとめを書く。

日本の地形は山地や山脈が多く、標高が高いところは気温が低い。

**第３時**　1、地図帳で東京と白川郷（ぎふ県）の位置を確かめる。
・地図帳 P７６からのさくいんを使って調べましょう。
2、教科書 P２２のア東京都心、イ白川郷の写真を見比べる。
・同じ2月の写真だけどどのようなちがいがあるだろうか。
3、めあてをノートに書く。

雨や雪のふる量には、何が関係しているのだろうか。

4、P２２の学びのてびき「気温と降水量のグラフを読み取る」を読み、P２２カやキのグラフや中段の地図を参考にして、東京と白川郷の降水量を比べて気付いたことをノートに書く。

【ノートの例】
東京と白川郷の降水量を比べると
・南北のちがいはあまりないけれど、降水量には大きな違いがある。
・東京は夏の降水量が多いが、白川村は冬に降水量が多い。
・白川村の冬の降水量が多いのは雪ではないか。

5、P２２中段の日本地図とク、ケ、コ、カのグラフの降水量を比べて気付いたことをノートに書く。

【ノートの例】
各地の降水量を比べると
・奄美市は他の都市よりも降水量がかなり多い。
・どの都市も６月や９月に降水量がだいたい多い。
・稚内市は冬も降水量が多い。

6、P２２、２３のイ、ウ、エ、オの白川郷の写真を見比べるとともに、P２２、２３の全文や資料を読む。
・日本には四季の変化があります。
・梅雨や台風が多くやってくる時期があります。
・季節風と山地のえいきょうによって夏に太平洋側で雨が多く、冬に日本海側で雪が多くなります。

7、ノートにまとめを書く。

雨や雪のふる量は、四季や梅雨・台風、季節風や地形が関係している。

**第４時**　1、【可能な人】
もくじのページのまなびリンクの QR コードから社会⇒５年生と進み、日本の白地図をプリントアウトする。そして、P２４のやってみようのように地形や気候の特色を、ふせんや直接短文で書く。
※仕上げた白地図は最後にノートにはるといいですね。

2、めあてをノートに書く。

日本各地の気候の特色のちがいをまとめよう。

3、P２５のように、これまで学んだ地域の気候の特色を、表にしてノートにまとめる。

【ノートの例】

| 地域 | 気候の特色 | 気候の特色に関係している条件 |
|---|---|---|
| 知床 | 冬の気温はかなり低い、夏もすずしい。 | 国土の北側に位置している。 |
| 小笠原諸島 | 冬でも暖かい。夏の気温は高い。 | 国土の南側に位置している。 |
| 奥日光 | 冬の気温はかなり低い。夏もすずしい。 | 標高が高い。 |
| 白川郷 | 冬に雪が多く降る。 | 日本海側に位置している。（季節風） |
| 東京 | 夏はむし暑く、冬は晴れが多い。 | 太平洋側に位置している。（季節風） |

４、Ｐ２５下段の空いている部分に言葉を入れて文をノートに書く。
※複数書けるといいですね。

【ノートの例】
日本の各地の気候にちがいがあるのは、＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿からだ。
・南北に細長い国土だ
・山地や山脈が多く、標高差がある
・梅雨や台風がある
・季節風と中央にある山地の地形がえいきょうしている

５、単元の学習のまとめをノートに書く。

日本各地の気候にちがいがあるのは、南北に細長い国土、山が多い地形、台風や梅雨、季節風などさまざまな条件があるからだ。

## 体育 期間限定開校「KENZAP（ケンザップ）」～運動を通して自分の身体と心をあやつる～

〇たくみな動きを高めるための運動をしよう。
・体育読本Ｐ１４の「短なわ」やなわとび検定表を参考に様々な跳び方に挑戦する。
・各種動画も参考に（NHKforSchool、Youtube
＜検索キーワード「なわとび　〇〇（技の名前）」等＞

〇体のやわらかさを高めるための運動をしよう
・体育読本Ｐ１０、１１の運動を見て、一人でできる運動をする。
（呼吸を止めないで、２０秒から３０秒間、左も右もゆっくりのばそう。）
・「ラジオ体操第一」　可能であれば取り組みましょう。ラジオ体操は第二もありますよ。

〇力強い動きを高めるための運動をしよう。
・体育読本Ｐ１７の運動を見て一人で行う運動
＜うで立てふせ（回数）、うで立て歩き（距離）、うで立てふくが、かさ回り＞に挑戦する。

〇セルフ体力テストをしよう。
・体育読本Ｐ１４７～１５１を見て、できそうな種目にちょうせんしよう。
例）上体起し、長座体前くつ、反復横とび、立ちはばとび等
※必ず**準備体操**をして、**おうちの人に許しをえて**からちょうせんするようにしよう！

**横浜市平均**と比べて自分の記録はどうだったかな？

## その他

・自主学習でやっていなかった課題に取り組もう。