

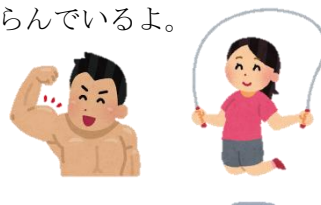
休校中の理科はここを読もう！

～教科書 P86-P90 ヒトの体のつくりと運動～

ポイント

1 体を動かすとき、みんなの体は どんなつくりをしていて どんな うごきをしているか考えてみよう！

- ・ジャンプするときには、足やこしが曲がっているよ。
- ・力をいれたときには、たいそうせんしゅ のように うでや 足が ふくらんでいるよ。
- ・うでの中で ほねがどのように 動いているかな？



86 ページ

87 ページ

ポイント

2 ヒトの体には かたくてじょうぶな 『ほね』 と やわらかい 『きん肉』 がある

- ・体の中には かたいところ と やわらかいところがあるね。
- ・ヒトの体はたくさんのほねでささえられている。
- ・体の中で 曲げられるところは どこにあるかな？

どこが曲がるかな？



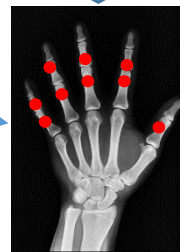
88 ページ

ポイント

3 体の中には、曲げられるところがたくさんあり、どこもほねとほねの つなぎめだった。このつなぎめを 関節 という

- ・体の中には、曲げられるところと曲げられないところがある。
- ・よく曲がる場所や反対には曲がらないところがある。
- ・ひじとひざは 動きがにているね。
- ・関節があってもほねだけでは体は曲がらない。どうやって体を動かすのかな？

かんせつ
関節



89 ページ

90 ページ

ポイント

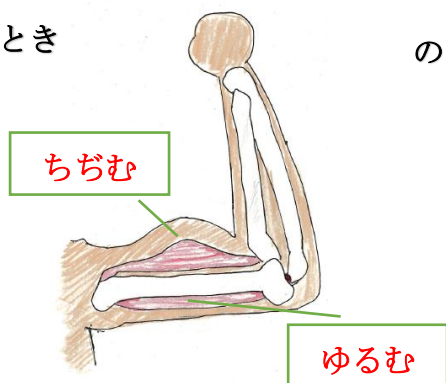
4 ヒトの体は、いろんなきん肉がちぢんだり、ゆるんだりすることで動かすことができる 力をいれると、きん肉はちぢみ かたくなる。

- ・自分のうでを曲げたり、のぼしたりしたときのきん肉の「ようすを手でさわってたしかめよう！
- ・重いものをもったとき、きんにくはかたくなった。
- ・曲げるときだけではなく、のぼすときもきん肉は動いているね。

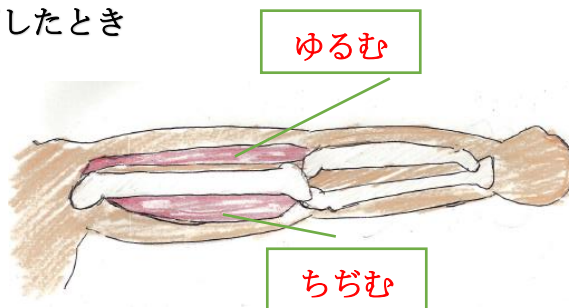
91 ページ

92 ページ

曲げたとき



のぼしたとき



☆教科書96ページの「たしかめよう」をやってみましょう！