小学3年　体育

健康な生活

1日の 生活の しかたと まわりの かんきょう

自分で 考えて 書きましょう。わからない ときは、QRコードで 動画の 場面を 見よう。

(1) 「夜 おそくまで ゲーム」「外で 体を 動かす」「食事の 前に 手あらい」の 中で、健康の ために 見直した ほうが よいのは どれですか。

動画で 見る
場面 3
「どれも 大切」

(2) へやの 空気を 入れかえる ことを 何と いいますか。

動画で 見る
場面 5
「まわりの かんきょう」

小学3年　体育　答え

健康な生活

1日の 生活の しかたと まわりの かんきょう

1 「夜 おそくまで ゲーム」「外で 体を 動かす」「食事の 前に 手あらい」の 中で、健康の ために 見直した ほうが よいのは どれですか。

ヒント 運動・食事・休養・すいみん の どれが 足りなく なるかな。

答え **「夜 おそくまで ゲーム」です。すいみんが へって、つぎの 日の 調子に ひびく ことが あります。**

2 へやの 空気を 入れかえる ことを 何と いいますか。

ヒント 「かん」から 始まる 言葉です。

答え **かん気です。まどを あけるなどして 空気を 入れかえます。**