新体力テスト

Human Body & Energy

01 よんでみよう



元気に体を動かし、心臓の動きや息づかい（エネルギー）をたしかめる

Today we run and play outside! "Run, jump, and stop!" calls our teacher. After running across the yard, I feel my heart beating fast: thump, thump! I breathe fast and take in lots of fresh air, too. Our heart pumps blood to every muscle, and each strong muscle helps us jump and run. My body uses lots of energy when I exercise! We sit in the shade, drink cool water, and feel happy to move our bodies.

日本語でたしかめよう

今日は校庭で思いきり体を動かします！「走って、跳んで、止まって！」と先生が声をかけました。校庭を走ったあと、胸に手をあてると心臓がトクトクと速く打っているのが分かります。息も深く吸って、たくさん空気を吸い込みました。心臓は全身の筋肉へ血液を送り、筋肉は走ったり跳んだりする力になります。運動すると、体はたくさんのエネルギーを使います。木陰で休んで冷たい水を飲み、体を動かす楽しさを感じました。

02 ことばをあつめよう

English	日本語
heart	心臓
breathe	呼吸する・息をする
muscle	筋肉
energy	エネルギー

03 つかってみよう

- **Run, jump, stop!** 走って、跳んで、止まって！
- **I can jump.** 跳べます。
- **Let's take a break.** 休憩しよう。

04 きいて、えらぼう

短いお話を2回きこう。聞こえた内容に合う答えを一つえらんでね。

大人の方へ：3ページ目の「読み上げ用のお話」を、答えを見せずに読んでください。

1. 最初にすることは？

○ Jump.　○ Run.

2. 走ったあと心臓は？

○ It beats faster.　○ It stops.

05 ことばをいれてみよう

下のことばを一つずつ使おう。声に出して答えてもいいよ。

breathe　energy　heart

1. My （　　） beats faster.
心臓が速く打ちます。

2. I （　　） faster after running.
走ったあと呼吸が速くなります。

3. My body uses （　　）.
体はエネルギーを使います。

06 いっしょにやってみよう

体調に合わせて指を開いたり閉じたりし、動きを助ける筋肉を考えよう。

答え合わせをしよう

読み上げ用のお話

First, we run. Next, we jump. Then, we stop and rest. My heart is beating faster after I run.

04 聞き取りの答え

1. **Run.**
   First, we run. と言っています。
2. **It beats faster.**
   beating faster は「より速く打つ」です。

05 穴埋めの答え

1. **heart**
   My heart beats faster.
2. **breathe**
   I breathe faster after running.
3. **energy**
   My body uses energy.

教える方へ

運動の速さや回数を競わせず、観察と言葉を学ぶ活動として扱います。

本文の目安は英語約400文字です。難しい概念の語は、絵や日本語で意味が分かれば十分。幼児は指さしとまね、小学生は一文で答える活動から始めましょう。