

## 3年1組 時間割

みなさん、学習や生活のリズムは、くずれていませんか？漢字や計算のれんしゅうは、毎日やっていますか。いよいよ5月もさいしゅうの週になりました。がんばりましたね。後少し、自分にあったやり方をくふうしてのりきりましょう。学校がさいかいしても今までとは、ちがうことまでてくるでしょう。でも前向きに考えて進みましょう。さあ、8時50分、よいは、いいですか？まずは、「[しょしゅたいそう](#)」でウォーミングアップ☆彌（[新体力テスト](#)）のファイルをのせました。上体おこしなどできることを生活の中に取り入れていきましょう。）

	5月25日（月）	5月26日（火）	5月27日（水）	5月28日（木）	5月29日（金）					
	きょうか	きょうか	きょうか	きょうか	きょうか					
1 9時～	算数	大きい数の筆算 P50 ♣くり上がりが何回あっても百の位までくり上がってもこれまで同じしかたで筆算できる。 ①② ①347+178 ②763+459 筆算する。ノートをかくにんする。 ②♣まとめをかくにんする。 ③△3の問題をとく。 計ド⑩を計ドノートにとく。 ※よゆうのある人は、計ド⑯⑯もタイムを測ってといてみよう。	国語	俳句 ①「お話のくにクラシック」を見て俳句について学ぼう。 ②教科書P85～87を音読する。 ③漢ド④を漢ドノートに書く。	国語	図工のページにいきましょう。  「たからの地図」を作ろう！	国語	ふりかえり ①「もっとしりたい、ともだちのこと」を聞く。 ②動画を見てかくにんする。 ③「せつめい文」のことばのいみ問題をといて、答え合わせをする。 ⑤漢ド⑤世⑥界・横をなぞり、漢ドノートに練習する。	国語	ことばの学習 ①ひょうたんからことば第5回「旅」を見る。 ②漢ド⑦に挑戦する。
2	国語	かんけいをとらえよう 全体と中心 P59 ①本文を読む。 ②話の中心を考えて、「問い合わせ」と「答え」を見つける。答え合わせをする。 ③漢ド⑧を漢ドノートに書く。	理科	「ふしき」を楽しもう ①「ふしきだいすき」第3回「びっくり！あおむし大へんしん」をみる。 ②おまかせ教室 e ライブラリ 3年理科「チョウの育ち方」にちようせんする。	国語	つづきをがんばって！ 	国語	書写 毛筆のじゅんびをしよう ①用具のじゅんびをしよう。 ②用具のかたづけをしよう。 ③書く時のせいをかくにんする。 ④筆の持ち方 ⑤えんぴつの持ち方 ⑥うでのつかいかた ⑦横画の書き方	音楽	音楽のページに行きましょう。 
3	体育	体ほぐし ①超ラジオ体操をする。 ②はりきり体育ノ介 第15回「開脚跳び」を見る。 ③ストレッチマン・ゴールド 第2回を見る。ストレッチをする。	算数	3けたの数のひき算 P51 ①絵を見ながら、問題①をとく。 ②♣まとめをかくにんする。 ③△1の問題をとく。 ④計ド⑨の①をドリルにといてかくにんしたら、計ド⑩を計ドノートにとく。 一の位から順に計算する。 くり下がりにも気をつけよう。	国語	ふりかえり ①「どきん」を読む。 ②ことばのいみ問題をといて、答え合わせをする。 ③「きつつきの商売」を読む。 ④ことばのいみ問題をといて、答え合わせをする。 ⑤漢ド⑪遊・全・短をなぞり、漢ドノートに練習する。	社会	わたしたしの新宿区 P14、15 ①P14,15を読もう。 ②新宿区で調べる地図をかくにんする。鶴巻小学校は、何地図に入るかな。（答えP18） ③コノマチ☆リサーチで川について学ぶ。わかったことやかんそうをノートに書こう。	体育	体ほぐし ①超ラジオ体操をする。 ②はりきり体育ノ介 第21回「ドッジボール」を見る。 ③ストレッチマン・ゴールド 第19回を見る。ストレッチをする。



[時間割へ](#)

(考えたこと)

(わかったこと)

月 日( )  
(マーク)  
3年 番( )

## 6

### 全体と中心

前

- 次の話の中心はどこか、考えましょう。
- 「問い合わせ」に線を引きましょう。
- 「問い合わせ」にたいする「答え」をさがして、線を引きましょう。



五月になりましたが、新しい学年にはなれましたか。どんどん楽しい学校にしていきたいですね。それでは、学校のみんなで楽しく生活するには、どうしたらいいのでしょうか。  
遊んだり、歌を歌ったりするのもいいでしょう。でも、大切なのは、あいさつです。あいさつは、したほうも、されたほうも気もちよくなりますね。まずは、毎日のあいさつからはじめましょう。

・この話の中心をまとめて書きましょう。

学校のみんなで楽しく生活するには、  
あいさつを大切にすることだ。

正しいいみをえらんで、( ) に〇をしましょう。

3年( )

3 「説明文 言葉遊び・こま」

- ① P48 言葉遊びに親しむ。  
ア( ) すごいものとしてつき合う。  
イ( ) みちがなものとしてふれる。
- ② P50 さまざまなくふうをする。  
ア( ) よいやり方を考えること。  
イ( ) きれいにかざること。
- ③ P51 色のかわるのがとくちょうだ。  
ア( ) 当たり前であるところ。  
イ( ) とくに目立つところ。
- ④ P51 中がくうどうになっている。  
ア( ) いっぱいに。  
イ( ) 空っぽに。
- ⑤ P54 小さなくぼみを作る。  
ア( ) もりあがったところ。  
イ( ) へこんだところ。
- ⑥ P55 バランスをとる。  
ア( ) ちょうどい。  
イ( ) つりあい。

正しいいみをえらんで、( ) に〇をしましょう。

3年( )

3 「説明文 言葉遊び・こま」

- ① P48 言葉遊びに親しむ。  
ア( ) すごいものとしてつき合う。  
イ( ) みちがなものとしてふれる。
- ② P50 さまざまなくふうをする。  
ア( ) よいやり方を考えること。  
イ( ) きれいにかざること。
- ③ P51 色のかわるのがとくちょうだ。  
ア( ) 当たり前であるところ。  
イ( ) とくに目立つところ。
- ④ P51 中がくうどうになっている。  
ア( ) いっぱいに。  
イ( ) 空っぽに。
- ⑤ P54 小さなくぼみを作る。  
ア( ) もりあがったところ。  
イ( ) へこんだところ。
- ⑥ P55 バランスをとる。  
ア( ) ちょうどいい。  
イ( ) つりあい。

正しいみをえらんで、( ) に○をしましょう。

3年( )

## 2 「きつつきの商売」

- ① P16 えりすぐりの木  
ア( ) 高いねんだんで売れること。  
イ( ) えらびにえらびぬくこと。
- ② P17 しようちしました。  
ア( ) たのみを聞き入れること。  
イ( ) 分かるようになること。
- ③ P18 こっくりうなずきました。  
ア( ) 分かったと首をたてにふる。  
イ( ) 大きな声でへんじをする。
- ④ P19 うつとり聞いていました。  
ア( ) ねむそうに。  
イ( ) いい気持ちで。
- ⑤ P20 できたてのメニュー。  
ア( ) もうすぐできること。  
イ( ) てきて間もないこと。
- ⑥ P22 □に言いました。  
ア( ) 物を食べながら。  
イ( ) おおぜいがそれぞれに。
- ⑦ P24 いいんとだまって、目をとじました。  
ア( ) しうまりかえるようす。  
イ( ) ぼんやりしているようす。

正しいいみをえらんで、( ) に○をしましょう。

3年( )

## 2 「きつつきの商売」

- ① P16 えりすぐりの木  
ア( ) 高いねだんで売れること。  
イ( ) えらびにえらびぬくこと。
- ② P17 しょうちしました。  
ア( ) たのみを聞き入れること。  
イ( ) 分かるようになること。
- ③ P18 こつくりうなずきました。  
ア( ) 分かったと首をたてにふる。  
イ( ) 大きな声でへんじをする。
- ④ P19 うつとり聞いていました。  
ア( ) ねむそうに。  
イ( ) いい気もちで。
- ⑤ P20 できだてのメニュー。  
ア( ) もうすぐできること。  
イ( ) できて間もないこと。
- ⑥ P22 □々に言いました。  
ア( ) 物を食べながら。  
イ( ) おおぜいがそれそれに。
- ⑦ P24 しゃんとだまって、目をとじました。  
ア( ) しずまりかえるようす。  
イ( ) ぼんやりしているようす。

正しいみをえらんで、( ) に〇をしましょう。

3年( )

1 「どきん」 谷川 俊太郎 問題

①P13 いんりょくをかんじる。

ア( ) ものを強くおしつける力。

イ(○) ものとものが、引き合う力。

②P13 ろうかがみしめしする。

ア( ) ものがはやく回った時に出る音。

イ(○) いたなどがまがつた時に出る音。

③ 「だれかがふりむいた！」の読み方は？

ア( ) 声を弱めて読む。

イ(○) 声を強めて読む。

④ 「どきん」とありますか、どんな気持ち？

ア(○) びっくりしたなあ。

イ( ) ふしぎだなあ。

正しい読み方をえらんで、( ) [ ] のをしましょう。

3年( )

1 「どきん」 谷川 俊太郎 問題

①P13 いんりょくをかんじる。

ア( ) ものを強くおしつける力。

イ( ) ものとものが、引き合う力。

②P13 ろうかがみしめしする。

ア( ) ものがはやく回った時に出る音。

イ( ) いたなどがまがった時に出る音。

③ 「だれかがふりむいた！」の読み方は？

ア( ) 声を弱めて読む。

イ( ) 声を強めて読む。

④ 「どきん」とありますか、どんな気持ち？

ア( ) びっくりしたなあ。

イ( ) ふしぎだなあ。

5/29(金) P.56

9000になる計算を考えよう。

$$\begin{array}{r} \textcircled{3} \\ 5074 \\ + 3926 \\ \hline 9000 \end{array}$$

一の位はたすと  
10になる。

$$\begin{array}{r} \textcircled{1} \\ 7432 \\ + 1568 \\ \hline 9000 \end{array}$$

\*十の位と百の位は  
たすと9になると。

$$\begin{array}{r} \textcircled{2} \\ 2857 \\ + 6143 \\ \hline 9000 \end{array}$$

千の位はたすと  
8となる。

(ほかにも作ろう!)

$$\begin{array}{r} 3204 \\ + \square\ \square\ \square\ \square \\ \hline 9000 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} \square\ \square\ \square\ \square \\ + 2487 \\ \hline 9000 \end{array}$$

③  $5000 - 1748 = 3252$

(答え)

3252円

$$\begin{array}{r} 5000 \\ - 1748 \\ \hline 3252 \end{array}$$

P.56 たしかめよう

①

$$\begin{array}{r} 242 \\ + 731 \\ \hline 973 \end{array}$$

②

$$\begin{array}{r} 482 \\ + 264 \\ \hline 746 \end{array}$$

③

$$\begin{array}{r} 378 \\ + 557 \\ \hline 935 \end{array}$$

④

$$\begin{array}{r} 926 \\ + 74 \\ \hline 1000 \end{array}$$

⑤

$$\begin{array}{r} 607 \\ + 893 \\ \hline 1500 \end{array}$$

⑥

$$\begin{array}{r} 5423 \\ + 1387 \\ \hline 6810 \end{array}$$

5/28(木) P.54~

大きい数の筆算

Ⓐ

$$\begin{array}{r} 2483 \\ + 7156 \\ \hline 9639 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \times 56 \\ - 2483 \\ \hline 4673 \end{array}$$

Ⓑ

$$\begin{array}{r} 5102 \\ + 4398 \\ \hline 9500 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \times 02 \\ - 4398 \\ \hline 704 \\ \text{50} \\ \text{-43} \\ \hline 7 \end{array}$$

できぬ！

③ 4位数 にあっても やり方は同じ。

Ⓐ ①

$$\begin{array}{r} 1346 \\ + 5287 \\ \hline 6633 \end{array}$$

②

$$\begin{array}{r} 6293 \\ + 1407 \\ \hline 7700 \end{array}$$

③

$$\begin{array}{r} 7321 \\ + 486 \\ \hline 7807 \end{array}$$

④

$$\begin{array}{r} 3948 \\ + 52 \\ \hline 4000 \end{array}$$

Ⓐ ⑤

$$\begin{array}{r} 267 \\ + 9135 \\ \hline 9402 \end{array}$$

Ⓐ ⑥

$$\begin{array}{r} 3626 \\ - 1483 \\ \hline 2243 \end{array}$$

⑦

$$\begin{array}{r} 5925 \\ - 4987 \\ \hline 1048 \end{array}$$

⑧

$$\begin{array}{r} 5283 \\ - 917 \\ \hline 4376 \end{array}$$

⑨

$$\begin{array}{r} 4803 \\ - 48 \\ \hline 4965 \end{array}$$

P.53

△⑨

$$\begin{array}{r} 5 \cancel{9} \\ \times 0 0 \\ \hline 5 9 2 \end{array}$$

△⑩

$$\begin{array}{r} 8 \cancel{9} \\ \times 0 5 \\ \hline 7 \end{array}$$

△⑪

$$204 - 47 = 157$$

(答え) 157ページ

$$\begin{array}{r} 204 \\ - 47 \\ \hline 157 \end{array}$$

$$⑫ 204 - 102 = 102$$

$$\begin{array}{r} 204 \\ - 102 \\ \hline 102 \end{array}$$

5/27(水) P.53～

△⑬

1000 - 265 の計算

$$⑭ 1000 - 300 = 700$$

答えは、700くらいになるよ。

△⑮

$$1000 - 265 = 735$$

\*順に下ろす!!

$$\begin{array}{r} 1000 \\ - 265 \\ \hline 735 \end{array}$$

からず順に

ひねり!!

⑮

かならず

上の位からじゅんにくり下げる。

△⑯

$$\begin{array}{r} 1000 \\ - 521 \\ \hline 479 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 1000 \\ - 382 \\ \hline 618 \end{array}$$

⑰

$$\begin{array}{r} 1000 \\ - 46 \\ \hline 954 \end{array}$$

⑰

4けたにならば  
同じように計算  
できそうだ。

△⑲

$$\begin{array}{r} 284 + 716 \\ 990 + 10 \\ 999 + 1 \end{array} \quad \left. \begin{array}{l} 1303 \\ \text{考えられるね!} \end{array} \right\}$$

5/26(火)

⑨

$$\begin{array}{r} 507 \\ - 86 \\ \hline 421 \end{array}$$

⑩

$$\begin{array}{r} 624 \\ \times 34 \\ \hline 258 \\ 176 \\ \hline 476 \end{array}$$

⑪

$$\begin{array}{r} 754 \\ \times 5 \\ \hline 287 \\ 578 \end{array}$$

⑫

$$\begin{array}{r} 532 \\ \times 49 \\ \hline 49 \\ 593 \end{array}$$

5/27(水) P.52~

②

402 - 175 の筆算は？

⑤  $400 - 200 = 200$

答えは、200よりも大きくなる。

$$\begin{array}{r} 227 \\ + 175 \\ \hline 402 \end{array}$$

↓  
~~302~~  
 - 175  
 227  
 ↓  
 もと

① 2-5はできない。  
 ② +9位は0。  
 ③ 百の位から十の位へ  
 9のじて -の位へ  
 下げる。

下げるのは、あべこべだ!!

△

①

$$\begin{array}{r} 439 \\ \times 08 \\ \hline 279 \\ 129 \end{array}$$

②

$$\begin{array}{r} 899 \\ \times 05 \\ \hline 608 \\ 297 \end{array}$$

③

$$\begin{array}{r} 694 \\ \times 02 \\ \hline 644 \\ 58 \end{array}$$

④

$$\begin{array}{r} 298 \\ \times 00 \\ \hline 292 \\ 8 \end{array}$$

⑤

$$\begin{array}{r} 494 \\ \times 03 \\ \hline 76 \\ 427 \end{array}$$

⑥

$$\begin{array}{r} 194 \\ \times 06 \\ \hline 18 \\ 188 \end{array}$$

⑦

$$\begin{array}{r} 294 \\ \times 07 \\ \hline 69 \\ 238 \end{array}$$

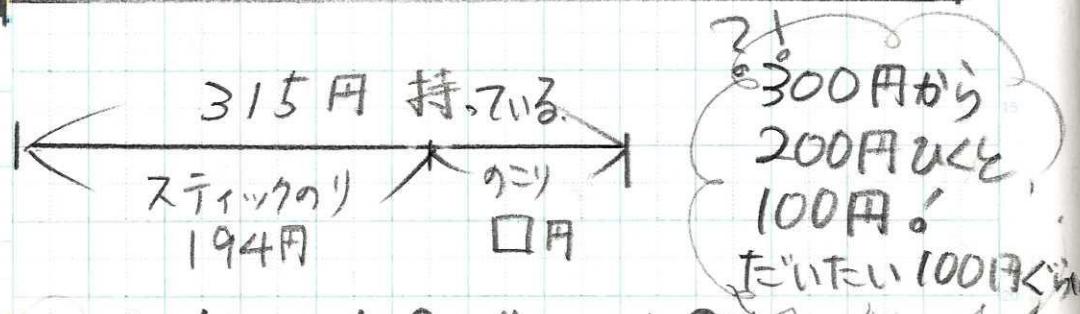
⑧

$$\begin{array}{r} 897 \\ \times 01 \\ \hline 3 \\ 798 \end{array}$$

5/26(火)

3位数 - 3位数の計算ができるか。

もえさんは315円持っています。  
94円のステッカーリを買うと、何円  
かかりますか。



$$\textcircled{1} \quad 315 - 194 = 121$$

(答える) 121円

$$\begin{array}{r} 3\overset{2}{1}\overset{4}{5} \\ - 1\overset{2}{9}\overset{4}{4} \\ \hline 121 \end{array}$$

② 引き算の筆算は、  
3けたになつても位を  
そろえて書き、一の位から  
じゅんに位ごとに計算する。

①

$$\begin{array}{r} 765 \\ - 413 \\ \hline 352 \end{array}$$

②

$$\begin{array}{r} 587 \\ - 324 \\ \hline 263 \end{array}$$

③

$$\begin{array}{r} 6\overset{8}{4}\overset{2}{3} \\ - 365 \\ \hline 328 \end{array}$$

④

$$\begin{array}{r} 4\overset{2}{3}\overset{2}{2} \\ - 126 \\ \hline 306 \end{array}$$

⑤

$$\begin{array}{r} 9\overset{1}{2}\overset{4}{0} \\ - 914 \\ \hline 6 \end{array}$$

⑥

$$\begin{array}{r} 7\overset{9}{1}\overset{5}{0} \\ - 5 \\ \hline 705 \end{array}$$

⑦

$$\begin{array}{r} 6\overset{5}{3}\overset{4}{8} \\ - 271 \\ \hline 367 \end{array}$$

⑧

$$\begin{array}{r} 8\overset{2}{4}\overset{9}{9} \\ - 73 \\ \hline 276 \end{array}$$

時間割へ

5/25(月) P50~

## 3位数+3位数の筆算のしかた

2

①

$$\begin{array}{r} 347 \\ + 178 \\ \hline 5\overset{\wedge}{2}\overset{\wedge}{5} \end{array}$$

②

$$\begin{array}{r} 763 \\ + 459 \\ \hline 122\overset{\wedge}{9} \end{array}$$

くり上がりでも同じ。

ま) くり上がりが何回あっても、百の位で  
くり上がっても、これまでと同じやり方で  
筆算できる。

3

①

$$\begin{array}{r} 196 \\ + 739 \\ \hline 9\overset{\wedge}{3}\overset{\wedge}{5} \end{array}$$

②

$$\begin{array}{r} 264 \\ + 148 \\ \hline 4\overset{\wedge}{1}\overset{\wedge}{2} \end{array}$$

3

③

$$\begin{array}{r} 379 \\ + 62 \\ \hline 4\overset{\wedge}{4}\overset{\wedge}{1} \end{array}$$

④

$$\begin{array}{r} 26 \\ + 785 \\ \hline 8\overset{\wedge}{1}\overset{\wedge}{1} \end{array}$$

3

⑤

$$\begin{array}{r} 205 \\ + 398 \\ \hline 6\overset{\wedge}{0}\overset{\wedge}{3} \end{array}$$

6

$$\begin{array}{r} 487 \\ + 17 \\ \hline 5\overset{\wedge}{0}\overset{\wedge}{4} \end{array}$$

7

$$\begin{array}{r} 623 \\ + 514 \\ \hline 113\overset{\wedge}{7} \end{array}$$

8

$$\begin{array}{r} 407 \\ + 834 \\ \hline 124\overset{\wedge}{1} \end{array}$$

9

$$\begin{array}{r} 942 \\ + 58 \\ \hline 10\overset{\wedge}{0}\overset{\wedge}{0} \end{array}$$

5) 一の位から順にたしていく。

# しん きい りょく 新体力テストの行い方

## 跳 算



- 足元計の筋が外縫になるように着つ
- 両足を離し、脚を下げてまっすぐに立つ
- 筋力計が身体や衣服に触れないように強く握る
- 左右交互に2回ずつ行う

## おこな かた 上体起こし



- マットにおおむけに腹で両手を強く握り、両膝を胸の前で組み、両脚を90度に曲げる
- おさえる人は、両膝を抱え込み、しっかりと固定する
- 「始め」の合図で両脚と両ももがつくまで上体を起こす
- そのまま、マットに背中をつづけ、座っている位置に戻る
- 30秒間にできるだけ多く繰り返し、回数を記録する 1回行う

## 寝 座 体 前 弯



- 両手を筋の間に入れて腰屈筋をとどる  
背中とお尻を筋につづけ、両手を腰筋に開き、手のひらを下に置いて、手のひらの中突き筋と腰筋の手筋にかかるように強く両筋を伸ばしたまま、両手で筋を手筋に十分引き寄せせる
- 両手を筋の上から離さず、筋が痛がらないように注意して、ゆっくり息を吐きながら前屈する
- 筋が一歩縮くになった筋に手を離す
- 筋の位置距離をものさして計算する 2回行う

## 反 積 橋 と び



- 中央のラインを走りたいで立つ
- 「始め」の合図で右脚のラインを越すか、触れるまでサイドステップする
- 中央のラインに渡り、さらに左脚のラインを越すか、触れるまでサイドステップする
- この動きを20秒間繰り返し、それぞれのラインを越すことに、1点とする 2回行う

### 新体力テストにおける具体的目標値(男子)

年齢	跳 算 (回)	上体起こし (回)	寝 座 体 前 弯 (cm)	反 積 橋 と び (回)	20mシルバラン (回)	50m走 (秒)	立 積 橋 と び (回)	ソフターボル (m)	筋力評定 (点)
6歳	10	12	26	26	21	11.4	116	9	33
7歳	11	15	28	33	31	10.5	127	12	40
8歳	13	17	30	36	40	9.9	137	16	46