**中学校１年　体育理論　学習プリント　No.３**１年　　組　　番　氏名

**運動やスポーツの多様性　～運動やスポーツの多様な楽しみ方～**

【ねらい】

この学習では、皆さんが、世代や機会に応じて，生涯にわたって運動やスポーツを楽しむために必要なことを理解し、運動やスポーツの多様な楽しみ方について、具体的に考えてもらうことをねらいとしています。

【学習のすすめ方】

まずは、何も見ずに解説を読みながら、自力で問題に取り組んでみよう。

そして、問題５が終わり、解説１まで読み終わったら、教科書や副読本、参考資料、辞書、ウェブサイト等を見て確認し、間違ったところを**赤**で修正したり、さらに良い解答にするために**赤**で書き加えたりしてみよう。（解答に自信があっても、教科書は必ず読んで確認し、解答をレベルアップさせよう。）

その後に、学習したことについて、振り返ってみよう。

問題１　これまでに運動やスポーツを行って、楽しかったのは、どのような時でしたか。思い出して、書いてみよう。また、もし楽しかった経験がなければ、どのように運動やスポーツを行うと楽しめるか、考えて書いてください。

問題２　これまでに一緒に運動やスポーツを行った中で、楽しめなかった時は、どのような時でしたか。思い出して、書いてみよう。また、もし楽しめなかった経験がなければ、どのように運動やスポーツを行うと楽しめないか、考えて書いてください。

問題３　次の文は、運動やスポーツの多様な行い方について書かれた文です。（　　）に当てはまる語句を入れてください。

　　　　ヒント：１、２、６、７、８、９は漢字2文字。３，４，５はカタカナ3文字。

（１　　　　）を維持したりする必要性に応じて運動を実践する際には、体つくり運動の学習を例に、体を動かすことの（２　　　　）よさを楽しんだり、体の動きを高めることを楽しんだりする行い方がある。

競技に応じた力を試す際には、（３　　　　）や（４　　　　）を守り（５　　　　）に競うこと、世代や機会に応じて（３　　　　）を工夫すること、（勝敗）にかかわらず健闘を称え合う等の行い方がある。

自然と親しんだり、仲間と（６　　　　）したり、感情を（７　　　　）したりする際には、互いの違いやよさを（８　　　　）的に捉えて自己やグループの課題の（９　　　　）を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方がある。

問題４　これまでに、複数の人で運動やスポーツをした際、一番若いと思われる人と一番歳をとっていると思われる人の年齢差が一番大きかった時のことを、次の文の（　　）を埋め、簡単に説明してください。自分の経験でなく、自分が見た光景から、説明しても構いません。

　　　　１番若い人と思われる人は（　　　）才くらいで、一番歳を取っていると思われる人は（　　　）歳くらいでした。行った運動やスポーツは、（　　　　　　　）です。その時の様子は、（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）でした。

問題５　次の文は、豊かなスポーツライフの実現に向けて書かれた文です。（　　）に当てはまる語句を入れてみよう。ヒント：回答は漢字2文字。

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するためには、目的や（１　　　　　）、性の違いを超えて運動やスポーツを楽しむことができる能力を高めておくことが有用です。

また、運動やスポーツを継続しやすくするためには、自己が意欲的に取り組むことに加えて、（２　　　　　）、（３　　　　　）及び（４　　　　　）を確保することが有効です。

|  |
| --- |
| 解説１　総合型地域スポーツクラブとは  総合型地域スポーツクラブは、人々が、身近な地域でスポ－ツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、子供から高齢者まで（多世代）、様々なスポーツを愛好する人々が（多種目）、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）、という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営されるスポーツクラブです。  我が国における総合型地域スポーツクラブは、平成7年度から育成が開始され、平成29年7月には、創設準備中を含め3,580クラブが育成され、それぞれの地域において、スポーツの振興やスポーツを通じた地域づくりなどに向けた多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手としての役割や地域コミュニティの核としての役割を果たしています。  (スポーツ庁 https://www.mext.go.jp/sports/b\_menu/sports/mcatetop05/list/1371972.htm　2020年４月情報取得)  神奈川県にも、令和2年4月1日現在、95の総合型地域スポーツクラブがあります（創設準備中のクラブを含む）。 |

ここで、教科書や副読本、参考資料、辞書、ウェブサイト等を見て確認し、間違ったところを赤で修正したり、さらに良い解答にするために赤で書き加えたりしてみよう。（解答に自信があっても、教科書と参考資料は必ず読んで確認し、解答をレベルアップさせよう）。

**学習の振り返り**（何を見てもかまいません）

振り返り１　生涯にわたる豊かなスポーツライフを送るために、これからどのような能力をつけていこうと思いますか。

振り返り２　この学習でわかったことを書いてください。

振り返り３　この学習で、考えたことや疑問に思ったこと、もっと調べてみたいと思ったことを書いてください。

**この参考資料は、問題５が終わり、解説１を読み終わってから、見てください。**

**＜参考資料＞**

**解答**

**問題３**　次の文は、運動やスポーツの多様な行い方について書かれた文です。（　　）に当てはまる語句を入れてみよう。

　　　　ヒント: １、２、６、７、８、９は漢字２文字。３，４，５はカタカナ３文字。

（１　**健康**）を維持したりする必要性に応じて運動を実践する際には、体つくり運動の学習を例に、体を動かすことの（２　**心地**）よさを楽しんだり、体の動きを高めることを楽しんだりする行い方がある。

競技に応じた力を試す際には、（３　**ルール**）や（４　**マナー**）を守り（５　**フェア**）に競うこと、世代や機会に応じて（３　**ルール**）を工夫すること、（勝敗）にかかわらず健闘を称え合う等の行い方がある。

自然と親しんだり、仲間と（６　**交流**）したり、感情を（７　**表現**）したりする際には、互いの違いやよさを（８　**肯定**）的に捉えて自己やグループの課題の（９　**達成**）を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方がある。

**問題５**　次の文は、豊かなスポーツライフを実現に向けて書かれた文です。（　　）に当てはまる語句を入れてみよう。ヒント：回答は漢字２文字。

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するためには、目的や（１　**年齢**）、性の違いを超えて運動やスポーツを楽しむことができる能力を高めておくことが有用です。

また、運動やスポーツを継続しやすくするためには、自己が意欲的に取り組むことに加えて、（２　**仲間**）、（３　**空間**）及び（４　**時間**）を確保することが有効です。

※　この学習では、運動やスポーツを行う（「する」）楽しさを取り上げましたが、既に学んでいる「みる」、「支える」、「知る」といった楽しさもありますね。

　　例えば、ラグビーの試合をみながら応援する場合、ルールに加え、作戦や選手のプロフィールを知っているとより楽しめると思います。