**中学校１年　体育理論　学習プリント　No.１**１年　　組　　番　氏名

**運動やスポーツの多様性　～運動やスポーツの必要性と楽しさ～**

【ねらい】

この学習では、皆さんに、運動やスポーツの意味や価値を知ってもらうとともに、運動やスポーツの歴史をたどり、スポーツが発展したことを理解してもらい、身近な運動やスポーツについて改めて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（問題１を除く）。

そして、問題５が終わり、解説３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。）

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　この学習のテーマに書いてある「運動」や「スポーツ」って、何だろう？　辞書等で調べてみよう！

＜運動とは＞

＜スポーツとは＞

|  |
| --- |
| **解説１**　神奈川県スポーツ推進条例では、スポーツを次のように定義しています。  「心身の健全な発達、健康及び体力の保持増進、精神的な充足感の獲得等のために個人又は集団で行われる運動競技その他の身体活動（レクリエーションとして行われる身体活動、ウォーキングその他の軽度の身体活動を含む。）をいう。」  　　　　※　神奈川県スポーツ推進条例：神奈川県がスポーツの推進について制定した法。  このように、運動とスポーツには、それぞれ意味がありますが、神奈川県スポーツ推進条例における定義のように、スポーツの中に、運動競技を含めたり、運動とスポーツを、同じ意味で使ったりしています。 |

問題２　次の各問いに答えてください。

（１）あなたが知っているスポーツの競技名を15個以上あげてみよう。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **１** | **２** | **３** | **４** | **５** |
|  |  |  |  |  |
| **６** | **７** | **８** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
|  |  |  |  |  |
| **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **１** 〇　△　□ |
| 競技名（サッカーなど） |

（２）書いたスポーツのうち、自分が行ったことがあるスポーツに〇を、見たことがあるスポーツに△を、番号の横につけましょう。　　　**記入例**

（３）書いたスポーツのうち、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会で行われるスポーツに□を、番号の横につけましょう．

問題３　自由にスポーツを３つ選び、歴史の古い順に並べてみよう！

　　　　　　　　　　　　←歴史が長い　　　　　歴史が浅い→

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| １ | ２ | ３ |
|  |  |  |

|  |
| --- |
| **解説２**　スポーツには、長い歴史を持つスポーツもあれば、歴史の浅いスポーツもあります。  古代オリンピックの第1回大会（紀元前※776年）で行われた競技は、1スタディオン（約191m）のコースを走る「競走」であり、その後、第13回大会（紀元前728年）まで、競走1種目だけが行われました。そして、紀元前708年（第18回大会）から、ペンタスロンといわれる五種競技が行われるようになりました。  近代の第1回オリンピック（1986年ギリシャのアテネ）の競技は、8競技でした。当時は、まだ国際競技団体も統一ルールも無い時代でした。  (JOCオリンピックコラムhttps://www.joc.or.jp/sp/olympic/athens1896/index2.html　2020年4月情報取得)  東京2020オリンピック・パラリンピックの実施競技は、オリンピック33競技、パラリンピック22競技となっています。  (TOKYO2020 <https://tokyo2020.org/ja/>　https://tokyo2020.org/ja/paralympics/sports/ 2020年4月情報取得)  ※　今は、西暦2020年ですね。紀元前とは、西暦１年より以前のことを言います。紀元前〇〇年と示すことがありますが、紀元前776年は、紀元前728年よりも古い年を意味します。 |

問題４　次の各問いに答えてください。

（１）あなたが行うことが好きなスポーツを1つ選んで、そのスポーツの宣伝部長として、その楽しさを宣伝してみてください。

私が行うことが好きなスポーツは、（　　　　　　　　）です。

なぜなら、（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）だからです。

（２）あなたが見ることが好きなスポーツを1つ選んで、そのスポーツの宣伝部長として、その楽しさを宣伝してみてください。

私が見ることが好きなスポーツは、（　　　　　　　　）です。

なぜなら、（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）だからです。

|  |
| --- |
| **解説３**　運動やスポーツには、新しい技ができるようになる楽しさ、体力が高まる楽しさ、勝敗を競う楽しさ、記録に挑戦し達成する楽しさ、自然に親しんだり、自然を克服したりする楽しさ、自由に表現する楽しさ、仲間と交流する楽しさなど、いろいろな楽しさがありますね。 |

問題５　運動やスポーツは、自分の生活に必要だと思いますか？理由も書いてください。

　　　　必要です。　　必要ではないです。　（←どちらかを〇で囲んでください）

なぜなら、（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）だからです。

　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）。

問題２－１は、20個書けていなかったら、東京2020オリンピック・パラリンピックの実施競技で20のマスを埋めてみよう。

**学習の振り返り**（何を見てもかまいません）

振り返り１　運動やスポーツとの付き合い方は、人によって違ってきます。次の３人の運動やスポーツを行う目的について考え、書いてみましょう。

|  |  |
| --- | --- |
| Ａ | プロスポーツ選手を目指している中学生 |
| Ｂ | 自然豊かな北海道から横浜に出てきた人づきあいが上手でないハイキングサークルに入った大学１年生 |
| Ｃ | 毎日デスクワークを行っている運動不足の中高年 |

Ａ　バスケットボールが好きで、熱中している中学生

Ｂ　北海道から横浜に出てきた、自然が好きで、人づきあいが上手でないハイキングサークルに入った大学１年生

Ｃ　毎日、車で通勤し、デスクワークを行っている中高年

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。

振り返り４　現在あなたは、何のために、運動やスポーツを行ったり、見たりしていますか？日頃の生活を振り返り、書いてみましょう。

本学習プリントは、平成22年度長期研修研究報告資料編（神奈川県立体育センター 長期研究員　小田原市立白鴎中学校 稲毛 真弓）を参考に作成しました。

**この参考資料は、問題５が終わり、解説３まで読み終わってから、見てください。**

**＜参考資料＞**

**問題２（３）**

**東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の実施競技一覧（33競技）**

**＜オリンピック＞**

水泳、アーチェリー、陸上競技、バドミントン、バスケットボール、ボクシング、カヌー

自転車競技、馬術、フェンシング、サッカー、ゴルフ、体操、ハンドボール、ホッケー

柔道、近代五種、ボート、ラグビー、セーリング、射撃、卓球、テコンドー、テニス

トライアスロン、バレーボール、ウエイトリフティング、レスリング

野球・ソフトボール、空手、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィン

**＜パラリンピック＞**

5人制サッカー、アーチェリー、カヌー（スプリント）、ゴールボール

シッティングバレーボール、テコンドー、トライアスロン、バドミントン

パワーリフティング、ボート、ボッチャ、車いすテニス、車いすバスケットボール

車いすフェンシング、車いすラグビー、陸上競技、柔道、馬術、射撃、水泳、卓球

自転車競技（トラック）、自転車競技（ロード）

(TOKYO2020 https://tokyo2020.org/ja/　https://tokyo2020.org/ja/paralympics/sports/ 2020年4月情報取得)

**問題３**　**ヒント**：副読本（実技書）には、各スポーツの歴史が書かれていると思います。