

運動やスポーツの多様性 [第1学年及び第2学年 体育理論]

(1) 目標

- 運動やスポーツの必要性和楽しさについて関心をもち、学習に積極的に取り組むことができるようになる。(態度)
- 運動やスポーツの必要性和楽しさについて、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりすることができるようにする。(思考・判断)
- 運動やスポーツの必要性和楽しさについて、言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識)

(2) 展開 (1 / 3)

「運動やスポーツの必要性和楽しさ」

過 程		学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材 確認	10 分	1 素材を知る。 ・運動やスポーツを行う理由のアンケート結果を見る。(グラフ) ・気付いたことを発表する。 ・自分自身は、どのような理由で運動やスポーツを行っているか発表する。	○運動やスポーツを行う理由について調べたアンケート結果のグラフを提示する。 ○グラフについて分かり易く解説する。
		② 問題 把握	2 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 80%;"> 学習問題 運動やスポーツの必要性和楽しさについて考えてみよう </div>
③ 自力 解決	30 分	3 運動やスポーツの必要性和楽しさについて考える。 ・班毎に (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○「必要性」と「楽しさ」に分けて考えるように指示する。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (学習ノートに自分の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。 ☆運動やスポーツの必要性和楽しさについて関心をもち、学習に積極的に取り組もうとしている。 【関・意・態】 ① (観察) 「努力を要する生徒」に対し、運動・スポーツの素晴らしさを個別に説明して興味・関心を引き出す。
④ 比較 検討		4 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆運動やスポーツの必要性和楽しさについて、出された意見や集めた情報を分析したり整理したりしている。 【思・判】 ① (観察, 学習ノート) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について具体的に説明する。

⑤ ま と め 10 分	5 学習問題に対する答えを確認する。 ・「運動やスポーツの必要性」について解説を聞き理解する。 ・「運動やスポーツの楽しさ」について解説を聞き理解する。 — まとめ — ・運動やスポーツは、健康を維持したり、体力を向上させたりするなどの必要性から生み出され発展してきた。 ・運動やスポーツは、競争したり、記録の更新を目指したりするなどの楽しさから生み出され発展してきた。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆運動やスポーツの必要性和楽しさについて、言ったり書き出したりしている。 【知・理】①（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発 展	6 運動やスポーツを更に発展させるためにできることを考えてみる。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○人生を豊かにしていく視点で考えるよう助言する。

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「ア 運動やスポーツの必要性和楽しさ」</p> <p>(学)：運動やスポーツの必要性和楽しさについて考えてみよう。</p> <p>1. 運動やスポーツは、何故必要か？</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div> <p>2. 運動やスポーツは、何故楽しいか？</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div>	<p><運動やスポーツの必要性></p> <p>①健康や体力の維持・向上 ②コミュニケーション（仲間との交流） ③気分転換・ストレス解消 ④目標や記録挑戦 ⑤体型の維持・改善 など</p> <p><運動やスポーツの楽しさ></p> <p>①競争する，記録の更新を目指す ②感情を表現する ③自然と親しむ ④仲間と交流する ⑤余暇時間を充実させる など</p> <p><運動やスポーツの発展></p> <p>①スポーツ振興法（1961） ②スポーツ振興基本計画（2000）</p> <p>(ま)：運動・スポーツ</p> <p>①健康維持・体力を向上などの必要性から発展 ②競争・記録更新などの楽しさから発展</p>
---	--

運動やスポーツの多様性 [第1学年及び第2学年 体育理論]

(1) 目標

- 運動やスポーツへの多様なかかわり方について関心を持ち、学習に積極的に取り組むことができるようにする。 (態度)
- 運動やスポーツへの多様なかかわり方について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりすることができるようにする。 (思考・判断)
- 運動やスポーツへの多様なかかわり方について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。 (知識)

(2) 展開 (2 / 3)

「運動やスポーツへの多様なかかわり方」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材 確認	10 分	1 素材を知る。 ・運動やスポーツの大会の様子の写真を見る。(プロ野球・プロサッカーなどゲームの様子が分かるポスター) ・そのゲームにかかわっている人達を探し発表する。 ・自分自身は、スポーツにどのようなかかわり方をすると楽しいか発表する。 2 前回の内容を確認する。 ・「運動やスポーツの必要性和楽しさ」について、簡単に復習する。	○運動やスポーツの大会の様子が分かるポスターを提示する。 ○選手以外にも注目してみるよう助言する。 ○前回は、行う楽しさ中心に考えていたことを解説する。
② 問題 把握		3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> 学習問題 運動やスポーツへの多様なかかわり方について考えてみよう </div>	
③ 自力 解決	30 分	4 運動やスポーツへの多様なかかわり方について考える。 ・班ごとに (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○「行う」・「見(観)る」・「支える」・「調べる」に分けて考えるように指示する。 ○「行う」については、自分自身に当てはめて考えてみるように指示する。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう(ノートに自分自身の意見が書けるよう)机間巡視しながら助言する。 ☆運動やスポーツへの多様なかかわり方について関心を持ち、学習に積極的に取り組もうとしている。 【関・意・態】②(観察) 「努力を要する生徒」に対し、運動・スポーツの多様なかかわり方を説明して興味・関心を引き出す。
④ 比較 検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆運動やスポーツへの多様なかかわり方について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。 【思・判】②(観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について個別に説明する。

⑤ まとめ	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「運動やスポーツへの多様なかかわり方」について解説を聞き理解する。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆運動やスポーツへの多様なかかわり方について、言ったり書き出したりしている。 【知・理】②（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発展	7 運動やスポーツにどのようにかかわっていききたいか考えてみる。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○人生を豊かにしていく視点で考えるよう助言する。

—まとめ—
運動やスポーツには、「行う」・「見（観）る」・「支える」・「調べる」などの多様なかかわり方があり，どれも運動やスポーツを発展させる価値ある活動である

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「イ 運動やスポーツへの多様なかかわり方」</p> <p>(学)：運動やスポーツへの多様なかかわり方について考えてみよう。</p> <p>1. 「行う！」 2. 「見（観）る！」</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;">*生徒の意見&補足</div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;">*生徒の意見&補足</div> </div> <p>3. 「支える！」 4. 「調べる！」</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;">*生徒の意見&補足</div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; width: 45%;">*生徒の意見&補足</div> </div> <p>*大きく4つに分けて考えることができる。</p>	<p><行う></p> <p>①「楽しさ」を求めて行う運動・スポーツ ②「必要性」から行う運動・スポーツ</p> <p><見（観）る></p> <p>①直接観戦 ②新聞 ③テレビ（ラジオ・インターネット）観戦</p> <p><支える> *スポーツボランティア活動 ①指導者…監督，コーチ，インストラクターなど ②支援者…審判，会場係，盲目ランナー伴走，企画運営 など</p> <p><調べる></p> <p>①歴史 ②記録 ③選手（人物）</p> <p>(ま)：多様なかかわりにより運動・スポーツが発展・充実！</p>
---	---

運動やスポーツの多様性 [第1学年及び第2学年 体育理論]

(1) 目標

- 運動やスポーツの学び方について関心を持ち、学習に積極的に取り組むことができるようにする。
(態度)
- 運動やスポーツの学び方について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりすることができるようにする。
(思考・判断)
- 運動やスポーツの学び方について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識)

(2) 展開 (3 / 3)

「運動やスポーツの学び方」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材 確認	15 分	1 素材を知る。 ・授業の球技でどのような作戦を立ててゲームをしたか考える。(ゲーム板) ・班毎に、ゲーム板を使い自分自信の作戦(自慢の)について発表し合う。 ・各班の最優秀作戦を発表する。 2 前回の内容を確認する。 ・「運動やスポーツへの多様なかかわり方」について、簡単に復習する。	○各班に1つずつゲーム板を用意する。 ○お互いの作戦を認め合うよう助言する。 ○作戦を知ることが、多様なかかわりを更に充実させることを解説する。
② 問題 把握		3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> 学習問題 運動やスポーツの学び方について考えてみよう。 </div>	
③ 自力 解決	20 分	4 運動やスポーツの学び方について考える。(具体的に一つの種目に絞る!) ・班毎に (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○「技術」・「作戦・戦術」に分けて考えるように指示する。 ○「戦術」と「技術」について簡単に説明する。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう(ノートに自分自身の意見が書けるよう)机間巡視しながら助言する。 ☆運動やスポーツの学びについて関心を持ち、学習に積極的に取り組もうとしている。 【関・意・態】③(観察)
④ 比較 検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	「努力を要する生徒」に対し、運動・スポーツ特有の技術や戦術の魅力の説明し興味・関心を引き出す。 ☆運動やスポーツの学び方について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。 【思・判】③(観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について個別に説明する。

⑤ ま と め 15 分	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「運動やスポーツの学び方」について解説を聞き理解する。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆運動やスポーツの学び方について、言ったり書き出したりしている。 【知・理】③（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発 展	7 次の球技の授業で，どんな作戦・戦術，技術練習で取り組みたいか考えてみる。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○「作戦」戦術「技術練習」が繋がるように監督になったつもりで考えさせる。

—まとめ—

① 運動やスポーツには，特有の技術や戦術がある。
 ② 運動やスポーツの学び方には，一定の方法がある。

☆ 板書計画

(学)：学習問題 (ま)：まとめ

<p>「ウ 運動やスポーツの学び方」</p> <p>(学)：運動やスポーツの学び方について考えてみよう。[種 目 名]</p> <p>1. 「技術」の学び方</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div> <p>2. 「作戦・戦術」の学び方</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div> <p><技術>：各種目を上達させるための合理的な体の動かし方</p> <p>【例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リレーのバトンパス ・球技のボール操作 ・ダンスの踊り方 ・器械運動の技 ・柔道の投げ方 	<p><作戦>：試合を行う際の方針</p> <p>【例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・セッターに返して三段攻撃（バレーボール） ・エースを生かすバトンパス（陸上競技） <p><戦術>：作戦のねらいを達成するために選ぶ方法</p> <p>【例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・三段攻撃（バレーボール） ・走順とテークオーバーゾーンの使用方（陸上競技） <p><学び方>：種目に応じた技術・戦術，表現を身に付ける！</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>①練習目標決定 ←</p> <p>②練習方法の工夫・計画</p> <p>③練習の実施</p> <p>④評価（振り返り） —</p> </div> <p>(ま)：運動やスポーツ</p> <p>①特有の技術，作戦・戦術</p> <p>②一定の学び方</p>
--	---

運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全 [第1学年及び第2学年 体育理論]

(1) 目標

- 運動やスポーツが心身に及ぼす効果について関心をもち、学習に積極的に取り組むことができるようにする。 (態度)
- 運動やスポーツが心身に及ぼす効果について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりすることができるようにする。 (思考・判断)
- 運動やスポーツが心身に及ぼす効果について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。 (知識)

(2) 展開 (1/3)

「運動やスポーツが心身に及ぼす効果」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材 確認	10 分	1 素材を知る。 ・運動やスポーツをしていていいことやそうでないことを考えてみる。 (新体力テストの結果表) ・ざっくばらんに気付いたことを発表し合う。 2 前回までの内容を確認する。 ・「運動やスポーツの多様性」について学んできた内容を簡単に復習する。	○運動やスポーツは、心身両面への効果が期待できることに気付くよう促す。 ○新体力テスト (シャトルラン) の結果が良い生徒の日頃の運動状況について気付かせる。 ○「そうでないこと」(スポーツ障害など) に関しては、何故そうなるのか解説する。 ○ポイントのみに触れ、簡単に終了する。
② 問題 把握		3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> 学習問題 運動やスポーツが心身に及ぼす効果について考えてみよう </div>	
③ 自力 解決	30 分	4 運動やスポーツが心身に与える効果について考える。 ・班毎に (or 個人で), 学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○「体に与える効果」と「心に与える効果」に分けて考えるように指示する。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (ノートに自分自身の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。
④ 比較 検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆運動やスポーツが心身に及ぼす効果について関心をもち、学習に積極的に取り組もうとしている。 【関・意・態】④ (観察) 「努力を要する生徒」に対し、運動やスポーツが及ぼす心身への効果を説明して興味・関心を引き出す。 ☆運動やスポーツが心身に及ぼす効果について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。【思・判】④ (観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について個別に説明する。

⑤ ま と め	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「運動やスポーツが心身に与える効果」 について解説を聞き理解する。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆運動やスポーツが心身に及ぼす効果について、 言ったり書き出したりしている。 【知・理】④（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部 分にラインを引かせるなど個別に支援する。
10 分	<p style="text-align: center;">— まとめ —</p> <p>① 運動やスポーツは，身体の発達やその機能の維持・体力の向上など，身体に大きな効果を与える。</p> <p>② 運動やスポーツは，自信の獲得・ストレスの解消などの心理的効果が期待できる。</p>	
⑥ 発 展	7 自分自身の人生の中に，どのように運動やスポーツを取り入れていきたいか。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○「豊かなスポーツライフ」を築き上げる視点で考えさせる。

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「ア 運動やスポーツが心身に及ぼす効果」</p> <p>(学)：運動やスポーツが心身に与える効果について考えてみよう。</p> <p>1. 「体」に与える効果</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0; text-align: center;">*生徒の意見&補足</div> <p>2. 「心」に与える効果</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0; text-align: center;">*生徒の意見&補足</div> <p>◎「体力」とは・・・</p> <p>①防衛体力：健康に生活する為の体力（抵抗力）</p> <p>②行動体力：運動やスポーツを行う為の体力 →筋力・瞬発力，持久力，調整力</p>	<p><体に与える効果></p> <p>①骨や筋肉の発達 →筋力，瞬発力，筋持久力 *筋繊維太！</p> <p>②呼吸器官（肺）・循環器官（心臓） →全身持久力 *最大酸素摂取量増！</p> <p>③神経系 →調整力（巧緻性，敏捷性，平衡性） *その他・・・生活習慣病の予防効果</p> <p><心に与える効果></p> <p>①達成感 ②自信 ③意欲 ④意志 ⑤ストレス解消 ⑥リラックス効果 ⑦感情のコントロール</p> <p>(ま)：運動やスポーツの意義 [中学生期]：心身の発達が盛ん！</p> <p>運 動 → ①身体の発達促進</p> <p>ス ポー ツ → ②身体の機能や体力を維持・向上 ③健やかな心（達成感，自信，意欲）</p>
--	---

運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全 [第1学年及び第2学年 体育理論]

(1) 目標

- 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について関心をもち、学習に積極的に取り組むことができるようにする。(態度)
- 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりすることができる。(思考・判断)
- 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識)

(2) 展開 (2 / 3)

「運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材 確認	15 分	1 素材を知る。 ・チームワークは、どのようにして生まれてくるか考えてみる。(スポーツアニメの感動シーンの絵 or 動画) ・気付いたこと発表する。 ・「社会性」という概念について理解する。 2 前回までの内容を確認する。 ・「運動やスポーツが心身に与える効果」について学んだ内容を簡単に復習する。	○スポーツアニメの感動シーンを見て、チームワークがどのように生まれたのか考える。 ○チームワークと関連させ、「社会性」について解説する。 ○簡単にポイントだけ触れ、前回は心身に与える効果中心に学んでいたことを解説する。
② 問題 把握		3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 学習問題 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について考えてみよう。 </div>	
③ 自力 解決	20 分	4 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について考える。 ・班毎に (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○「ルールやマナーの面」と「人間関係の面」に分けて考えるように指示する。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (ノートに自分自身の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。 ☆運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について関心をもち、学習に積極的に取り組もうとしている。【関・意・態】⑤(観察) 「努力を要する生徒」に対し、社会性の発達に及ぼす効果について個別に説明し興味・関心を引き出す。
④ 比較 検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。 【思・判】⑤(観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について個別に説明する。

⑤ まとめ	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果」について解説を聞き理解する。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果について、言ったり書き出したりしている。 【知・理】⑤（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発展	7 運動やスポーツを通して身に付けた社会性をどのように活かしていくか考える。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○まずは，学校生活の場面で考えさせる。

15分

—まとめ—

① 運動やスポーツは，ルールやマナーについて話し合う中で意見をまとめて合意するという過程を通して社会性を高めることができる。

② 運動やスポーツは，適切な人間関係を築くための社会性を高めることができる。

☆ 板書計画

(学) : 学習問題

(ま) : まとめ

<p>「イ 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果」</p> <p>(学) : 運動やスポーツをすることで，どのような社会性が発達するのか考えてみよう。</p> <p>◎「社会性」とは・・・ →集団の中での人としてのあり方！</p> <p>☆運動やスポーツ→ { ・仲間，指導者 ・対戦相手 ・支えてくれる人々 etc *様々な人々と関わっている！</p> <p>1. 「ルールやマナー」の面から</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div> <p>2. 「人間関係」の面から</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div>	<p><ルールやマナー>の面から</p> <p>①ルールについて合意 →様々な人と楽しむための工夫</p> <p>②マナーについて合意 →気持ちよく楽しむための礼儀</p> <p><人間関係>の面から</p> <p>→適切な人間関係を築くために</p> <p>①協力，強調 ②教え合い，励まし合い ③賞賛，感謝 ④認め合い</p> <p><身に付けた社会性をどうするか></p> <p>①日常生活の中でも活かす ②毎日の生活を明るく豊かにする</p> <p>(ま) : 運動やスポーツで高まる社会性</p> <p>①ルールやマナーについて合意する ②適切な人間関係を築く</p>
--	---

運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全 [第1学年及び第2学年 体育理論]

(1) 目標

- 安全な運動やスポーツの行い方について関心をもち、学習に積極的に取り組むことができるようにする。 (態度)
- 安全な運動やスポーツの行い方について、出された意見や集めた情報を分析したり整理したりすることができるようにする。 (思考・判断)
- 安全な運動やスポーツの行い方について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。 (知識)

(2) 展開 (3 / 3)

「安全な運動やスポーツの行い方」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材確認	15分	1 素材を知る。 ・運動やスポーツをしていて危険なことはなかったか考えてみる。(運動やスポーツによる事故の新聞記事) ・自分自身の経験を発表する。 ・原因と対策も考えてみる。 ・気付いた意見を発表する。	○運動やスポーツによる事故の新聞記事を提示し、自分自身のことを振り返り考えさせる。 ○どのようにすれば防ぐことができたかという視点で考えるよう助言する。
		2 前回までの内容を確認する。 ・「運動やスポーツと社会性」について学んだ内容を簡単に復習する。	○ポイントだけ触れ、簡単に終わりにする。
② 問題把握		3 学習問題を把握する。 — 学習問題 — <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">安全な運動やスポーツの行い方について考えてみよう</div>	
③ 自力解決	20分	4 安全な運動やスポーツの行い方について考える。 ・班毎に (or 個人で), 学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○終了したら「傷害や事故」が発生したときの対処についても考えるよう指示する。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (ノートに自分自身の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。
④ 比較検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆安全な運動やスポーツの行い方について関心をもち、学習に主体的に取り組もうとしている。 【関・意・態】⑥ (観察) 「努力を要する生徒」に対し、運動・スポーツの様々な行い方を個別に説明して興味・関心を引き出す。 ☆安全な運動やスポーツの行い方について、出された意見や集めた情報を分析したり、整理したりしている。 【思・判】⑥ (観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について個別に説明する。

⑤ ま と め 15 分	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「安全な運動やスポーツの行い方」につ いて解説を聞き理解する。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆安全な運動やスポーツの行い方について、言 ったり書き出したりしている。 【知・理】⑥（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部 分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発 展	7 スポーツ障害を予防するために，どん なことを気を付ければよいか考える。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○これからのスポーツライフに活かしていける ように考えさせる。

—まとめ—

① 運動やスポーツを行う際は，健康や安全に十分留意する必要がある

② 運動やスポーツを行う際は，その特性や目的，発達の段階や体調などを踏まえて行
う必要がある

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「ウ 安全な運動やスポーツの行い方」</p> <p>(学)：運動やスポーツを安全に楽しく行うためには， どのようにすればよいか考えてみよう。</p> <p>1. 安全な運動やスポーツの行い方</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div> <p>2. 傷害や事故への対処</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div>	<p><安全な運動やスポーツの行い方></p> <p>①運動の特性や目的を理解</p> <p>②適切な運動計画：発達段階に応じて →強度（質），時間（量），頻度（日数）</p> <p>③自己管理</p> <p>④準備運動や整理運動</p> <p>⑤休養や水分補給</p> <p>⑥用具，施設，環境の安全確認</p> <p>⑦周囲の仲間への安全配慮</p> <p>⑧自然環境への配慮</p> <p><体調管理></p> <p>①準備運動→けがの予防</p> <p>②整理運動→疲労回復促進</p> <p>③休養や水分補給→熱中症・脱水症の予防</p> <p>④栄養と睡眠→コンディショニング， 疲労回復促進</p> <p><スポーツ障害の予防></p> <p>→ [原因]：運動のし過ぎ，間違った練習方法， 無理な挑戦</p> <p>*万が一のために「応急処置」を身に付ける！</p> <p>(ま)：運動やスポーツを行う際</p> <p>①健康や安全に十分留意</p> <p>②特性や目的，発達の段階や体調などを踏まえて 正しい運動の行い方</p>
--	---

文化としてのスポーツの意義 [第3学年 体育理論]

(1) 目標

- 現代社会におけるスポーツの文化的意義について、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組むことができるようにする。(態度)
- 現代社会におけるスポーツの文化的意義について、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明することができるようにする。(思考・判断)
- 現代社会におけるスポーツの文化的意義について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識)

(2) 展開 (1/3)

「現代生活におけるスポーツの文化的意義」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材 確認	15 分	1 素材を知る。 ・スポーツを楽しんでいる様子を写した写真を見る。(学校体育・地域スポーツジョギングなどを楽しんでいる写真) ・人は何故スポーツに親しむのか考えてみる。 ・気付いた意見を発表する。 2 前回までの内容を確認する。 ・「運動やスポーツの意義や効果」について学んだ内容を簡単に復習する。	○スポーツに親しむ人が、どの年齢層でも増えていることを説明する。 ○人によって、年齢層によってスポーツに親しむ理由が違うことも説明する。 ○ポイントのみに触れ、簡単に終わりにする。
② 問題 把握		3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> 学習問題 現代生活におけるスポーツの文化的意義について考えてみよう </div>	
③ 自力 解決	20 分	4 現代社会におけるスポーツの文化的意義について考える。 ・班毎に (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。(or 個人で意見をノートにまとめる。)	○「文化」を、人々がより良く生きるために行うことと捉えさせる。 ○「楽しみ」の中に含まれる、より良く生きるための要素を考えさせる。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (ノートに自分自身の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。 ☆現代社会におけるスポーツの文化的意義について、課題を解決するための活動を通して学習に自主的に取り組もうとしている。 【関・意・態】① (観察, 学習ノート) 「努力を要する生徒」に対し、スポーツの文化的意義について個別に説明して興味・関心を引き出す。
④ 比較 検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆現代社会におけるスポーツの文化的意義について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明している。 【思・判】① (観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について具体的に説明する。

⑤ ま と め 15 分	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「スポーツの文化的意義」について解説を聞き理解する。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ○生涯スポーツについて説明する。 ☆現代社会におけるスポーツの文化的意義について、言ったり書き出したりしている。 【知・理】①（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発 展	7 生涯スポーツを実現させるために大切なことを考える。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○これからのスポーツライフに活かしていけるように考えさせる。
— まとめ — ① スポーツは文化的な生活を営み，より良く生きていくために意味がある。 ② スポーツは，全ての人々に与えられる基本的権利である。		

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「ア 現代生活におけるスポーツの文化的意義」</p> <p>(学)：人々の生活において，スポーツにはどのような意味があるのか考えてみよう。</p> <p>1. スポーツの文化的な意義</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div> <p>◎文化とは・・・</p> <p>*「culture」の語源 →耕すこと，自然な状態に手を加える →より良く生きるために人々が行うこと</p> <p>☆スポーツ →楽しみの中により良く生きるための要素をたくさんふくんだ独特の文化！</p>	<p><スポーツの文化的意義></p> <p>：スポーツをする理由</p> <p>①健康・体力づくり ②楽しみ・気晴らし ③運動不足解消 ④友人・仲間との交流 ⑤家族のふれ合いの場 ④美容・肥満解消</p> <p>健やかな心身 豊かな交流</p> <p>*スポーツは，かけがえのない文化！</p> <p><生涯スポーツ></p> <p>：誰もが，いつでも，どこでも，いつまでも →個々の目的に応じてスポーツに親しむ！ →全ての人々に与えられる基本的権利！</p> <p>*ユネスコ「体育及びスポーツに関する国際憲章」 *スポーツ振興基本計画（2000年）</p> <p>(ま)：現代社会におけるスポーツ</p> <p>①より良く生きていくために！ ②全ての人々に与えられる基本的権利！</p>
--	--

文化としてのスポーツの意義 [第3学年 体育理論]

(1) 目標

- 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割について、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組むことができるようにする。(態度)
- 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割について、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明することができるようにする。(思考・判断)
- 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割について、言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識)

(2) 展開 (2 / 3) 「国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な役割」

過程	時間	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材確認	10分	1 素材を知る。 ・クーベルタンの唱えたオリンピズムの内容だけを読み or 聞き、何の理念か予想する。(クーベルタンの写真) ・ざっくばらんに意見を発表する。 ・クーベルタンとオリンピズムに関する説明を聞き、理解する。 2 前回の内容を確認する。 ・「スポーツの文化的意義」について学んだ内容を簡単に復習する。	○「オリンピック」という言葉は出さずに、オリンピズム (オリンピックの理念) だけを提示する。 ○どんな理念で、クーベルタンが近代オリンピックを始めたか説明する。 ○ポイントのみに触れ、簡単に説明する。
② 問題把握		3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 学習問題 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な役割について考えてみよう </div>	
③ 自力解決	30分	4 オリンピックや国際的なスポーツ大会が果たす文化的な意義や役割について考える。 ・国際的なスポーツ大会にはどのようなものがあるかあげてみる。 ・班毎に (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。 (or 個人で意見をノートにまとめる。)	○国際的なスポーツ大会には、オリンピックで採用されない種目で開催される総合競技大会「ワールドゲームズ」があることを紹介する。 ○クーベルタンのオリンピズムを参考にしよう促す。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (ノートに自分自身の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。
④ 比較検討		5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	☆国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割について、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。 【関・意・態】② (観察) 「努力を要する生徒」に対し、スポーツ大会の持つ素晴らしさを個別に説明して興味・関心を引き出す。 ☆国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割について、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明している。 【思・判】② (観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について具体的に説明する。

<p>⑤ まとめ</p> <p>10分</p>	<p>6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割」について解説を聞き理解する。</p>	<p>○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ○感動のオリンピック・エピソードを紹介する。 ☆国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割について、言ったり書き出したりしている。【知・理】②（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。</p>
<p>⑥ 発展</p>	<p>7 メディアの進歩をスポーツの発展にどう活かすべきか考える。 ・前向きな意見を自由に発表する。</p>	<p>○国際親善や世界平和に更なる貢献ができるように考えさせる。</p>

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「イ 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な役割」</p> <p>(学)：オリンピックや国際的なスポーツ大会は，世界の中でどのような役割を果たしているのか考えてみよう。</p> <p>◎オリンピックの理念＝オリンピズム 「オリンピック憲章」 by クーベルタン (仏)</p> <p>①調和のとれた人間の育成 ②平和でより良い世界の実現に貢献 ③「友情」「連帯感」「フェアプレイ」の精神を持って相互理解</p> <p>1. 世界的役割</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div>	<p><オリンピックの世界的役割></p> <p>☆オリンピック＝「平和の祭典」</p> <p>①国際親善を深める！ ・人々の相互理解を深める。 ・人間として、大切なものを伝え合う。</p> <p>②世界平和の実現に貢献 ・国境を越えたつながり ・勝敗に対する公正な態度 →フェアプレイの精神！</p> <p><国際的なスポーツ大会の世界的役割> ：戦争などで敵対 →スポーツを通しての交流は可能！ →ひたむきなプレイを応援，人々が一体化！</p> <p>*国際的なスポーツ大会 →国際親善や世界平和に大きな役割！ (オリンピック同様)</p> <p>(ま)：オリンピック・国際的なスポーツ大会 →国際親善や世界平和に貢献！</p> <p>☆メディアの発展 →オリンピック・国際的なスポーツ大会が，国際親善や世界平和に更なる貢献！</p>
--	---

文化としてのスポーツの意義 [第3学年 体育理論]

(1) 目標

- 人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組むことができるようにする。(態度)
- 人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明することができるようにする。(思考・判断)
- 人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識)

(2) 展開 (3/3)

「人々を結び付けるスポーツの文化的な働き」

過程	学習内容と活動 (資料)	指導・支援 (○) と評価 (☆)
① 素材確認 10分	1 素材を知る。 ・パラリンピックについての説明を聴き、理解する。(パラリンピックの写真 or VTR) ・パラリンピックについて感じたことを自由に発表する。 2 前回までの内容を確認する。 ・「オリンピックや国際的なスポーツ大会の世界的役割」について学んだ内容を簡単に復習する。	○写真やVTRの映像を活用しながらパラリンピックについて説明する。 ○スポーツは、障害の有無を超えて世界の人々を繋いでいることを理解させる。 ○簡単にポイントだけ触れて終わりにする。
② 問題把握	3 学習問題を把握する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 学習問題 何故スポーツには人々を結び付ける力があるのか考えてみよう。 </div>	
③ 自力解決 30分	4 何故スポーツには人々を結び付ける力があるのか考える。 ・班毎に (or 個人で)、学習問題について考える。 ・班毎に意見をまとめる。(or 個人で意見をノートにまとめる。)	○スポーツは「国籍」、「人種」、「民族」、「地域」、「風土」、「年齢」、「性別」、「障害」などの違いを超えて人々を結び付けていることを捉えさせる。 ○班毎に話し合いが活発に行われるよう (ノートに自分自身の意見が書けるよう) 机間巡視しながら助言する。 ☆人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。 【関・意・態】③ (観察)
④ 比較検討	5 意見を出し合い検討する。 ・班毎に順番に発表する。(or 個人で自由に意見を発表する。) ・質問意見を出し合い真理を追究する。	「努力を要する生徒」に対し、スポーツが人々を結びつける魅力を持つことを説明し興味・関心を引き出す。 ☆人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、必要な情報を比較したり、分析したりしてまとめた考えを説明している。 【思・判】③ (観察, 発言) 「努力を要する生徒」に対し、意見や情報の分析や整理の方法について個別に説明する。

⑤ ま と め 10 分	6 学習問題に対する答えを確認する。 ・「スポーツが人々を結び付ける力」について解説を聞き理解する。 — まとめ — ①スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付ける。 ②人々を結び付ける文化的な働きは、スポーツの大きな魅力である。	○解説を聞きながら、板書を写すよう助言する。 ☆人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、言ったり書き出ししたりしている。 【知・理】③（発言，学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し，資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。
⑥ 発 展	7 スポーツを通してどんな世の中を実現させたいか考える。 ・前向きな意見を自由に発表する。	○これからの世の中（世界）をより良くしていくように考えさせる。

☆ 板書計画

(学)：学習問題

(ま)：まとめ

<p>「ウ 人々を結び付けるスポーツの文化的な働き」</p> <p>(学)：何故スポーツには人々を結び付ける力があるのか考えてみよう。</p> <p>◎パラリンピックとは・・・ ☆「もう一つの (P a r a l l e l)」 + 「オリンピック (O l y m p i c)」</p> <p>→障害のある人々が参加する世界最高峰の国際競技大会</p> <p>* 4年に1度 →オリンピック終了後オリンピック開催都市で</p> <p>1. スポーツが人々を結び付ける力</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>*生徒の意見&補足</p> </div>	<p><人々を結び付けるスポーツ> : 世界の人々を繋ぐ架け橋</p> <p>①国籍 ②人種 ③民族 ④地域 ⑤風土 ⑥年齢 ⑦性別 ⑧障害の有無</p> <p>これらを超えて人々を結び付ける！</p> <p>*人々を結び付けるスポーツの文化的な働き =スポーツの大きな魅力！</p> <p><世界に広がるスポーツ> 「スポーツ」・・・世界共通の言葉！ ・ルールさえ確認し合えば楽しく行える！ ・誰もが行えるようにルールや道具を工夫！ ・世界中で新しいスポーツが生まれる！</p> <p>(ま)：スポーツの文化的な働き ①民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付ける！ ②人々の繋がりをより豊かに！ →大きな魅力！！</p>
---	---