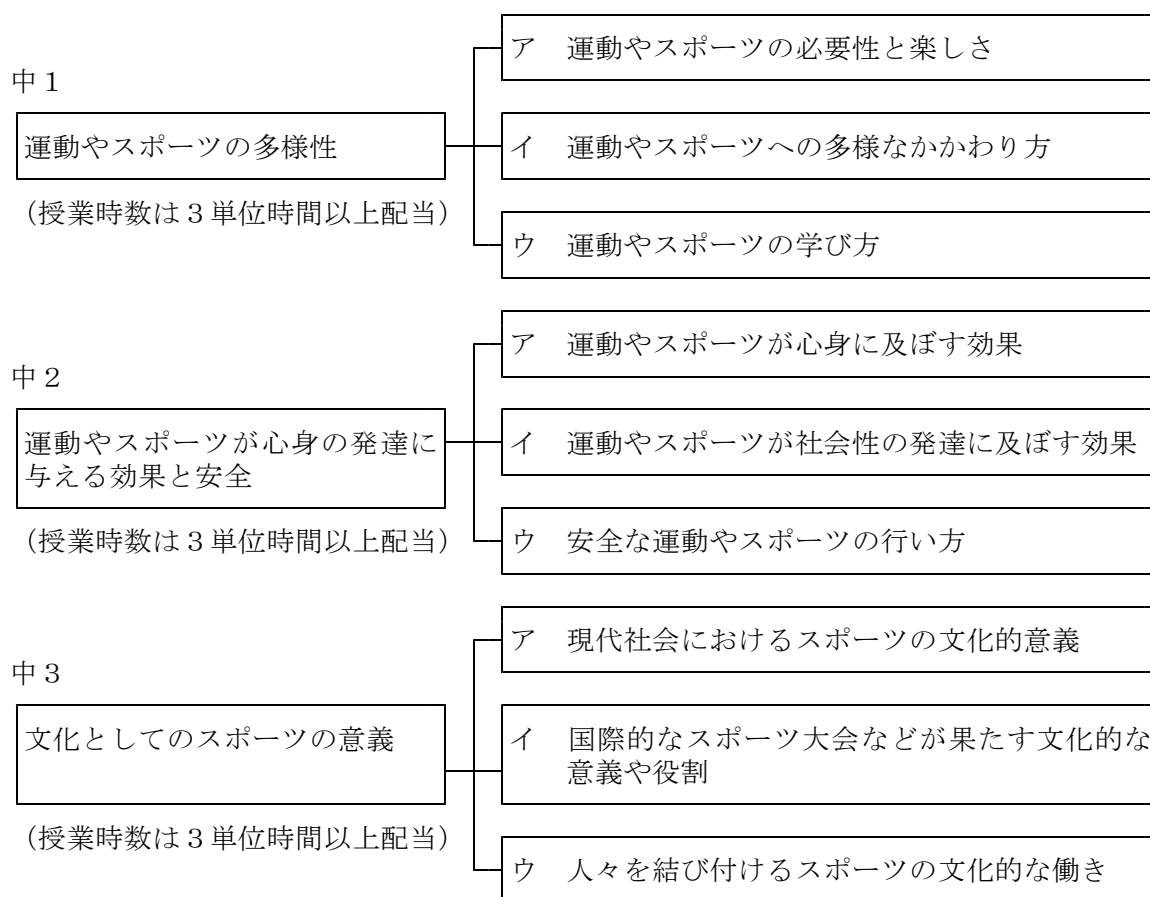


領域 体育理論

1 「発達の段階のまとめり」からみた領域及び内容の系統

多くの領域の学習を経験する時期		卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期
中 1	中 2	中 3
運動やスポーツの多様性	運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全	文化としてのスポーツの意義
運動やスポーツが多様であることについて理解できるようにする。	運動やスポーツの意義や効果などについて理解できるようにする。	文化としてのスポーツの意義について理解できるようにする。

2 体育理論の構造図



3 その他（配慮事項等）

- 各領域に共通する内容や、まとめりで学習することが効果的な内容に精選すること。
- 高等学校への接続を考慮して単元を構成すること。
- 各領域の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などの知識は、各領域「(3)知識，思考・判断」に示され、知識と技能を相互に関連させて学習させること。
- 授業時数を各学年で3単位時間以上配当すること。
- 体育理論の指導内容を明確にし、体力の向上とより関連させること。

中1 「運動やスポーツの多様性」

ねらい	<p>○運動やスポーツが多様であることについて理解できるようにする。</p> <p>ア 運動やスポーツは、体を動かしたり、健康を維持したりするなどの必要性や、競技に応じた力を試すなどの楽しさから生みだされ発展してきたこと。</p> <p>イ 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えることなどの多様なかかわり方があること。</p> <p>ウ 運動やスポーツには、特有の技術や戦術があり、その学び方には一定の方法があること。</p>			
身に付けさせたい内容	<p>ア 運動やスポーツの必要性と楽しさ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を動かしたり、健康を維持したりする必要性や、競技に応じた力を試したり、自然と親しんだり、仲間と交流したり、感情を表現したりするなどの多様な楽しさから生み出されてきたこと ・人々の生活と深くかかわりながら、いろいろな欲求や必要性を満たしつつ発展し、その時々の変化とともに、そのとらえ方も変容してきたこと。 <p>イ 運動やスポーツへの多様なかかわり方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツには、直接「行うこと」、テレビなどのメディアや競技場での観戦を通して、これらを「見ること」、また、地域のスポーツクラブで指導したり、ボランティアとして大会の運営や障がい者の支援を行ったりするなどの「支えること」など、多様なかかわり方があること。 <p>ウ 運動やスポーツの学び方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・その領域や種目に応じた特有の技術や作戦、戦術、表現の仕方があり、特に運動やスポーツの課題を解決するための合理的な体の動かし方などを技術といい、競技などの対戦相手との競争において、戦術は技術を選択する際の方針であり、作戦は試合を行う際の方針であること。 ・技術や戦術、表現の仕方などを学ぶにはよい動き方を見付けること、合理的な練習の目標や計画を立てること、実行した技術や戦術、表現がうまくできたかを確認することなどの方法があること。 			
評価規準の設定例	<p style="text-align: center;">運動への 関心・意欲・態度</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツが多様であることについて、情報を集めたり、意見を交換したりするなどの活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。 	<p style="text-align: center;">運動についての 思考・判断</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツが多様であることについて、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。 	<p style="text-align: center;">運動の 技能</p>	<p style="text-align: center;">運動についての 知識・理解</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツの必要性と楽しさについて、言ったり書き出したりしている。 ・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。 ・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。
学習活動例	<p>ア①自分が知っている運動やスポーツの種目を挙げ、それぞれの種目の始まりや発展を調べたり、どんな楽しさや喜びがあるかまとめてみよう。</p> <p>②社会の変化とともに、運動やスポーツがどのように発展し、その意味や捉え方が変容してきたか、「昔」と「今」を比較してまとめてみよう。(調べ学習、レポート作成、発表会など)</p> <p>イ①運動やスポーツには様々な関わり方があるが、「東京マラソン」などを取り上げて、様々な関わり方や、関わる人数、自分なりの関わり方、などを調べたり考えたりしてみよう。(自分たちの地域で行われている大会について調べてもよい。)(調べ学習、レポート作成、発表会など)</p> <p>ウ①「技術」「戦術」「作戦」とは、それぞれどんな意味があるのだろうか。具体的に1つのスポーツ種目を決めて、「技術」「戦術」「作戦」について整理してまとめてみよう。</p> <p>②「よい動き」を学ぶためにはどんな方法があるか、また、目標の設定方法や練習方法の工夫について、具体的に1つのスポーツ種目を決めて考えてみよう。(グループ学習、レポート作成など)</p> <p>*例(マット運動「倒立前転」を完成させるためにはどのようにしたらよいのだろうか。)</p> <p>(1)「よい動き」のポイントを見つけ、できるだけ細かく分析しよう。</p> <p>(2)5時間分の練習計画と目標を具体的に立てよう。</p> <p>(3)毎時間のチェック項目と評価方法を決めよう。</p>			

中2 「運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全」

ねらい	<p>○運動やスポーツの意義や効果などについて理解できるようにする。</p> <p>ア 運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果が期待できること。</p> <p>イ 運動やスポーツは、ルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できること。</p> <p>ウ 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運動を選ぶなど、健康・安全に留意する必要があること。</p>			
身に付けさせたい内容	<p>ア 運動やスポーツが心身に及ぼす効果</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツは心身両面への効果が期待できること。 ・体との関連では、発達の段階を踏まえて、適切に運動やスポーツを行うことは、身体の発達やその機能、体力や運動の技能を維持、向上させるという効果があることや食生活の改善と関連させることで肥満予防の効果が期待できること。 ・心との関連では、発達の段階を踏まえて、適切に運動やスポーツを行うことで達成感を得たり、自己の能力に対する自信をもったりすることができること、物事に積極的に取り組む意欲の向上が期待できること、ストレスを解消したりリラックスしたりすることができること、自分の感情のコントロールができるようになることなどの効果が期待できること。 <p>イ 運動やスポーツが社会性の発達に及ぼす効果</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツを行う際に求められる社会性は、ルールやマナーに関する合意を形成することや適切な人間関係を築くことであるととらえ、運動やスポーツを行うことを通してそれらの社会性が発達していく効果が期待されること。 ・その際、ルールやマナーに関して合意形成をするためには、仲間の技能・体力の程度、施設等の状況に応じて正規のルールを緩和したり、プレイの際の配慮について互いの意見の違いを調整したりすることが必要になること、適切な人間関係を築くためには、仲間と教え合ったり、相手のよいプレイに賞賛を送ったりすることが期待できる人間関係づくりが必要になること。 ・運動やスポーツを行う過程で形成された社会性が、日常生活の場でも発揮されることが期待できること。 <p>ウ 安全な運動やスポーツの行い方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安全に運動やスポーツを行うためには、特性や目的に適した運動やスポーツを選択し、発達の段階に応じた強度、時間、頻度に配慮した計画を立案すること、体調、施設や用具の安全を事前に確認すること、準備運動や整理運動を適切に実施すること、運動やスポーツの実施中や実施後には、適切な休憩や水分補給を行うこと、共に活動する仲間の安全にも配慮することなどが重要であること。 			
留意点	<p>ア ここでの体力の扱いについては、体力には、「健康に生活するための体力」と「運動をするための体力」があることを取り上げる程度とする。</p> <p>ウ 運動に関する領域で扱う運動種目等のけがの事例や健康・安全に関する留意点などについては、各運動に関する領域で扱うこととする。</p>			
評価規準の設定例	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解
	<p>・運動やスポーツの意義や効果などについて、(情報を集めたり、意見を交換したりするなどの)活動を通して、学習に積極的に取り組もうとしている。</p>	<p>・運動やスポーツの意義や効果などについて、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。</p>		<p>・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。</p> <p>・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。</p> <p>・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。</p>
学習活動例	<p>ア①運動やスポーツの効果について、「筋肉や骨の変化」を取り上げて調べてみよう。</p> <p>②運動やスポーツが心(精神面)にどんな好影響を与えるのか、自分の経験から考えよう。(調べ学習、レポート作成、グループ討論など)</p> <p>イ①みんなで楽しく学習したり、練習や試合をうまく進行させたりするためにはどんなことに配慮すればよいのだろうか。</p> <p>②部活動やスポーツをすることによって、日常生活の中で生かされることや役に立つことを具体的に挙げてみよう。(グループ討論、発表会など)</p> <p>ウ①運動やスポーツを安全に行うためには、どんなことに配慮すればよいか、運動計画、施設や用具、体調管理、などの観点別に整理してまとめてみよう。(ワークシート)</p>			

中3 「文化としてのスポーツの意義」

ねらい	<p>○文化としてのスポーツの意義について理解できるようにする。</p> <p>ア スポーツは文化的な生活を営み、よりよく生きていくために重要であること。</p> <p>イ オリンピックや国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること。</p> <p>ウ 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ていること。</p>																								
身に付けさせたい内容	<p>ア 現代生活におけるスポーツの文化的意義</p> <ul style="list-style-type: none"> 現代生活におけるスポーツは、生きがいのある豊かな人生を送るために必要な健やかな心身、豊かな交流や伸びやかな自己開発の機会を提供する重要な文化的意義をもっていること。 <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> <ul style="list-style-type: none"> オリンピック競技大会や国際的なスポーツ大会などは、世界中の人々にスポーツのもつ教育的な意義や倫理的な価値を伝えたり、人々の相互理解を深めたりすることで、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること。 <p>ウ 人々を結び付けるスポーツの文化的な働き</p> <ul style="list-style-type: none"> スポーツには民族や国、人種や性、障害の有無、年齢や地域、風土といった違いを超えて人々を結び付ける文化的な働きがあること。 																								
評価規準の設定例	<p>運動への関心・意欲・態度</p> <ul style="list-style-type: none"> 文化としてのスポーツの意義について、(意見を交換したり、自分の考えを発表したりするなどの)活動を通して、学習に主体的に取り組もうとしている。 	<p>運動についての思考・判断</p> <ul style="list-style-type: none"> 文化としてのスポーツの意義について、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。 	運動の技能	<p>運動についての知識・理解</p> <ul style="list-style-type: none"> 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っている。 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っている。 人々を結び付けるスポーツの文化的な働きについて、言ったり書き出したっている。 																					
学習活動例	<p>ア 運動やスポーツが持つ文化的な意義を、各年齢層に分けて考えてみよう。また、運動やスポーツを生活の中に上手に取り入れ「生きがいのある豊かな人生を送っている様々な事例」を調べてみよう。(調べ学習、ワークシート、レポート作成、発表会など)</p> <p>*ワークシートやレポートの例</p> <table border="1" data-bbox="242 1424 1378 1715"> <thead> <tr> <th></th> <th>学童期(6~12)</th> <th>思春期(13~19)</th> <th>青年期(20~34)</th> <th>壮年期前期(35~)</th> <th>壮年期後期(55~)</th> <th>高齢期(65~)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>運動の行い方</td> <td>友達との遊び 少年団での活動</td> <td>運動部活動 スポーツクラブ等</td> <td>サークルなどで 仲間との活動等</td> <td>地域や職場の 仲間との活動等</td> <td>生活習慣病予防 などの運動等</td> <td>地域での交流を 重視した運動等</td> </tr> <tr> <td>楽しみ、文化的意義</td> <td>仲間作り 運動欲求充足 ゲームの楽しさ</td> <td>仲間作り 体力向上 社会性を習得</td> <td>仲間作り 豊かな交流 健康管理</td> <td>豊かな交流 心身の健康 生活習慣病予防</td> <td>心身の健康 生活習慣病予防 地域での交流</td> <td>地域での交流 心身の健康 生きがい</td> </tr> </tbody> </table> <p>レポート「スポーツが生活の中に溶け込んでいる豊かな人生」</p> <p>・・・30歳の時、私は交通事故にあって下半身不随の身体となった。その時は目の前が真っ暗で現実を受け止めることができなかった。そんな日々を過ごしていたある時、たまたま見ていたテレビから車椅子ロードレースの様子が目に飛び込んできた。隣で無邪気に遊ぶ子どもを見ながら「よし！これだ。この子のためにも胸張って生きよう」と誓った。それからの日々はスポーツ(車椅子ロードレース)が常に生活の中にあり、豊かな人生を・・・</p> <p>イ オリンピック競技大会や国際的なスポーツ大会が、どのように国際親善や世界平和に貢献し、役に立っているのか、グループで調べて資料を作成し、発表してみよう。(調べ学習、発表用資料作成、発表会など)</p> <p>ウ スポーツには様々な文化的働きがあるが、民族や国、人種や性、障害の有無、年齢や地域、風土といった違いを超えて人々を結び付けている事例を調べて発表してみよう。(調べ学習、発表用資料作成、発表会など)</p>					学童期(6~12)	思春期(13~19)	青年期(20~34)	壮年期前期(35~)	壮年期後期(55~)	高齢期(65~)	運動の行い方	友達との遊び 少年団での活動	運動部活動 スポーツクラブ等	サークルなどで 仲間との活動等	地域や職場の 仲間との活動等	生活習慣病予防 などの運動等	地域での交流を 重視した運動等	楽しみ、文化的意義	仲間作り 運動欲求充足 ゲームの楽しさ	仲間作り 体力向上 社会性を習得	仲間作り 豊かな交流 健康管理	豊かな交流 心身の健康 生活習慣病予防	心身の健康 生活習慣病予防 地域での交流	地域での交流 心身の健康 生きがい
	学童期(6~12)	思春期(13~19)	青年期(20~34)	壮年期前期(35~)	壮年期後期(55~)	高齢期(65~)																			
運動の行い方	友達との遊び 少年団での活動	運動部活動 スポーツクラブ等	サークルなどで 仲間との活動等	地域や職場の 仲間との活動等	生活習慣病予防 などの運動等	地域での交流を 重視した運動等																			
楽しみ、文化的意義	仲間作り 運動欲求充足 ゲームの楽しさ	仲間作り 体力向上 社会性を習得	仲間作り 豊かな交流 健康管理	豊かな交流 心身の健康 生活習慣病予防	心身の健康 生活習慣病予防 地域での交流	地域での交流 心身の健康 生きがい																			