

保健の教科書や学習ノートを見ながら下線部 ( ) をうめましょう。また、「調べよう」をできる範囲で記入しましょう。

p34 運動やスポーツの必要性と楽しさ

～今日の運動やスポーツはどのようにして生まれ、発展してきたのでしょうか？～

運動やスポーツをなぜするのか？



・ \_\_\_\_\_ を維持し、 \_\_\_\_\_ を向上するため

・ 楽しみのため

例えば・・・表現を探求する楽しさ・勝つために工夫する楽しさ・記録を達成する楽しさ・自然に親しむ楽しさ・他人に挑戦する楽しさ・ \_\_\_\_\_ する楽しさ

☆ひとつのスポーツにもいろいろな楽しさがある

運動やスポーツの捉え方の変化

・競技スポーツ・・・長い時間をかけて、ルールや技術を変化させた

気晴らし

→

競技的な運動

→競技的なスポーツ(記録や出来栄を競う)

・ \_\_\_\_\_ 誰もが \_\_\_\_\_ に取り組める スポーツが盛んに行われる・・・日常生活を充実させたい、より豊かに生きたいという欲求から、年齢や生き方、暮らし方などに応じて誰もが気軽に取り組める

調べよう

自分の好きなスポーツや身近なスポーツがどのように生まれて、変化してきたかを、本やインターネットなどで調べて記入しましょう。(実技の教科書には、各スポーツの歴史がのっているので、本やインターネットで調べることが難しい人は、実技の教科書を見て記入しましょう。)

・スポーツ名 \_\_\_\_\_

Large rounded rectangular box for writing the name of the sport and details.