教科書p.16～17　　　　　　年　　　組　　　番　名前

**１　スポーツの始まりと発展**

**✐知識の確認**　　しっかり理解できたものにチェック☑をつけましょう。

**①スポーツの楽しさと必要性**

□体を動かす楽しさは、他の人と（　　　）や技を競い合うことや、仲間との（　　　　）、感情の（ 　　　）などと結び付くと、いっそう豊かなものになります。

□楽しさを求めて行われていた運動が（　　　　）として行われるようになり、心身を鍛えるための修行や訓練から、（　　　　）や健康を保持増進するための運動なども工夫されました。

□人は楽しさを求め、（　　　　　）に応じて、スポーツや運動を工夫し、発展させてきました。

**②スポーツの捉え方の変化**

□スポーツは、気晴らしや楽しみ、（　　　　）などを表す言葉が語源といわれています。

□スポーツは、時代や社会の変化に伴って、（　　　　　）や行い方も変化してきました。近代には、市民の健全な娯楽や社交、青少年の（　　　　）として競技スポーツが確立しました。20 世紀の前半には、強くたくましい体を育てたり、記録や（　　　　）を第一に求めたりするものという捉え方が強くなりました。

□現在では、スポーツに親しむことは全ての人にとって、（　　　　　　　　）であり、誰もが生涯にわたって楽しめるものとして捉えられるようになってきています。

memo

教科書p.18～19　　　　　　年　　　組　　　番　名前

**２　スポーツへの多様な関わり方**

**✐知識の確認**　　しっかり理解できたものにチェック☑をつけましょう。

**①スポーツを行うこと**

□興味・関心や（　　　　）、生活の仕方、年齢などを考慮して、種目や場、プログラムなどを選んで行えば、（　　　　）にわたってスポーツを楽しむことができます。

**②スポーツを見ること**

□テレビやインターネットなどの（　　　　　　）を通して見たり、（　　　　）に行って観戦したりして楽しむことができます。

**③スポーツを支えること**

□スポーツ大会の開催には、選手の補助や観客の（　　　　）、会場の（　　　　）などを行う人の支えが必要です。また、障害のある人がスポーツに参加できるように（　　　　）することも、スポーツを支える重要な活動です。

**④スポーツを知ること**

□スポーツの歴史や（　　　　）、スポーツについての情報を本や新聞、インターネットで調べるなど、スポーツを知る関わり方もあります。

**➄多様な関わり方**

□スポーツには行う、見る、支える、知るなど、多様な関わり方があり、それぞれの

（　　　　　）や意義があります。

memo

教科書p.20～21　　　　　　年　　　組　　　番　名前

**３　スポーツの多様な楽しみ方**

**✐知識の確認**　　しっかり理解できたものにチェック☑をつけましょう。

**①運動やスポーツを楽しく行うには**

□運動やスポーツを生涯にわたって楽しむには、年齢や（　　　　）、興味・関心、生活の仕方、活動の（　　　）など、世代や機会に応じて、自分に合った運動や

（　　　　　　　　　）を見つけたり工夫したりすることが大切です。

□競争や試合などで相手と競うことを楽しむには、ルールや（　　　　　）を守りフェアに競ったり、参加する人の年齢や場に応じて（　　　　　）を工夫したり、相手や仲間と健闘をたたえ合ったりするなどの行い方があります。

**②生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現のために**

□同じ一人の人でも、子供の頃から大人、高齢期まで、そのときどきの

（　　　　　　　　　）によって、スポーツの楽しみ方はさまざまに工夫できます。

□スポーツを日常的に行うには、楽しさや（　　　　　）を感じて意欲的に取り組むことが大切です。それに加えて、一緒に活動する仲間や、活動しやすい空間（場所）、活動する（　　　　）を持つと、継続してスポーツを行いやすくなります。

memo