



1 スポーツの 始まりと発展



📢 学習の目標

- スポーツはどのようにして始まり、どのように発展してきたのか理解しよう。
- スポーツの楽しさや必要性について、具体的な例を挙げて考えよう。

🔑 **キーワード** 楽しさ 必要性 ^{とら}捉え方



課題をつかむ

考える・話し合う

スポーツの語源と思うものを次の①～④から一つ選び、選んだ理由を話し合ってみましょう。

- ① 競争 ② 気晴らし ③ 健康 ④ 体力・強さ

見方

考え方

自分自身のスポーツの経験などから考えてみよう。



① スポーツの楽しさと必要性

▶ スポーツにはどんな楽しさや必要性があるだろうか。

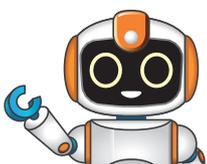
体を^の伸び^の伸びと自由に動かすことは、とても気持ちがよく、楽しいことです。この体を動かす楽しさは、他人と力や技を競い合うことや仲間との交流、感情の表現などと結び付くと、いっそう豊かなものになります。

人類は太古の昔から、このような楽しさを求めて、体を動かしていたと考えられています。やがて文明が発達し、こうした運動は競技としても行われるようになりました^①。また、心身を^{きた}鍛えるための修行や訓練、体力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^②。

このように、人は楽しさや必要性を求めて、さまざまなスポーツや運動を工夫し、発展させてきました。現在では、競争を楽しむスポーツ、技や記録への^{ちょうせん}挑戦や達成を楽しむスポーツ、自然や人との交流を楽しむスポーツ、健康を保持増進するためのスポーツなど、人々の生活を豊かにするものとして愛されています。17-1 ~ 17-2 ページ 資料 ①

^① 古代ギリシャのオリンピアで行われた競技会をはじめ、さまざまな都市で競技会が^{かいさい}開催されていた。

^② インドのヨガなど。



体を動かしたり、スポーツをしたりして、気持ちがいい、楽しいと感じた経験を思い出してみよう。

16-3



考える・調べる



考える

次のスポーツを例にとると、どんな楽しさや必要性があるでしょうか。

▼ スポーツジムでの運動



▼ 登山



情報
サプリ

「体育」という言葉は、英語のPhysical Educationの訳語として、「身体に関する教育」、「身体の教育」、「身体教育」、「身教」などの中から成立しました。