

## H 体育理論 第1学年(1)運動やスポーツの多様性

### 学習指導要領改訂に係る主な内容及び内容の取扱いの改善

「体育理論」については、基礎的な知識は、意欲、思考力、運動の技能などの源となるものであり、確実な定着を図ることが重要であることから、各領域に共通する内容や、まとまりで学習することが効果的な内容に精選するとともに、高等学校への接続を考慮して単元が構成されました。内容については、従前、第1学年で指導していた「(1)ウ 運動やスポーツの学び方」の内容を第2年で指導する内容に整理するとともに、第1学年において「ア(ウ) 運動やスポーツの多様な楽しみ方」を新たに示すなどされました。そのため、従前の「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」で構成していたことを一部改め、「運動やスポーツの多様性」、「運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方」、「文化としてのスポーツの意義」で構成することと示されました。

また、各領域との関連で指導することが効果的な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については、各領域の「(1)知識及び技能」に示すこととし、知識と技能を相互に関連させて学習させることにより、知識の重要性を一層実感できるように配慮するようになりました。

そのため、「内容の取扱い」に、引き続き全ての学年で履修させることを示すとともに、指導内容の定着がより一層図られるよう「指導計画の作成と内容の取扱い」に、従前どおり、授業時数を各学年で3単位時間以上配当することが示されました。

単元の目標、単元の評価規準をもとに単元を構想しましょう。

#### 【単元構想】

単元名	H 体育理論 第1学年(1)運動やスポーツの多様性		
単元の目標	(1) 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。 (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及び競い合うことや課題を達成するなどの楽しさから生みだされ展開してきたことについて理解できるようにする。 (イ) 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることについて理解できるようにする。 (ウ) 世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であることについて理解できるようにする。 (2) 運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができるようにする。 (3) 運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組むことができるようにする。		
単元の評価規準	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	①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必要性や、競技に応じた力を試したり、記録等を達成したり、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だされてきたことについて、言ったり書き出したりしている。また、運動やスポーツは、人々の生活と深く関わりながら、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、その捉え方が、競技としてのスポーツから、誰もが生涯にわたって楽しめるスポーツへと変容してきたことについて、言ったり書き出したりしている。 ②運動やスポーツには、「する、見る、支える、知る」など	①運動やスポーツの必要性と楽しさ、運動やスポーツへの多様な関わり方、運動やスポーツの多様な楽しみ方について、習得した知識を活用して、運動やスポーツとの多様な関わり	①運動やスポーツが多様であることを理解することや、意見交換や学習ノートの記述などの、思考し判断すると

<p style="text-align: center;">単 元 の 評 価 規 準</p>	<p>の多様な関わり方があることについて、言ったり書き出したりしている。また、直接「行うこと」に加えて、「見ること」には、例えば、テレビなどのメディアや競技場等での観戦を通して一体感を味わったり、研ぎ澄まされた質の高い動きに感動したりするなどの多様な関わり方があること、「支えること」には、運動の学習で仲間の学習を支援したり、大会や競技会の企画をしたりするなどの関わり方があること、「知ること」には、例えば、運動やスポーツの歴史や記録などを書物やインターネットなどを通して調べる関わり方があることなどの多様な関わり方があることについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>③世代や機会に応じて、生涯にわたって運動を楽しむためには、自己に適した運動やスポーツの多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。また、健康を維持したりする必要性に応じて運動を実践する際には、体づくり運動の学習を例に、体を動かすことの心地よさを楽しんだり、体の動きを高めることを楽しんだりする行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。競技に応じた力を試す際には、ルールやマナーを守りフェアに競うこと、世代や機会に応じてルールを工夫すること、勝敗にかかわらず健闘を称え合う等の行い方があることなどについて、言ったり書き出したりしている。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際には、互いの違いやよさを肯定的に捉えて自己やグループの課題の達成を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。</p>	<p>り方や楽しみ方についての自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて、思考し判断しているとともに、自己の意見を言語や記述を通して他者に伝えている。</p>	<p>ともにそれらを表現する活動及び学習を振り返る活動などに積極的に取り組もうとしている。</p>
<p><b>単元終了時の生徒の姿（単元のゴールの姿・期待される姿）</b></p>			
<p>運動やスポーツの楽しみ方や関わり方の多様性を理解し、日常生活で各自の多様な立場で運動やスポーツに積極的な関わり方をする生徒。</p>			
<p><b>単元を通した学習課題</b></p>		<p><b>本単元で働かせる見方・考え方</b></p>	
<p>運動やスポーツの多様性を知り、日常生活において自分がどのように運動やスポーツに関わっていくのかを考えよう。</p>		<p>運動やスポーツへの関わり方は多様であることに着目し、現在及び将来における自己の適性等に応じた、多様な関わり方と関連付けている。</p>	

**【指導と評価の計画】**

時	学習活動	<p style="text-align: center;">評価の観点等</p> <p style="text-align: center;">★は記録に残す評価の場面で「具体的評価規準」</p>
<p>第 1 時</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 自分や、自分のまわりの人がどんな運動やスポーツを行っているか意見を出し合う。</li> <li>2 発表で挙げられた、運動やスポーツを分類する。</li> <li>3 歴史的な時代によって、運動やスポーツをおこなう目的を考える。</li> <li>4 現代のスポーツと呼ばれる身体活動を挙げ、その楽しみ方について考え、発表する。</li> <li>5 学習したことを確認し、ワークシートにまとめる。</li> </ol>	<p>★【知①】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必要性や、競技に応じた力を試したり、記録等を達成したり、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だされてきたことについて、言ったり書き出したりしている。また、運動やスポーツは、人々の生活と深く関わりながら、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、その捉え方が、競技としてのスポーツから、誰もが生涯にわたって楽しめるスポーツへと変容してきたことについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>(方法：ワークシート・発言)</p>

第2時	<p>1 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の参加選手の人数を考えるとともにボランティアの人数とその仕事内容を知る。</p> <p>2 「する、みる、支える、知る」の関わり方があることに気づく。</p> <p>3 学校での体育の授業や体育的行事、地域やボランティア、職業としてなど様々な運動やスポーツとの関わり方があることに気づく。</p> <p>4 多様な関わり方がある上で、自分自身が今後、運動やスポーツへどのように関わっていくのかを考え、学習したことをもとにワークシートにまとめ、発表する。</p>	<p>★【知②】運動やスポーツには、「する、見る、支える、知る」などの多様な関わり方があることについて、言ったり書き出したりしている。また、直接「行うこと」に加えて、「見ること」には、例えば、テレビなどのメディアや競技場等での観戦を通して一体感を味わったり、研ぎ澄まされた質の高い動きに感動したりするなどの多様な関わり方があること、「支えること」には、運動の学習で仲間の学習を支援したり、大会や競技会の企画をしたりするなどの関わり方があること、「知ること」には、例えば、運動やスポーツの歴史や記録などを書物やインターネットなどを通して調べる関わり方があることなどの多様な関わり方があることについて、言ったり書き出したりしている。 (方法：ワークシート・発言)</p> <p>★【思①】運動やスポーツへの多様な関わり方についての、自己の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断し、自分の意見を他者に伝えたり、書いたりしている。 (方法：ワークシート・発言)</p>
第3時	<p>1 運動やスポーツには、どんな楽しさがあるか考え、発表する。</p> <p>2 「健康」「競争」「交流」に分類する。</p> <p>3 同じ運動やスポーツでも、楽しみ方は様々であることに気づく。</p> <p>4 「誰もが楽しめる運動・スポーツ」の企画を考え、意見を出し合う。</p> <p>5 単元のまとめを行う。</p>	<p>★【知③】世代や機会に応じて、生涯にわたって運動を楽しむためには、自己に適した運動やスポーツの多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。また、健康を維持したりする必要性に応じて運動を実践する際には、体づくり運動の学習を例に、体を動かすことの心地よさを楽しんだり、体の動きを高めることを楽しんだりする行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。競技に応じた力を試す際には、ルールやマナーを守りフェアに競うこと、世代や機会に応じてルールを工夫すること、勝敗にかかわらず健闘を称え合う等の行い方があることなどについて、言ったり書き出したりしている。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際には、互いの違いやよさを肯定的に捉えて自己やグループの課題の達成を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 (方法：ワークシート・発言)</p> <p>★【学①】運動やスポーツが多様であることを理解することや、意見交換や学習ノートの記述などの、思考し判断するとともにそれらを表現する活動及び学習を振り返る活動などに積極的に取り組もうとしている。 (方法：ワークシート・発言)</p>

具体的な指導内容	
1	<p>ICT活用</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習課題へのイメージを想起させるためにVTRを視聴させる。</li> <li>○学習に課題解決のために必要な情報を収集する。</li> <li>○意見発表や個人の考え等を共有するためのアプリ等を活用する。</li> </ul> <p>2 障がいのある生徒への配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○見えにくさを感じる場合には、板書や出力する内容の資料（プリントやICT機器等）を用意するなどの配慮をする。</li> <li>○生徒が見通しを持って安心して取り組むことができるよう、学習の流れを視覚的に明示する。</li> </ul>

時間	学 習 内 容 ・ 活 動
1	<p><b>【学習内容】</b>  ○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必要性や、競技に応じた力を試したり、記録等を達成したり、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だされてきたこと。また、運動やスポーツは、人々の生活と深く関わりながら、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、その捉え方が、競技としてのスポーツから、誰もが生涯にわたって楽しめるスポーツへと変容してきたこと。（知）</p> <p>事前アンケートからの変容も単元のゴールの姿へ近づいているか判断することができます。また、運動の必要性をあまり感じていない（苦手）な生徒を把握し指導・助言につなげることもできます。</p> <p>1 導入  スポーツの場面のVTRを見せ、学習の意欲を高める。</p> <p>2 展開  (1) 運動やスポーツがどのようなことから生みだされてきたか理解する。  ① 自分や周りの人がどんな運動やスポーツを行っているか出し合う。  ② 資料等を読み取り、考えを深め発表する。  ③ 発表で挙げられた運動やスポーツを分類する。  ※「健康維持（必要性）の追求」「楽しさの追求」に分類する。</p> <p>〔説明〕運動やスポーツの行い方は、昔から今にかけて移り変わってはきていますが、その目的は、昔も現代の私たちも、大きく分けると「健康維持（必要性）の追求」「楽しさの追求」2つあるということは共通しています。</p> <p>(2) 運動やスポーツの意味や捉え方が、変化してきたことについて理解する。  ① 下記の年代における運動やスポーツを行う目的を考える。  ア 前近代：遊ぶ、気晴らしをする。  イ 近代：運動競技。  ウ 現代：健康や楽しみを求めて自発的に行われる身体活動。</p> <p>スポーツ基本法の改定からも捉えられる現代のスポーツの理念について触れることもできます。</p> <p>② 現代のスポーツと呼ばれる身体活動を挙げ、その楽しみ方について考え、発表す</p> <p>ジョギング、ダンス、キャンプ、スケートボード、ボルタリング、スラックライン、スポーツ吹き矢、パタング、バブルサッカー、eスポーツなど、スポーツの意味は広がっており、様々な身体活動が含まれています。この考えは、誰もが生涯にわたってスポーツに親しむ「生涯スポーツ」という捉え方です。  それぞれがスポーツを実践しているという視点を与えられるようにしましょう。</p> <p>3 終末  本時のまとめと振り返りを行う。</p>



### 【学習内容】

- 運動やスポーツには、「する、見る、支える、知る」などの多様な関わり方があること。また、直接「行うこと」に加えて、「見ること」には、例えば、テレビなどのメディアや競技場等での観戦を通して一体感を味わったり、研ぎ澄まされた質の高い動きに感動したりするなどの多様な関わり方があること、「支えること」には、運動の学習で仲間の学習を支援したり、大会や競技会の企画をしたりするなどの関わり方があること、「知ること」には、例えば、運動やスポーツの歴史や記録などを書物やインターネットなどを通して調べる関わり方があることなどの多様な関わり方があること。（知）
- 運動やスポーツへの多様な関わり方についての、自己の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断し、自分の意見を他者に伝えること。（思）

## 1 導入

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の映像を観る。

## 2 展開

(1) 運動やスポーツには「する、みる、支える、知る」などの多様な関わり方があることについて理解する。

① 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の参加選手の人数を考える。

② 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のボランティアの人数とその仕事内容を知る。

※統計資料を提示し、ボランティアの数の多さと、「支える」存在の大切さを押さえる。

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会でのボランティアの活躍の記事など紹介すると関心がさらに高まります。



③ 「する、みる、支える、知る」の関わり方を知る。

【する】実際にスポーツを行うこと。

例) スポーツ選手、体育の授業、体育的行事、部活動、ラジオ体操、クラブ等での活動、地域等でのスポーツのレクリエーションなど

【みる】スポーツを観戦すること。

例) 競技場で直接観戦、テレビ等メディアで視聴する間接観戦

【支える】する人やみる人を支えること。

例) 大会スタッフ、ボランティア、テレビスタッフなど

【知る】スポーツ情報を収集すること。

例) スポーツの歴史や記録、練習方法などを書物やインターネットなどで調べる。

④ スポーツの試合を例に「する、みる、支える、知る」の関わり方の考えをさらに深める。プロ野球やJリーグ等、地域や学校の実態に応じて、生徒の意欲が高まるスポーツの例を挙げ分類する。

(2) 運動やスポーツの関わり方への自己の課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに他者に伝える。

① 学校での体育の授業や体育的行事、地域やボランティア、職業としてなど様々な運動やスポーツとの関わり方があることを知る。

② 多様な関わり方について、自分自身の関わり方を振り返り、今後、運動やスポーツへどのように関わっていくか考える。

③ 今できることや、今後の自分自身の多様な関わり方について書き出し、お互いに発表し合う。

## 3 終末

本時のまとめと振り返りを行う。

【学習内容】

- 世代や機会に応じて、生涯にわたって運動を楽しむためには、自己に適した運動やスポーツの多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であること。また、健康を維持したりする必要性に応じて運動を実践する際には、体づくり運動の学習を例に、体を動かすことの心地よさを楽しんだり、体の動きを高めることを楽しんだりする行い方があること。競技に応じた力を試す際には、ルールやマナーを守りフェアに競うこと、世代や機会に応じてルールを工夫すること、勝敗にかかわらず健闘を称え合う等の行い方があること。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際には、互いの違いやよさを肯定的に捉えて自己やグループの課題の達成を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方があること。（知）
- 運動やスポーツが多様であることを理解することや、意見交換や学習ノートの記述などの、思考し判断するとともにそれらを表現する活動及び学習を振り返る活動などに積極的に取り組むこと。（学）

1 導入

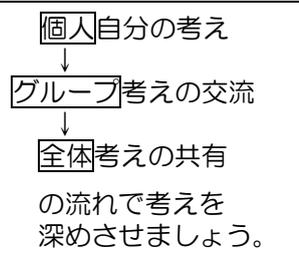
- (1) 前時までの学習内容を確認する。
  - ① 運動やスポーツを行う必要性や楽しさがあること。
  - ② 運動やスポーツには、「する、みる、支える、知る」の多様な関わり方があること。

2 展開

- (1) 運動やスポーツには、「健康」「競争」「交流」などの多様な楽しみ方あることについて理解する。

- ① 運動やスポーツには、どんな楽しみ方があるかたくさん考える。

自分、まわりの人、体育の授業や部活動など、いろいろな立場や場面からの楽しみ方をたくさん出し合えるようにしましょう。



- ② 「健康」「競争」「交流」に分類する。  
楽しみが重なる複合的なものもあることも知る。
- ③ 同じ運動やスポーツでも、楽しみ方は様々であることを考える。

- (2) 「誰もが楽しめる運動・スポーツ」の企画について考え、発表し合う。

- ① 目的や年齢、性別の違い、障がいの有無などの視点を与え、考えさせる。

パラリンピックの種目や、ゆるスポーツ、超人スポーツなども紹介し、スポーツの意味あいは広範囲になっていることを、知ることで発想も広がっていくことが期待できます。



- ② 継続した運動やスポーツを実践していくためには、「仲間」「空間」「時間」を確保することが有効であることを知る。

3 終末

単元のまとめと振り返りを行う。