体育編「ワークシート」

「1　人間にとって「動く」とは何か　」

令和　　年　　月　　日　　(曜日)　　校時
（　　）年（　　）組（　　）番
氏名（　　）

1．人間にとっての運動の意味

（　　）や（　　）の活動による（　　）の動き

❶動物（　　）としての運動→人間は（　　）するようにできている。

（　　）　食料の探索・捕獲・採集、危険回避、攻撃
（　　）　相手の探索・獲得、生殖行動
（　　）が伴う

❷人間としての運動→さまざまな（　　）を使って（　　）（人間特有の動き）

どのような（動き）があるか考えてみよう。

具体例を書いてみよう

❸運動に必要な能力を高める意義→より（　　）した生活

どのようなものがあるかな？　（　　）（　　）（　　）など

（　　）　記録の向上、できる種目が増える、けがの予防など

（　　）　作業能率が上がる、集中力が高まるなど

（　　）　行動が活発、疲れにくくなる、病気やけがからの回復が早くなるなど

２　動きの工夫と文化

動物としての動き　成長とともに（　　）に身につく

人間特有の動き　工夫し（　　）することで身につく⇒（　　）

（　　）が生まれた　　芸術・スポーツ・食・生活など

現代の生活　⇒　体を動かさない生活

（　　）・（　　）・（　　）の減少

意識して活発な運動を計画的の実施する　⇒

※（　　）の調和のとれた（　　）な生活につながる

【考えてみよう】

走る、泳ぐ、食べるなど身近な動作について人間とほかの動物の違いを考えてみよう。

○走る

○泳ぐ

○食べる

○その他の例