

## F 武道（剣道）

### 1 改訂のポイント

中学校1年から高校3年までの6年間で3期に分け、それぞれの期に応じた内容を明確にして履修する。中学校では、基本動作と基本となる技を確実に身につけ、基本動作や基本となる技を用いて、相手の動きの変化に対応した攻防ができるようにすることをねらいとしている。

高等学校ではこれまでの学習を踏まえて、「得意技を用いた攻防が展開できるようにする」ことが求められる。

そして、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを深く味わい、剣道の学習に主体的に取り組み、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たすことなどに意欲をもち、健康や安全を確保するとともに、剣道の伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古、体力の高め方、課題解決の方法、試合の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにすることが求められる。

### 2 運動の特性

#### (1) 一般的特性

ア 機能的特性（運動を行う者の欲求や必要を充足する機能に着目）

(ア) 対人競技としての攻防で勝敗を競うことで楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

(イ) 老若男女を問わず稽古や試合ができ、生涯スポーツとして非常に適している運動である。

(ウ) 竹刀を用い身体接触以前に勝敗を決することができるため、体格の差や性別、年齢を問わず勝敗を競うことができる運動である。

イ 構造的特性（運動のルール、技術的仕組みや構造、作戦などに着目）

(ア) 構え、体さばきや基本打突の仕方と受け方などの相手の動きに応じた基本動作としかけ技、応じ技などの基本となる技からなる運動である。

(イ) 相手の技や心をよみ、自分の技や心を読まれぬように有効打突を狙う運動である。

ウ 効果的特性（身体的・精神的・社会的発達に対する運動の効果に着目）

(ア) 対人的な動きを中心とした全身運動であり、体力要素の中でも敏捷性・瞬発力・巧緻性が高まる運動である。

(イ) 相手を尊重し、自分で自分を抑える克己の心を養い伝統的な行動の仕方や考え方が身につく運動である。

#### (2) 生徒からみた特性

ア 武技・武術などから発生した我が国固有の文化を持ち合わせた運動である。

イ 防具を装着し、竹刀を用いて打突しあう格闘技である。

ウ 体格の差にかかわらず勝敗を競うことができる競技である。

エ 礼に始まり礼に終わる、礼儀が重んじられた競技である。

#### (3) 競技の歴史等

ア 日本古来の剣術の流派が全日本剣道連盟によってまとめられ剣道となり第二次世界大戦後、近代スポーツとしてのルールが整備され、体育・スポーツとしての発展の道をたどっている。

イ 現在、剣道は「生涯剣道」として、青少年から高齢者まで男女を問わず、多くの人々に愛好されており、その数は数百万ともいわれている。

ウ 外国では国際剣道連盟に50カ国・地域が加盟し、その人口は約百万人に達しているといわれ、3年ごとに世界大会が開催されている。

### 3 評価規準【第1学年】

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
評価規準 内容のまとまりごとの	<ul style="list-style-type: none"> <li>・武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする</li> <li>・自己の責任を果たそうとすることなど</li> <li>・健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生涯にわたって剣道を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・武道の特性に応じて、攻防を展開するための得意技を身につけている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。</li> </ul>
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・剣道の学習に自主的に取り組もうとしている。</li> <li>・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。</li> <li>・自己の責任を果たそうとしている。</li> <li>・互いに助け合い教え合おうとしている。</li> <li>・健康・安全を確保している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の技能・体力の程度に応じた得意技を見つけている。</li> <li>・提供された攻防の仕方から、自己に適した攻防の仕方を選んでいる。</li> <li>・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。</li> <li>・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。</li> <li>・剣道を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見つけている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・剣道では、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技のいずれかができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・剣道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</li> <li>・技の名称や見取り稽古の仕方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>・剣道に関連した体力の高め方について、学習した具体例をあげている。</li> <li>・運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</li> <li>・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> </ul>
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>①技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい得意技を身につけることに自主的に取り組もうとしている。(観察)</li> <li>②礼に始まり礼に終わるなどの伝統的な行動の仕方を自らの意志で大切にしようとしている。(観察)</li> <li>③練習や簡単な試合の進行などで仲間と互いに合意した役割に、責任をもって取り組もうとしている。(観察)</li> <li>④練習や試合の場面で、自己や仲間の健康・安全を確保している。(観察)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①練習の際に、相手を引き受けたり、運動観察などを通して、仲間の技術的な課題や有効な練習方法の選択について、指摘するなど教え合ったりしている。(観察・学習ノート)</li> <li>②自己の技能・体力の程度に応じて、最も攻めやすく、効率よく攻めることができる得意技を見つけている。(観察・学習ノート)</li> <li>③提供された攻防の仕方から自己に適した攻防の仕方を学び、学習した知識や技能を活用して工夫している。(観察)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①剣道の礼法や構え、足さばき、素振りなどの基本動作ができる。(観察)</li> <li>②基本動作から面、胴、小手、突きなどの空間打突ができる。(観察)</li> <li>③基本動作から相手の動きに応じたしかけ技や応じ技ができる。(観察)</li> <li>④自由練習やごく簡単な試合で相手の動きに応じて得意技を出すことができる。(観察)</li> <li>⑤基本技や得意技を用いて試合の中の攻防を展開することができる。(観察)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①剣道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。(学習ノート・発言)</li> <li>②剣道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。(学習ノート・発言)</li> <li>③技の名称や技をしかける機会・かけ方や気合いなどについて学習した具体例を言ったり書き出したりしている。(学習ノート・発言)</li> <li>④自己観察や他者観察などの運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。(学習ノート・発言)</li> <li>⑤試合におけるルール、審判や運営の仕方について、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。(学習ノート・発言)</li> </ul>

## 4 単元計画例【第1学年】

単元の指導計画 展開例

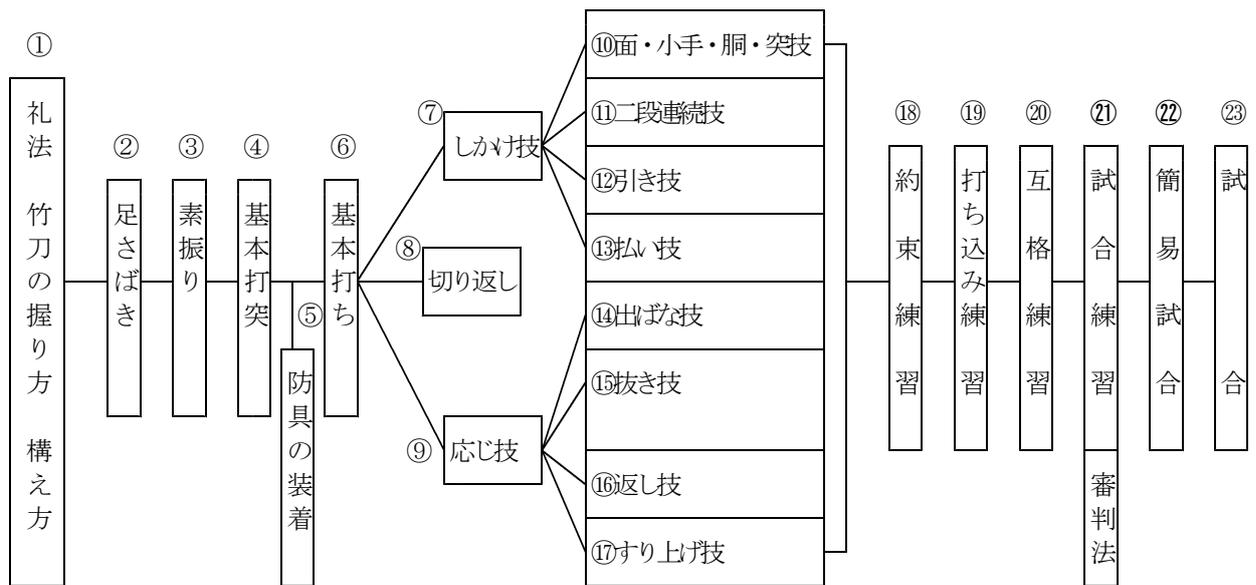
時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
学習の流れ	準備運動、本時のねらいと内容の確認																					
	オリエンテーション	学びなおし	構え・体さばき・素振り										相手の動きに応じた体さばき					試合				
基本打突			しかけ技・応じ技																			
			繰り返し・約束練習																			
自由練習										簡易試合												

指導と評価の機会	技能	既習技や得意技の技能の上達を踏まえて、しかけ技や応じ技を用いて攻防を展開する。																					
	関心・意欲・態度	技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、剣道の学習に自主的に取り組もうとする。																					
	知識・理解	剣道の基本的事項を理解し攻防を展開するための運動の行い方を工夫できるようにする。																					
	思考・判断																						

技能	基本動作	評価①	基本打突	評価②	二段技	出ばな技	引き技	抜き技	払い技	すり上げ技	得意技	評価③	評価④	評価⑤
関心・意欲・態度	伝統的な行動の仕方	評価②	自己の責任を果たす意識	評価③	健康安全	評価④	自主的な取り組み	評価①						
知識・理解	剣道学習の意識	評価①	体力の高め方	評価②	技の名称 課題解決の方法	評価③	運動観察の方法	評価④	ルール 審判・運営の仕方	評価⑤				
思考・判断			課題や練習方法の選択	評価①			得意技を見つける	評価②	攻防の仕方	評価③				

## 5. 指導系統



〈指導内容〉

- ①正座・座礼・立礼、竹刀の名称・手の内、中段の構え
- ②すり足・踏み込み足
- ③上下素振り・正面素振り・左右面素振り・跳躍素振り
- ④すり足で三歩進んで踏み込んで空間を打突する。(面・小手・胴・突・小手-面)
- ⑤正確で安全な防具の装着
- ⑥防具を装着し二人組となり、踏み込んで(面・小手・胴・突)を打突する
- ⑦自らしかけていく技(一本打ちの技・二段連続技・引き技・払い技)
- ⑧二人組となり、正面を打ち体当たりー左右面を前に4歩後ろに5歩すり足で移動しながら9本打つー正面を打って抜け残心
- ⑨相手の打ち込みに応じる技(出ばな技・抜き技・返し技・すり上げ技)
- ⑱打つ側と打たせる側との間に間合いや速さなど約束をして基本的な打突の稽古をする
- ⑲元立ち(打たせる側)の与える打突の機会をとらえて打ち込んで打突の基本的な機会や技術を体得する
- ⑳お互いに剣道のかけひきを尽くして、互いに機をはかり、変化に応じて勝負を争い総合的な技術を体得する。
- ㉑試合形式での稽古の中でお互いに一本であるか否かの判断をしながら勝敗を競い合う。審判法・有効打突の基準の確認
- ㉒能力別等のグループや個人戦・団体戦等の試合を行う。
- ㉓試合・審判

## 6 学習の展開【第1学年】

### (1) 授業展開例

#### ア 目標

技能： 技の練習（基本打ち）ができるようにする。

態度： 安全に防具が装着できるようにする。

知識・思考・判断： 相手に隙を作らせるための工夫。防御の工夫ができたか。

#### イ 展開（7時間目／22時間）

段階	時間	学習内容と活動	指導・支援（○）・評価（☆）	備考 (用具等)
はじめ	5分	竹刀、防具の準備。点検 整列、挨拶を行う。 体育委員を中心に、準備運動を行う。	○竹刀をロッカーから、防具を防具室から準備できるようにする。 ○号令をかけながら体育委員を中心に、しっかりと準備運動ができるように指示をする。	竹刀 防具 手ぬぐい
なか	40分	本時の目標を確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">本時の目標 ○安全に防具を装着し、技の練習（基本打ち）ができるようにする。 ○相手に隙を作らせるための工夫。防御の工夫ができるようにする。</div> 防具を垂・胴・面・小手の順に装着する。 基本打突 その場で面 ステップ面 正面打ち <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px; display: inline-block; margin: 5px 0;">竹刀の点検</div> お互いの攻防から面を打つ 面を防御する	○防具の装着のポイントを確認しながら、安全に装着されているかを点検し、不備がある場合は安全に装着できるように指示をする。 ○クラス2列になり対人の練習が出来る隊形にさせる。 ○お互いに面を打つ、打たれる感覚を理解できるようにさせる。 ○上半身と下半身の動きを連動させられるように助言する。 ○すり足で1歩入り、踏み込んで正面を打ち、残心を取るまでの流れを理解できるように助言する。 ○「お互いの攻防からどうすれば面に隙ができるか」生徒に問いかけ自分の考えを答えさせ工夫できるようにする。 (構えが崩れた、打ちを出そうとすると、打ったあと、技を受けたところに隙ができる) ○「相手が面を打ってきたとき、どう防御すれば打たれないか」生徒に問いかけ自分の考えを答えさせ工夫できるようにする。	

		<p>防具をはずし・片付ける</p> <p style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">竹刀の点検</p>	<p>させる。        (足を使い体をさばき、竹刀を利用して防御する)        ○防具を小手・面・胴・垂の順ではずし、指定された形に組み防具室に片付けさせる。</p> <p>☆【関・意・態】②(観察)        「努力を要する生徒」に対し仲間に対する配慮の大切さを個別に話をする。</p>	
ま と め	5 分	<p>整理運動を行う</p> <p>本時のまとめを行う。</p> <p>次回予告</p>	<p>○号令をかけながら体育委員を中心に、しっかりと整理運動ができるように指示をする。</p> <p>○隙を作るために必要なこと。防御のポイントを確認する。</p> <p>○小手・胴の基本打ちに入ること。手ぬぐいを忘れないよう伝える。</p>	

(2) 思考力・判断力・表現力をはぐくむ学習例

ア ねらい1 相手に隙を作らせるための工夫。

(ア) 発問：「お互いの攻防からどうすれば面に隙ができるか？」

(イ) 期待したい回答：(指導する内容) 構えが崩れた、打ちを出そうとするところ、打ったあと、技を受けたところに隙ができる

(ウ) 回答を導く手立て：(練習方法)

a フェイント、相手の竹刀を払うなどして構えを崩す。

b 打ちを出す瞬間、技を出した後、技を受けたところに隙ができることを把握し、タイミングを合わせて打つ。

イ ねらい2 防御の工夫。

(ア) 発問：「相手が面を打ってきたとき、どう防御すれば打たれないか？」

(イ) 期待したい回答：(指導する内容) 足を使い体をさばき、竹刀を利用して防御する

(ウ) 回答を導く手立て：(練習方法)

a 体さばきによって相手の打ちをかわす方法と竹刀で相手の打ちをかわす方法を理解し二つの防御の方法を併用することにより完全な防御となる。

