

## 【武道】

### 1 運動の特性

#### (1) 一般的特性

##### ○機能的特性

- 〈柔 道〉 ・相手の動きに対応した攻防を展開して勝敗を競い合うところに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- 〈剣 道〉 ・相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合うところに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
- 〈相 撲〉 ・相互に技の攻防をしあい、相手の体勢を崩して土俵の外に出したり、倒したりするところに、楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

##### ○構造的特性

- 〈柔 道〉 ・姿勢と組み方、進退動作、崩しと体さばき、受け身などの「相手の動きに応じた基本動作」と投げ技、固め技などの「基本となる技」からなる運動である。
- 〈剣 道〉 ・構えと体さばき、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。
- 〈相 撲〉 ・蹲踞姿勢、塵浄水、四股、伸脚、腰割、調体、中腰の構え、運び足、仕切りからの立ち合い、受け身などの「相手の動きに応じた基本動作」と押し、寄り、突き、前さばき、投げ技、ひねり技などの「基本となる技」からなる運動である。

##### ○効果的特性

- 〈柔 道〉 ・練習や試合をとおして、瞬発力・筋持久力・巧緻性などを高めることができる運動である。
  - ・相手を尊重する態度や礼儀・ルールの遵守、公正な態度を養うなど、社会的に望ましい行動の仕方を身に付けることができる運動である。
- 〈剣 道〉 ・作法、竹刀の取り扱い、防具を着装する時の紐の結び方など、伝統文化が身に付く運動である。
  - ・道具は自分の身を守るものであると同時に相手に怪我をさせるものではないという考えを培い、安全性を確認することで相手を思いやる気持ちや尊重する気持ちが身に付く運動である。
  - ・主に瞬発力、敏捷性、巧緻性などを高めることができる運動である。
- 〈相 撲〉 ・練習や試合をとおして瞬発力・巧緻性・柔軟性などを高めることができる運動である。
  - ・相手との格闘的な対応の中で旺盛な気力や冷静さを培うとともに、相手を尊重する態度や礼儀・ルールの遵守、公正な態度を養うなど、社会的に望ましい行動の仕方を身に付けることができる運動である。

#### (2) 中学生から見た特性

- 〈柔 道〉 ・多くの生徒は、「技の習得（とくに投げ技）」や「試合（自由練習）」に関して高い関心を示している。
  - ・柔道は他の武道と同様に、大半の生徒が中学校で初めて経験する運動種目であるので、体格、体力や運動能力、技能習得状況、投げられることへの恐怖感等から学習意欲に差が出ることもある。
- 〈剣 道〉 ・身に付けた得意技を用いて、相手から一本をとることができると楽しさや喜びが増す。
  - ・防具の着脱に時間がかかることや、防具を付けたときの臭いや暑さから学習意欲に差が出ることもある。
- 〈相 撲〉 ・相撲独特の礼儀や作法に興味を持ち、対人的技能の習得には積極的であり、相手を投げたり押し出したり、自分より大きな相手に勝つと楽しさが増す。
  - ・裸になることの恥ずかしさ、投げられた時の恐怖心や痛み・身体の汚れから学習意欲に差が出るが多い。

## 2 学習のねらい

### ○技能

〈柔道〉

[第1学年及び第2学年]

- ・技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。
- ・相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの攻防を自由練習やごく簡単な試合で展開できるようにする。

[第3学年]

- ・技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技や連絡技を身に付けることができるようにする。
- ・相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を自由練習や簡単な試合で展開できるようにする。

柔道の技能の学習段階の例

| 学年           | 第1・2学年   | 第3学年   |
|--------------|--|--|
| 基本動作         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・姿勢、組み方</li> <li>・進退動作（すり足、歩み足、継ぎ足）</li> <li>・崩し</li> </ul>   |  |
| 受け身          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・前回り受け身</li> <li>・横受け身</li> <li>・後ろ受け身</li> </ul>   |  |
| 投げ技          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・後ろさばき→体落とし（横受け身）</li> <li>・前回りさばき→大腰（前回り受け身）</li> <li>・前さばき→膝車（横受け身）</li> <li>・前さばき→大外刈り（後ろ受け身）</li> <li>・前さばき→支え釣り込み足（横受け身）</li> <li>・前さばき→小内刈り（後ろ受け身）</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・前回りさばき→背負い投げ（前回り受け身）</li> <li>・前回りさばき→払い腰（前回り受け身）</li> </ul> |
| 投げ技の連絡       | <ul style="list-style-type: none"> <li>〈2つの技を同じ方向にかける〉</li> <li>・大内刈り→大外刈り</li> <li>・釣り込み腰→払い腰</li> <li>〈2つの技を違う方向にかける〉</li> <li>・釣り込み腰→大内刈り</li> <li>・大内刈り→背負い投げ</li> </ul>   |  |
| 固め技          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・「抑え込みの条件」を満たした固め技</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・抑えられている者が、相手に制せられていること</li> <li>・畳に背、両肩又は片方の肩がついていること</li> <li>・横側、頭上、身体の上から制していること</li> <li>・抑えている者が、相手の脚で自分の脚または身体を制せられていないこと</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・けさ固め</li> <li>・横四方固め</li> <li>・上四方固め</li> <li>・固め技の返し</li> </ul> |  |
| 固め技の連絡       | <p>〈取〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手の動きに応じて → ・けさ固め</li> <li>・横四方固め</li> <li>・上四方固め</li> </ul> <p>〈受〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・けさ固め</li> <li>・横四方固め → ・返し</li> <li>・上四方固め</li> </ul>   |  |
| 投げ技から固め技への連絡 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・大外刈り→けさ固め</li> <li>・小内刈り→横四方固め</li> </ul>  |  |

(剣 道)

[第1学年及び第2学年]

- ・技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。
- ・相手の動きに応じた基本動作（構え、体さばき、基本打突の仕方と受け方）から基本となる技を用いて自由練習やごく簡単な試合で攻防を展開できるようにする。

[第3学年]

- ・技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。
- ・相手の動きの変化に応じた構え、体さばき、竹刀操作、基本打突の仕方と受け方ができるようにする。
- ・基本となる技や得意技を用いて、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ことができるようにする。
- ・既習技のしかけ技や応じ技にくわえ出ばな技や払い技、すり上げ技の上達をはかり、既習技を用いた攻防を展開できるようにする。
- ・自己の技能や体力に応じた得意技を身に付け自由練習や簡単な試合の中で攻防を展開することができるようにする。

剣道の技能の学習段階の例

| 学年               |  | 中学校1・2年  |  | 中学校3年  |  |
|------------------|--|--|--|--|--|
| 基本動作             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・構え</li> <li>・体さばき</li> <li>・基本打突</li> <li>・受け方</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・中段の構え</li> <li>・歩み足</li> <li>・正面打ち</li> <li>・正面打ち</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・送り足</li> <li>・左右面</li> <li>・左右面</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・小手</li> <li>・小手の受け方</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・胴</li> <li>・胴の受け方</li> </ul>                   |
| 基本となる技<br>(しかけ技) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・二段の技</li> <li>・引き技</li> <li>・出ばな技</li> <li>・払い技</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・面一胴</li> <li>・引き面</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・小手一面</li> <li>・引き胴</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・面一面</li> <li>・引き小手</li> <li>・出ばな面</li> <li>・払い面</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・小手一胴</li> <li>・打ばな小手</li> <li>・払い小手</li> </ul> |
| 基本となる技<br>(応じ技)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・抜き技</li> <li>・すり上げ技</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・面抜き胴</li> <li>・小手抜き面</li> </ul>                              |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・小手すり上げ面</li> </ul>   |  |

(相 撲)

[第1学年及び第2学年]

- ・技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。
- ・相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、押ししたり寄りたりするなどの攻防を自由練習やごく簡単な試合展開できるようにする。

[第3学年]

- ・技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。
- ・相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技や得意技を用いて、相手を崩し、投げたりひねったりするなどの攻防を展開できるようにする。
- ・既習技や得意技の技能の上達を踏まえて、投げ技やひねり技を用いた自由練習や簡単な試合で攻防を展開することができるようにする。

相撲の主な技の例示等

| 学年     | 中学校1・2年   |  | 中学校3年   |   |
|--------|---|--|---|---|
| 基本動作   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・蹲踞姿勢・塵浄水</li> <li>・四股・伸脚・腰割り・調体</li> <li>・中腰の構え・運び足</li> <li>・仕切りからの立ち合い</li> <li>・受け身</li> </ul> |  |   |   |
| 基本となる技 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・押し</li> <li>・寄り</li> <li>・前さばき</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・押しー押しつけ</li> <li>・押しー絞り込み</li> <li>・寄りー巻き返し</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・押し</li> <li>・前さばき</li> <li>・突き</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・寄り</li> <li>・突きーいなし</li> <li>・突きーいなし</li> <li>・突きーはね上げ</li> </ul> |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・投げ技</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・上手投げー受け身</li> <li>・下手投げー受け身</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・投げ技</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・すくい投げー受け身</li> </ul>  |
|        |   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ひねり技</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>・突き落としー受け身</li> </ul>  |

○態度

〈領域共通〉

[第1学年及び第2学年]

- ・武道の学習に積極的に取り組もうとすることができるようにする。
- ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることができるようにする。
- ・分担した役割を果たそうとすることができるようにする。
- ・仲間の学習を援助しようとするようにする。
- ・禁じ手を用いないなど健康・安全に留意することができるようにする。

[第3学年]

- ・武道の学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。
- ・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ようにする。
- ・自己の責任を果たそうとすることができるようにする。
- ・互いに助け合い教え合おうとすることができるようにする。
- ・健康・安全を確保することができるようにする。

○知識，思考・判断

〈領域共通〉

[第1学年及び第2学年]

- ・技の名称や行い方を理解し、技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けることができるようにする。
- ・課題に応じた練習方法を理解し、自己に適した練習を選ぶことができるようにする。
- ・仲間と協力することの大切さを理解し、様々な場面で分担した役割に応じた協力の仕方を見付けることができるようにする。
- ・安全上の留意点を理解し、練習場面に当てはめることができるようにする。

[第3学年]

- ・課題に応じた練習方法を理解し、自己の技能・体力の程度に応じた得意技を見付けることができるようにする。
- ・様々な攻防の仕方を理解し、自己に適した攻防の仕方を選ぶことができるようにする。
- ・協力することの大切さを理解し、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することができるようにする。
- ・健康・安全における留意点を理解し、それを確保するため体調に応じて適切な練習方法を選ぶことができるようにする。
- ・武道の素晴らしさを理解し、継続して楽しむための自己に適したかかわり方を見付けることができるようにする。

3 評価規準

[第1学年及び第2学年]

【内容のまとめりごとの評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度  | 運動についての<br>思考・判断                      | 運動の技能                                    | 運動やについての<br>知識・理解                                    |
|---|---------------------------------------|--|--|
| 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守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、禁じ手を用いないなど健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。 | 武道を豊かに実践するための学習課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 | 武道の特性に応じて、攻防を展開するための基本動作や基本となる技を身に付けている。 | 武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力、試合の行い方を理解している。 |

【単元の評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度   | 運動についての<br>思考・判断   | 運動の技能   | 運動やについての<br>知識・理解  |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 武道の学習に積極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守ろうとしている。</li> <li>・ 分担した役割を果たそうとしている。</li> <li>・ 仲間の学習を援助しようとしている。</li> <li>・ 禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 技を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。</li> <li>・ 課題に応じた練習方法を選んでいる。</li> <li>・ 仲間と協力する場面で分担した役割に応じた協力の仕方を見付けている。</li> <li>・ 学習した安全上の留意点を他の練習場面に当てはめている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 柔道では、投げたり抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができる。</li> <li>・ 剣道では、打ったり受けたりするなどの攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができる。</li> <li>・ 相撲では、押しやり寄ったりするなどの攻防を展開するための相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技ができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 武道の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。</li> <li>・ 武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>・ 技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>・ 武道に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。</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> |

【「柔道」学習活動に即した評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度   | 運動についての<br>思考・判断  | 運動の技能  | 運動やについての<br>知識・理解  |
|--|---|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>① 技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにすることに積極的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</li> <li>② 相手を尊重するための柔道独自の作法、所作を守ろうとしている。(行動観察)</li> <li>③ 用具の準備や後片付け、審判などの分担した役割に積極的に取り組もうとしている。(行動観察)</li> <li>④ 仲間の練習相手を引き受けたり、技の行い方などの学習課題の解決に向けて仲間を助言したりしようとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</li> <li>⑤ 危険な動作や禁じ技を用いないこと、用具や練習の場所などの自己や仲間の安全に留意している。<br/>(行動観察)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>① 技を身に付けるための活動の仕方、組み合わせ方、技術的なポイントを見付けている。<br/>(行動観察・学習カード)</li> <li>② 課題に応じた練習方法を選び、基礎的な知識や技能を活用して、課題への取り組み方を工夫している。<br/>(行動観察・学習カード)</li> <li>③ 仲間と協力する場面で分担した役割に応じて具体的な協力の仕方を見付け、活動している。<br/>(行動観察)</li> <li>④ 学習した安全上の留意点を学習場面に適用したり、応用したりしている。<br/>(行動観察)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>① 相手の動きに応じた基本動作ができる。<br/>(実技観察)</li> <li>② 自由練習やごく簡単な試合で、禁じ技を使ったり、力任せに無理やり技をかけたらずに基本的な崩しや体さばきで正確に投げたり、抑えこんだりすることができる。(実技観察)</li> <li>③ 自由練習やごく簡単な試合で、素直に投げられ、安全に受け身をとることができる。<br/>(実技観察)</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>① 柔道の特性や成り立ちについて、言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</li> <li>② 柔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。<br/>(学習ノート・発言)</li> <li>③ 技の名称やそれぞれの技を身に付けるための技術的なポイントについて、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</li> <li>④ 柔道に関連して高まる体力について、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。<br/>(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。<br/>(学習ノート・発言)</li> </ol> |

【「剣道」学習活動に即した評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度   | 運動についての<br>思考・判断   | 運動の技能   | 運動やについての<br>知識・理解  |
|--|--|---|--|
| <p>①技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにすることに積極的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②相手を尊重するための剣道独自の作法、所作を守ろうとしている。<br/>(行動観察)</p> <p>③用具の準備や後片付け、審判などの分担した役割に積極的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察)</p> <p>④仲間の練習相手を引き受けたり、技の行い方などの学習課題の解決に向けて仲間に助言したりしようとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤危険な動作や禁止技を用いないこと、用具や練習の場所などの自己や仲間の安全に留意している。<br/>(行動観察)</p> | <p>①技を身に付けるための活動の仕方、組み合わせ方、技術的なポイントを見付けている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②課題に応じた練習方法を選び、基礎的な知識や技能を活用して、課題への取り組み方を工夫している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>③仲間と協力する場面で分担した役割に応じて具体的な協力の仕方を見付け、活動している。<br/>(行動観察)</p> <p>④学習した安全上の留意点を学習場面に適用したり、応用したりしている。<br/>(行動観察)</p> | <p>①相手の動きに応じた基本動作ができる。<br/>(実技観察)</p> <p>②基本動作から面・胴・小手などの基本打突ができる。<br/>(実技観察)</p> <p>③自由練習やごく簡単な試合で、基本動作を用いながら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。<br/>(実技観察)</p> | <p>①剣道の特性や成り立ちについて、言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>②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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>③技の名称やそれぞれの技を身に付けるための技術的なポイントについて、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>④剣道に関連して高まる体力について、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> |

【「相撲」学習活動に即した評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度   | 運動についての<br>思考・判断   | 運動の技能  | 運動やについての<br>知識・理解  |
|--|--|--|--|
| <p>①技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにすることに積極的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②相手を尊重するための相撲独自の作法、所作を守ろうとしている。<br/>(行動観察)</p> <p>③用具の準備や後片付け、審判などの分担した役割に積極的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察)</p> <p>④仲間の練習相手を引き受けたり、技の行い方などの学習課題の解決に向けて仲間に助言したりしようとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤危険な動作や禁止技を用いないこと、用具や練習の場所などの自己や仲間の安全に留意している。<br/>(行動観察)</p> | <p>①技を身に付けるための活動の仕方、組み合わせ方、技術的なポイントを見付けている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②課題に応じた練習方法を選び、基礎的な知識や技能を活用して、課題への取り組み方を工夫している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>③仲間と協力する場面で分担した役割に応じて具体的な協力の仕方を見付け、活動している。<br/>(行動観察)</p> <p>④学習した安全上の留意点を学習場面に適用したり、応用したりしている。<br/>(行動観察)</p> | <p>①相手の動きに応じた基本動作ができる。<br/>(実技観察)</p> <p>②押し、寄り、前さばき及び投げ技ができる。<br/>(実技観察)</p> <p>③自由練習やごく簡単な試合で、相手の動きに応じた基本動作と基本となる技を一体として用いて押ししたり、寄ったり、さばいたりする攻防を展開することができる。<br/>(実技観察)</p> | <p>①相撲の特性や成り立ちについて、言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>②相撲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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>③技の名称やそれぞれの技を身に付けるための技術的なポイントについて、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>④相撲に関連して高まる体力について、学習した具体例を言ったり書き出したりしている。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> |

[第3学年]

【内容のまとめりごとの評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度  | 運動についての<br>思考・判断                                     | 運動の技能                                   | 運動やについての<br>知識・理解  |
|---|--|---|--|
| <p>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事、自己の責任を果たそうとすることなどや、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。</p> | <p>生涯にわたって武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。</p> | <p>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付けている。</p> | <p>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。</p> |

【単元の評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度  | 運動についての<br>思考・判断  | 運動の技能   | 運動やについての<br>知識・理解  |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 武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付けている。</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>・ 武道を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 柔道では、相手を崩して投げたり、抑え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、連絡技のいずれかができる。</li> <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> <li>・ 相撲では、相手を崩し、投げたりひねっ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>・ 武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>・ 武道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。</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> |

【「柔道」学習活動に即した評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度  | 運動についての<br>思考・判断  | 運動の技能  | 運動やについての<br>知識・理解   |
|---|---|--|---|
| <p>①技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることに自主的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>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。(行動観察)</p> <p>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、責任をもって自主的に取り組もうとしている。(行動観察)</p> <p>④仲間の練習相手を引き受けたり、仲間の課題を指摘するなど教え合ったりしながら学習に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤練習や簡単な試合の場面で、自己や仲間の健康・安全を確保している。<br/>(行動観察)</p> | <p>①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付けている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②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び、学習した知識や技能を活用して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>③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、指摘したりするなど教え合ったりしている。(行動観察)</p> <p>④健康や安全を確保するために、自己の体調、技能・体力に応じた技術的な課題・段階的な練習方法を選んで挑戦している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤柔道を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。(学習カード)</p> | <p>①自由練習や簡単な試合で、投げ技の基本となる技で、投げたり、受けたりすることができる。(実技観察)</p> <p>②投げ技による連絡技ができる。(実技観察)</p> <p>③自由練習や簡単な試合で、投げ技や固め技の連絡ができる。<br/>(実技観察)</p> | <p>①柔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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>②他人の稽古を見て、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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>③柔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。</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>⑤簡単な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。<br/>(学習ノート・発言)</p> |



【「剣道」学習活動に即した評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度   | 運動についての<br>思考・判断  | 運動の技能   | 運動やについての<br>知識・理解   |
|--|---|---|---|
| <p>①技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることに自主的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>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。(行動観察)</p> <p>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、責任をもって自主的に取り組もうとしている。(行動観察)</p> <p>④仲間の練習相手を引き受けたり、仲間の課題を指摘するなど教え合いながら学習に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤練習や簡単な試合の場面で、自己や仲間の健康・安全を確保している。<br/>(行動観察)</p> | <p>①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付けている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②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び、学習した知識や技能を活用して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>③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、指摘したりするなど教え合ったりしている。(行動観察)</p> <p>④健康や安全を確保するために、自己の体調、技能・体力に応じた技術的な課題・段階的な練習方法を選んで挑戦している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤剣道を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。(学習カード)</p> | <p>①相手の動きの変化に応じた基本動作ができる。<br/>(実技観察)</p> <p>②自己の技能・体力に応じた得意技を身に付けることができる。<br/>(実技観察)</p> <p>③得意技を用いて、自由練習や簡単な試合で、基本技や得意技を用いた攻防を展開することができる。<br/>(実技観察)</p> | <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>②他人の稽古を見て、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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>③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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> |

【「相撲」学習活動に即した評価規準】

| 運動への<br>関心・意欲・態度  | 運動についての<br>思考・判断  | 運動の技能  | 運動やについての<br>知識・理解   |
|---|---|--|---|
| <p>①技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることに自主的に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>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。(行動観察)</p> <p>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、責任をもって自主的に取り組もうとしている。(行動観察)</p> <p>④仲間の練習相手を引き受けたり、仲間の課題を指摘するなど教え合いながら学習に取り組もうとしている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤練習や試合の場面で、周囲の状況や仲間の体調に応じて活動し、安全を確保している。<br/>(行動観察)</p> | <p>①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付けている。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>②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び、学習した知識や技能を活用して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>③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、指摘したりするなど教え合ったりしている。(行動観察)</p> <p>④健康や安全を確保するために、自己の体調、技能・体力に応じた技術的な課題・段階的な練習方法を選んで挑戦している。<br/>(行動観察・学習カード)</p> <p>⑤相撲を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。(学習カード)</p> | <p>①相手の動きに応じた基本動作ができる。<br/>(実技観察)</p> <p>②自己の技能・体力に応じた得意技を身に付けることができる。<br/>(実技観察)</p> <p>③相手の動きの変化に応じた基本動作を行いながら、投げ技やひねり技の基本となる技や得意技を用いた自由練習や簡単な試合で、攻防を展開することができる。(実技観察)</p> | <p>①相撲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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>②他人の稽古を見て、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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>③相撲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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> <p>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。<br/>(学習ノート・発言)</p> |

4 授業展開及び指導・評価計画

柔道 [第1学年及び第2学年]

(12時間計画)

| 過程              | 学習内容と活動  | 指導・支援 (○) と評価 (☆)   |
|-----------------|--|---|
| はじめ<br>第1時      | 1 オリエンテーション。<br>○学習のねらいと見通し, 約束事の確認<br>【資料(2)-A, B参照】<br>○グループ, バディ編成および役割分担<br>○柔道の歴史・伝統的な考え方や特性の学習   | ○教師の説明を真剣に聞き, 学習の流れ, 注意事項, 約束事を理解させる。<br>○安全に配慮するよう徹底させる。<br>○柔道の歴史・伝統的な考え方や特性について, 理解させる。<br><br>☆【知・理】①   |
| なか①<br>第2時～第7時  | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                         ねらい① 練習やごく簡単な試合を通して, 基本動作や基本となる技を身に付ける                     </div> 2 正しい礼法を身に付ける。<br>【資料(2)-C参照】<br>3 基本動作と対人技能を身に付ける。<br>○投げ技の基本動作<br>(姿勢, 組み方, 進退動作, 崩し, 体さばき, 受け身)【資料(2)-D, F参照】<br>○投げ技の対人的技能と受け身<br>(大腰, 小内刈り, 大内刈り, 支え釣り込み足, 膝車, 大外刈り, 体落とし)<br>【資料(2)-I参照】<br>○固め技の基本動作<br>(攻撃に必要な動作, 防御に必要な動作)<br>【資料(2)-E参照】<br>○固め技の対人的技能<br>(けさ固め, 横四方固め, 上四方固め)<br>【資料(2)-E, H参照】 | ○基本的な技や礼法を知り, 学習計画を立てさせる。<br>○用具や服装, 練習場など, 自他の安全を確かめさせる。<br>○用具や服装, 練習場など, 安全上の留意点を考慮して取り組ませる。<br>○基本的な崩しやさばきを使って, 投げ技・固め技をかけさせる。<br>○素直に投げられ, 安全に受け身をとるように促す。<br>○提示された技を身に付けるための適切な課題を設定させる。<br>○課題解決に向けて, 互いに協力して行わせる。<br>○基本動作や対人的技能の構造等について理解させる。<br>○仲間に貢献できるよう, 任された係の仕事に積極的に取り組むことができるようにする。<br><br>☆【関・意・態】①⑤<br>☆【思・判】①③<br>☆【技】①③<br>☆【知・理】②③ |
| なか②<br>第8時～第11時 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                         ねらい② 身に付けた技を用いて, ごく簡単な試合で投げたり抑えたりするなどの攻防を展開する                     </div> 4 対人的技能を高める。<br>○かかり練習や約束練習をして, 対人的技能を高める。<br>5 ごく簡単な試合を行う。<br>○固め技のみや授業で教わった投げ技のみを用いた試合をする。<br>○簡易ルールにて審判法の習得をする。  | ○技の精度を高めるために, 練習の仕方を効果的に改善させる。<br>○相手と全力で攻防を展開して競い合う柔道の楽しさを自ら進んで味わわせる。<br>○約束練習やごく簡単な試合では, 審判の判定や指示に従うとともに, 礼法を大切にさせる。<br>○任された係の仕事に積極的に取り組もうとする。   |

|     |      |  |  |
|-----|------|--|--|
|     |      |  | <p>○約束練習やごく簡単な試合で、相手の動きに応じて、身に付けた技でタイミングよく投げたり、抑えたりすることができるよう練習させる。</p> <p>○ルールや審判の仕方、運営の仕方をノートにまとめさせる。</p> <p>☆【関・意・態】 ③④<br/> ☆【思・判】 ②④<br/> ☆【技】 ②<br/> ☆【知・理】 ⑤</p>  |
| まとめ | 第12時 | <p>6 学習の成果を確認する。<br/> ○柔道学習を振り返るレポートを作成する。</p> | <p>○学習カードを整理させ、学習のまとめをさせる。</p> <p>○基本的な動作や基本的な技が習得できたか確認させる。</p> <p>○積極的に練習させ、工夫した取り組みができたか確認させる。</p> <p>○柔道の授業を通して、身に付けた体力について、ノートにまとめさせる。</p> <p>○相手を尊重し、協力して取り組むことができたか確認させる。</p> <p>○健康、安全に留意できたか確認させる。</p> <p>○事後アンケートを実施し、今後の学習に生かすことができるようにさせる。</p> <p>☆【関・意・態】 ②<br/> ☆【知・理】 ④</p> |

剣道 [第1学年及び第2学年]

(15時間計画)

| 過程  | 学習内容と活動  | 指導・支援 (○) と評価 (☆)   |
|-----|--|---|
| はじめ | <p>第1時</p> <p>1 オリエンテーション。<br/>○学習のねらい, 目標を知る<br/>○学習の仕方, 約束事の確認<br/>○班編制および役割分担<br/>○用具の名称, 取り扱い, 使用上の注意<br/>○剣道の歴史, 剣道の特性についての学習<br/>【学習資料参照】</p>  | <p>○剣道の歴史や日本の文化を理解させる。<br/>○用具の安全や注意事項について配慮できるようにさせる。<br/>○学習の仕方, 注意事項, 約束事を理解させる。<br/>○剣道を行うことにより高まる体力について理解させる。</p> <p>☆【知・理】①</p>   |
| なか① | <p>第2時</p> <p>ねらい① 練習やごく簡単な試合を通して, 正しい基本動作を身に付ける</p> <p>2 防具の着装, 結束法を身に付ける。<br/>○剣道具の着装タイムを競い合う。</p> <p>3 正しい礼儀作法を身に付ける。<br/>正座, 座礼, 立礼</p> <p>4 基本動作を身に付ける<br/>○構え<br/>○体さばき<br/>○素振り</p> <p>5 基本打突の仕方と受け方を身に付ける。<br/>○面<br/>○小手<br/>○銅</p> <p>6 かかり練習, 約束練習を行う。</p> <p>7 基本動作による, ごく簡単な試合を行う。<br/>【学習資料参照】</p> | <p>○グループ内で協力して準備, 後片付けを行わせる。<br/>○用具や服装, 練習場など, 自他の安全を確かめさせる。<br/>○正しい礼法を身に付けさせる。<br/>○相手の動きに応じた基本動作を身に付けさせる。<br/>○グループ内や仲間と課題解決に向け, 協力して練習させる。<br/>○自分の課題に応じた練習方法であるか確認しながら練習を行わせる。<br/>○基本動作や基本打突の仕方を身に付けるためのポイント理解させる。<br/>○基本動作からの基本打突の仕方やその受け方を身に付けさせる。<br/>○グループや仲間同士, 協力して練習に取り組みさせる。<br/>○グループ内で役割を決め, 全員で審判を行うようにさせる。</p> <p>☆【関・意・態】①②④<br/>☆【思・判】①<br/>☆【技】①<br/>☆【知・理】②</p> |
| なか② | <p>第7時</p> <p>ねらい② 基本動作を用いた, しかけ技・応じ技などの基本の技を身に付ける</p> <p>8 しかけ技を身に付ける。<br/>○二段の技<br/>・小手一面<br/>・面一銅<br/>○引き技<br/>・引き面<br/>・引き銅</p>  | <p>○課題を解決するため, お互いにアドバイスし合いながら学習させる。<br/>○技を身に付けるために必要となる, 技術的なポイントをアドバイスし合うよう促す。<br/>○自分の課題に応じた練習方法であるか確認しながら練習を行わせる。<br/>○基本動作からしかけ技や応じ技ができるようにさせる。<br/>○自他の安全に留意して練習させる。</p>   |

|                                    |   |   |
|------------------------------------|---|---|
|                                    | <p>9 応じ技を身に付ける。<br/>○抜き技<br/>・面抜き銅<br/>・小手抜き銅</p> <p>10 自由練習を行う。<br/>【学習資料参照】</p>   | <p>○相手の動きに応じたしかけ技や応じ技ができるようにさせる。</p> <p>☆【関・意・態】 ③⑤<br/>☆【思・判】 ②③<br/>☆【技】 ②<br/>☆【知・理】 ③④</p>  |
| <p>まとめ<br/>第13時<br/>～<br/>第15時</p> | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ねらい③ 基本動作から基本の技を用いて、ごく簡単な試合で攻防を展開する</p> </div> <p>11 グループ対抗のごく簡単な試合を行う。</p> <p>12 学習の評価・反省を行う。</p> | <p>○これまで学習した安全上の留意点を確認しながら、ごく簡単な試合を行わせる。</p> <p>○グループ内で役割分担をし、全員が審判を行うようにさせる。</p> <p>○剣道の学習をとおして身に付いた知識や技能体力についてまとめさせる。</p> <p>☆【思・判】 ④<br/>☆【技】 ③<br/>☆【知・理】 ⑤</p> |

相撲 [第1学年及び第2学年]

(12時間計画)

| 過程  | 学習内容と活動   | 指導・支援 (○) と評価 (☆)   |
|-----|---|---|
| はじめ | <p>1 オリエンテーション。<br/>○学習のねらいと見通し、約束事の確認をする。<br/>○グループ編成および役割分担<br/>○相撲の歴史、特性、まわしの締め方、礼法など学習を始める上で基本となる知識を学習する。</p>   | <p>○学習の流れ、注意事項、約束事を理解させる。<br/>○相撲の歴史、特性、まわしの締め方、礼法について、理解させる。<br/>○相撲を行うことにより高まる体力について理解させる。<br/>☆【知・理】①</p>  |
| なか① | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">ねらい① 練習を通して、基本動作や基本となる技を身に付ける</div> <p>2 正しい礼法を身に付ける。<br/>○正しい礼法、まわしの締め方を身に付ける。【まわしの締め方参照】</p> <p>3 基本動作を身に付ける。<br/>○蹲踞姿勢 ○塵浄水<br/>○四股 ○伸脚<br/>○腰割り<br/>○中腰の構え ○調体<br/>○運び足<br/>○仕切りからの立ち合い<br/>○受け身 【資料1・2・3・4参照】</p> <p>4 基本となる技を身に付ける。<br/>○押し<br/>○寄り<br/>○前さばき<br/>○投げ技<br/>【資料4・5・6・7・8・9参照】</p> | <p>○用具や服装、練習場など、自他の安全を確かめさせる。<br/>○グループ内で協力して準備、後片付けを行わせる。<br/>○正しい礼法、基本動作と安全な受け身を身に付けさせる。<br/>○課題解決に向けて仲間と協力して学習させる。<br/>○提示された技を身に付けるために適切な課題を設定しているか確認させる。<br/>○基本となる技を正確に身に付けさせる。<br/>○基本動作や基本となる技の構造等について、理解させる。<br/>○安全に配慮するよう徹底させる。<br/>☆【関・意・態】①②<br/>☆【思・判】①<br/>☆【技】①②<br/>☆【知・理】②③</p> |
| なか② | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">ねらい② 基本動作から基本の技を用いて、ごく簡単な試合で攻防を展開する</div> <p>5 対人的技能を高める。<br/>○かかり練習や約束練習を行う。<br/>・仕切りー押しー押っつけ<br/>・仕切りー押しー絞り込み<br/>・仕切りー寄りー巻き返し<br/>・寄りー上手投げー受け身<br/>・寄りー下手投げー受け身<br/>【資料3・4・5・6・7・8・9参照】</p> <p>6 簡易ルールによる試合を行う。<br/>○試合の仕方と審判法を習得をする。<br/>【資料12・13参照】</p>   | <p>○技能を高めるために、適切な目標を設定し練習の仕方を工夫しているか確認させる。<br/>○相手と全力で攻防を展開して競い合う相撲の楽しさを進んで味わわせる。<br/>○相手の動きに応じた基本動作、基本となる技を身に付けさせる。<br/>○練習や試合は、礼儀作法を大切に、審判の判定や指示に従うなど、相手を尊重するよう促す。<br/>○課題に応じて自分に適した技を選び、練習や試合ができるようにさせる。<br/>○試合の運営やルール、審判の仕方について理解させる。</p>  |

|             |              |  |   |
|-------------|--------------|--|---|
|             |              |  | ☆【関・意・態】 ③④<br>☆【思・判】 ②③<br>☆【技】 ③<br>☆【知・理】 ④⑤   |
| ま<br>と<br>め | 第<br>12<br>時 | 7 学習の成果を確認する。<br>○自己評価, 相互評価したり, 事後アンケートを実施したりして, 学習を振り返る。<br>○相撲学習を振り返るレポートを作成する。 | ○自分や仲間の活動を振り返り, 次回にむけた新たな課題を設定させる。<br>○学習の成果を確認し, 反省を具体的に記述させる。<br><br>☆【関・意・態】 ⑤<br>☆【思・判】 ④ |



柔道 [第3学年]

(18時間計画)

| 過程  | 学習内容と活動  | 指導・支援 (○) と評価 (☆)   |
|-----|--|---|
| はじめ | <p>1 オリエンテーション。<br/>○学習のねらいと見通し，約束事の確認<br/>【資料(2)-A, B】<br/>○グループ，バディ編成および役割分担<br/>○柔道の歴史・伝統的な考え方や特性の復習</p>  | <p>○教師の説明を真剣に聞き，学習の流れ，注意事項，約束事を理解させる。<br/>○特に安全に配慮するよう徹底させる。<br/>○柔道の歴史・伝統的な考え方や特性について復習し，理解させる。<br/>☆【知・理】①</p>  |
| なか① | <div data-bbox="300 689 1401 757" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ねらい① 練習を通して，得意技や連絡技を身に付ける</p> </div> <p>2 正しい礼法を身に付ける。<br/>【資料(2)-C】<br/>3 基本動作と対人技能を身に付ける。<br/>○投げ技の基本動作<br/>(姿勢，組み方，進退動作，崩し，体さばき，受け身)<br/>【資料(2)-D, F】<br/>○投げ技の対人的技能<br/>(1・2年時の既習技，大内刈り，釣り込み腰，背負い投げ，払い腰)<br/>○固め技の対人的技能<br/>(1・2年時の既習の内容)<br/>○固め技の対人的技能<br/>(1・2年時の既習技)<br/>4 連絡技を身に付ける。<br/>○投げ技→投げ技<br/>○投げ技→固め技<br/>○固め技→固め技 【資料(2)-J】</p> | <p>○体ほぐしの運動に関心をもたせ，互いに協力して行わせる。<br/>○用具や服装，練習場など，自他の安全を確かめさせる。<br/>○禁じ技を使ったり，力任せに無理やり技をかけたらずに，基本的な崩しや体さばきで正確に投げたり，抑えこんだりして練習させる。<br/>○連絡技を身に付けさせる。<br/>○得意技，連絡技を身に付けるための適切な課題を設定させる。<br/>○課題を解決するための段階的な練習方法を設定させる。<br/>○投げ技から固め技への移行をスムーズに行わせる。<br/>○相手の変化に応じた基本動作や得意技，連絡技の構造等について理解させる。<br/>☆【関・意・態】①②④<br/>☆【思・判】①②<br/>☆【技】①②<br/>☆【知・理】②</p> |
| なか② | <div data-bbox="300 1570 1401 1671" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ねらい② 身に付けた技を用いて，簡単な試合で相手を崩して投げたり抑えたりするなどの攻防を展開する</p> </div> <p>5 対人的技能を高める。<br/>○かかり練習や約束練習をして，対人的技能を高める。<br/>6 簡単な試合を行う。<br/>○固め技のみや授業で教わった投げ技のみを用いた試合をする。<br/>○簡易ルールにて審判法の習得をする。</p>   | <p>○技の精度を高めるために，練習の仕方を効果的に改善させる。<br/>○相手と全力で攻防を展開して競い合う柔道の楽しさを自ら進んで味わわせる。<br/>○仲間と話し合って決めた係の仕事を自主的に取り組ませる。<br/>○練習や試合では，審判の判定や指示に従うとともに，礼儀作法を大切にさせる。<br/>○練習や試合で身に付けた新しい技や得意技，連絡技を積極的にしかけさせる。<br/>○練習や試合で，相手の動きに応じて，身に付</p>   |

|     |      |   |  |
|-----|------|---|--|
|     |      |   | <p>けた技でタイミングよく投げたり，抑えたりさせる。<br/>○試合の運営，審判方法等を説明をさせる。</p> <p>☆【関・意・態】③⑤<br/>☆【思・判】③④<br/>☆【技】③<br/>☆【知・理】④⑤</p> |
| まとめ | 第18時 | <p>7 学習の成果を確認する。<br/>○柔道学習を振り返るレポートを作成する。</p> | <p>○得意技や連絡技が習得できたか確認させる。<br/>○柔道を通して，日常生活に生かすことができることを，学習ノートに記入し発表させる。</p> <p>☆【思・判】⑤<br/>☆【知・理】③</p>          |

剣道 [第3学年]

(18時間計画)

| 過程  | 学習内容と活動  | 指導・支援 (○) と評価 (☆)   |
|-----|--|---|
| はじめ | <p>1 オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習のねらい, 目標を知る</li> <li>○学習の仕方, 約束事の確認</li> <li>○班編制および役割分担</li> <li>○用具の取り扱い, 使用上の注意</li> <li>○剣道の歴史, 剣道の特性についての学習</li> <li>○礼法—正座, 座礼, 立礼</li> <li>○防具着装・結束法</li> <li>○構え, 足さばき, 素振り</li> <li>○面打ち, 小手打ち, 胴打ち</li> <li>○打ち込み</li> </ul> <p style="text-align: right;">【学習資料参照】</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習の仕方, 注意事項, 約束事を理解させる。</li> <li>○礼法が正しく理解させ, 実践できるようにさせる。</li> <li>○用具の安全やけがを防止するための注意事項について配慮できるようにさせる。</li> <li>○剣道の歴史や日本の文化を理解させ, 意欲を高める。</li> <li>○剣道に関連した体力の高め方について理解させる。</li> </ul> <p>☆【関・意・態】②</p> <p>☆【知・理】①③</p>   |
| なか① | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ねらい① 相手の動きの変化に応じた, 基本動作や基本となる技ができる</p> </div> <p>2 基本動作・基本打突の復習をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○一足一刀の間合いに入から攻めて打突する。</li> </ul> <p>3 しかけ技を身に付ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○二段の技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・小手—銅</li> <li>・面—面</li> </ul> </li> <li>○引き技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・引き小手</li> </ul> </li> <li>○出ばな技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・出ばな面</li> <li>・出ばな小手</li> </ul> </li> <li>○払い技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・払い面</li> <li>・払い小手</li> </ul> </li> </ul> <p>4 応じ技を身に付ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○すり上げ技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・小手すり上げ面</li> </ul> </li> </ul> <p>5 自由練習を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・有効打突の確認する。</li> </ul> <p style="text-align: right;">【学習資料参照】</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○身に付けた動きが正確に行われているか確認しながら学習させる。</li> <li>○相手の動きの変化に応じた基本動作ができる。</li> <li>○自己の能力に応じた段階的な学習計画を立てさせる。</li> <li>○相手の構えを崩して攻防を展開できるよう, 基本となる技を身に付けさせる。</li> <li>○提示された技を身に付けることができるよう適切な課題を設定させる。</li> <li>○仲間同士, お互いの課題に応じた練習の仕方や技術的なアドバイスし合いながら練習するよう促す。</li> <li>○用具や周囲の安全に留意しながら練習させる。</li> </ul> <p>☆【関・意・態】④⑤</p> <p>☆【思・判】②④</p> <p>☆【技】①</p> <p>☆【知・理】②</p> |
|     | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ねらい② 練習や簡単な試合を通して, 得意技を身に付ける</p> </div> <p>6 既習の基本となる技の復習をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○かかり練習</li> <li>○約束練習</li> <li>○自由練習</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○相手の動きの変化に応じた基本動作ができる。</li> <li>○相手の構えを崩して攻防を展開できるよう, 基本となる技を身に付けさせる。</li> <li>○剣道の特性である, 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わわせる。</li> </ul>  |

|                                   |  |   |  |
|-----------------------------------|--|---|--|
| <p>な<br/>か<br/>②</p>              | <p>第<br/>9<br/>時<br/>～<br/>第<br/>15<br/>時</p>  | <p>7 得意技を身に付ける。<br/>○かかり練習<br/>○約束練習<br/>○自由練習</p> <p>8 既習技を用いた，簡単な試合を行う。</p> | <p>○自己の技能・体力に応じた得意技を身に付けさせる。<br/>○仲間同士，お互いの課題に応じた練習の仕方や技術的なアドバイスをし合いながら練習するよう促す。<br/>○得意技を用いて攻防を展開できるようにさせる。<br/>○用具や周囲の安全に留意しながら練習させる。</p> <p>☆【関・意・態】 ①③<br/>☆【思・判】 ①③<br/>☆【技】 ②<br/>☆【知・理】 ④</p>   |
| <p>ねらい③ 得意技を用いて，簡単な試合で攻防を展開する</p> |  |   |  |
| <p>ま<br/>と<br/>め</p>              | <p>第<br/>16<br/>時<br/>～<br/>第<br/>18<br/>時</p> | <p>9 簡単な試合を行う。<br/>○グループによる団体戦を行う。</p> <p>10 学習の評価・反省を行う。</p>                 | <p>○礼法や剣道の伝統的な考えを大切にし，相手を尊重して試合ができるようにさせる。<br/>○グループ内での役割を責任をもって行わせる。<br/>○ルールや審判法を理解させ，公正な態度で審判を行わせる。<br/>○習得した得意技を用いて攻防を展開できるようにさせる。<br/>○学習ノートを利用し，評価，反省をする。<br/>○自分や仲間の活動を振り返り，次回にむけた新たな課題を見つけさせる。</p> <p>☆【思・判】 ⑤<br/>☆【技】 ③<br/>☆【知・理】 ⑤</p> |

相撲 [第3学年]

(18時間計画)

| 過程  | 学習内容と活動  | 指導・支援 (○) と評価 (☆)  |
|-----|--|--|
| はじめ | <p>第1時</p> <p>1 オリエンテーション<br/>                     ○学習のねらいと見通し, 約束事の確認をする。<br/>                     ○グループ編成および役割分担<br/>                     ○相撲の歴史, 特性, まわしの締め方, 礼法などの復習をする。</p>   | <p>○学習の流れ, 注意事項, 約束事を理解し, 自主的に取り組ませる。<br/>                     ○安全に配慮するよう徹底させる。<br/>                     ○相撲の歴史, 特性, まわしの締め方, 礼法について理解させる。<br/>                     ○相撲に関連した体力の高め方について理解させる。</p> <p>☆【知・理】①</p>  |
| なか  | <p>第2時～第9時</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     ねらい① 相手の動きの変化に応じた, 基本動作や基本となる技ができる                 </div> <p>2 礼儀作法等, 既習の学習について復習をする。<br/>                     ○正しい礼法, まわしの締め方について復習する。<br/>                     ○既習の基本動作, 基本となる技を復習し, それらに関連づけて, 相手の動きの変化に対応できるよう練習する。</p> <p>3 新しい基本となる技を身に付ける。<br/>                     ○突き<br/>                     ○ひねり</p>  | <p>○用具や服装, 練習場など, 自他の安全を確かめさせる。<br/>                     ○正しい礼法, 基本動作と安全な受け身を身に付けさせる。<br/>                     ○提示された技を身に付けるために適切な課題を設定しているか確認させる。<br/>                     ○課題解決に向けて仲間と協力して学習させる。<br/>                     ○基本となる技を正確に身に付けさせる。<br/>                     ○基本動作や基本となる技の構造等について理解させる。</p> <p>☆【関・意・態】①②<br/>                     ☆【思・判】①②<br/>                     ☆【技】①<br/>                     ☆【知・理】②③</p> |
| なか  | <p>第10時～第17時</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     ねらい② 得意技を身に付けて, 簡単な試合で攻防を展開する                 </div> <p>4 得意技を身に付ける。<br/>                     ○かかり練習や約束練習をして, 対人的技能を高め, 得意技を身に付ける。<br/>                     ・仕切りー押しーいなし<br/>                     ・仕切りー突きーいなし<br/>                     ・仕切りー突きーはね上げ<br/>                     ・寄りーすくい投げー受け身<br/>                     ・突き落としー受け身<br/>                     【資料3～11参照】</p> <p>5 簡単な試合を行う。<br/>                     ○試合形式を工夫して, 相撲の試合を楽しむ。<br/>                     ○禁じ手を理解し, 審判法の習得をする。<br/>                     【資料12・13参照】</p> | <p>○技能を高めるために, 適切な目標を設定し練習の仕方を工夫している。<br/>                     ○相手と全力で攻防を展開して競い合う相撲の楽しさを自ら進んで味わわせる。<br/>                     ○自己の技能・体力に応じた得意技を身に付けさせる。<br/>                     ○仲間同士, お互いの課題に応じた練習の仕方や技術的なアドバイスをし合いながら練習するよう促す。<br/>                     ○自己の能力に応じた段階的な学習計画を立てさせる。<br/>                     ○自己の技能・体力に応じた得意技を身に付けさせる。<br/>                     ○審判の判定や指示に従うとともに, 相手を尊重し, 礼儀作法を大切にして練習や試合を行わせる。</p>          |

|     |      |  |  |
|-----|------|--|--|
|     |      |  | <p>○礼儀作法，試合の運営やルール，審判の仕方について理解させる。</p> <p>○審判など自己の役割を責任をもって行わせる。</p> <p>☆【関・意・態】 ③④⑤</p> <p>☆【思・判】 ③④</p> <p>☆【技】 ②③</p> <p>☆【知・理】 ⑤</p> |
| まとめ | 第18時 | <p>6 学習の成果を確認する。</p> <p>○自己評価，相互評価したり，事後アンケートを実施したりして，学習を振り返る。</p> <p>○学習の成果を確認し，相撲学習を振り返るレポートを作成する。</p> | <p>○自分や仲間の活動を振り返り，次回にむけた新たな課題を設定させる。</p> <p>○学習の成果を確認し，反省を具体的に記述できたか。</p> <p>☆【思・判】 ⑤</p> <p>☆【知・理】 ④</p>                                |