

武道：柔道

2 評価規準例

	知識・技能	思考・判断・ 表現	主体的に学習に 取り組む態度	
内容のまとめりの評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ○ 知識 <ul style="list-style-type: none"> ・伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解している。 ○ 技能 <ul style="list-style-type: none"> ・柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、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することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・武道に自主的に取り組むとともに、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、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。 	
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ○ 知識 <ul style="list-style-type: none"> ① 武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、言ったり書き出したりしている。 ② 武道では、攻防に必要な補助運動や部分練習を繰り返したり継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 技能 <ul style="list-style-type: none"> 【基本動作】 <ul style="list-style-type: none"> ① 崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 【受け身】 <ul style="list-style-type: none"> ② 相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 【投げ技】 <ul style="list-style-type: none"> ③ 取は背負い投げをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 【投げ技の連絡】 <ul style="list-style-type: none"> ④ 大内刈りから背負い投げへ連絡することができる。 【固め技の連絡】 <ul style="list-style-type: none"> ⑤ 相手がうつぶせのとき、相手を仰向けに返して抑え込みに入ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ② 武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 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。 ② 仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 ③ 健康・安全を確保している。

武道（柔道）の指導と評価の計画

単元の目標	知識及び技能		次の運動について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解できるようにする。 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、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ができるようにする。													
	思考力、判断力、表現力等		攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。													
学びに向かう力、人間性等		柔道に自主的に取り組むとともに、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、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや健康・安全を確保することができるようにする。														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
学習の流れ	0 挨拶、出席確認、健康観察、本時の流れ、目標説明、準備運動															
	5	学習状況調査	補助運動	補助運動（瞬発力、筋持久力、巧緻性等）、基本動作と受け身の確認、伝統的な行動の仕方（相手の尊重、克己の心を表す礼儀作法）、安全確保の徹底												
	10	オリエンテーション	基本動作の確認②	固め技（抑え技）の復習	固め技（抑え技）のかけり練習	固め技（抑え技）の連絡技を高める	変化に応じた固め技（抑え技）	投げ技を復習し、基本となる技を高める	ジグソー法を用いた学習				試合の仕方や審判法を学ぶ			
	15	・伝統的な考え方	・礼法	既習技の確認	約束練習等での攻防	オリジナル技の発表	・けさ固め、横四方固め、上四方固めを相手の動きの変化に応じた連絡技として高める	・投げ技の確認	・投げ技のかけり練習	・崩し方の確認	・相手の変化に応じた投げ技の練習	・投げ技の連絡技を高める③	・個人戦			
	20	・歴史や	・姿勢と組み方	・抑え技の条件の確認	・相手を抑えたり、応じたりする	・グループ毎に工夫した発表	・正しい抑え方と応じ方の習得	・崩し方の確認	・相手の変化に応じた投げ技の練習	・投げ技の連絡技を高める①	・投げ技の連絡技を高める②	・立技、寝技の総合戦				
	25	グループ編成	・崩しと体さばき	・抑え方の確認	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・発表が終了したペアは教え合い活動へ	・条件を達成できているか全体での発表	・投げ技の確認	・自由練習等での攻防	・実践発表及びスキルテスト	・危険防止のため気付いた点は試合を止めて注意を促す					
	30	・同程度の体格、体力考慮	基本動作の確認③	固め技の研究開発	グループ別研究①	グループ別研究②	・ペーパーに実施	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・実践発表及びスキルテスト	・危険防止のため気付いた点は試合を止めて注意を促す					
	35	基本動作の確認①	・受け身	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・発表が終了したペアは教え合い活動へ	・条件を達成できているか全体での発表	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・実践発表及びスキルテスト	・危険防止のため気付いた点は試合を止めて注意を促す					
	40	・礼法	・後方横前回り	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・発表が終了したペアは教え合い活動へ	・条件を達成できているか全体での発表	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・実践発表及びスキルテスト	・危険防止のため気付いた点は試合を止めて注意を促す					
	45	・柔道衣の扱い方	・後方横前回り	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・抑え技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・発表が終了したペアは教え合い活動へ	・条件を達成できているか全体での発表	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・投げ技の条件を網羅した新しい抑え技の開発、研究	・実践発表及びスキルテスト	・危険防止のため気付いた点は試合を止めて注意を促す					
50	整理運動、学習の振り返り、次時の確認															
評価	知識	①								②						
	技能								⑤	②	③			④	①	総合的評価
	思判表			①	①				①・②				②	②		
	態度		①			②	③						②			
評価規準	知識	① 武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、学習した具体例を挙げている。 ② 武道では、攻防に必要な補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、学習した具体例を挙げている。														
	技能	① 崩しでは相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることできる。 ② 相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 ③ 取は背負い投げをかけて投げ、受は受け身をとることができる。 ④ 大内刈りから背負い投げへ連絡することができる。 ⑤ 相手がうつぶせのとき、相手を仰向けに返して抑え込みに入ることができる。														
	思判表	① 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ② 武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見つけている。														
	態度	① 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。 ② 仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たそうとしている。 ③ 健康・安全を確保している。														

4 学習の展開例

<p>本時のねらい</p>	<p>① 伝統的な考え方や歴史や特性を確認し、自国の文化に誇りをもてるようにする。 ② 柔道の基本知識を以後の授業に活用できるようにする。</p>	<p>担当時間</p>	<p>15時間中の1時間目</p>
<p>学習活動</p>		<p>指導・支援・留意点</p>	
<p>整列・挨拶・礼法の徹底</p>			
<p>はじめ</p>	<p>オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> 授業において、安全面への徹底について理解をする 柔道ルネッサンスについて考える 柔道ルネッサンスの標語を作成する e x. 「礼は美しい柔道の心」 「柔道はマナーで「一本！」」 → 学習カードに標語を記入する (☆6-②参照) 	<ul style="list-style-type: none"> 授業時には柔道衣への着替え及び装飾品ははずすことなどの安全面における約束事を提示をする。 柔道は単なる勝敗を争うものではなく、嘉納治五郎師範の理想とした人間教育が忘れられるとの反省に立ち、その復興を目指した活動を紹介する。 ①人づくりキャンペーン活動 ②教育推進活動 ③ボランティア活動 ④障害のある人たちとの交流活動 等の説明を含め、今後の柔道授業へのめあてとなるような標語を作成するように指示を出す。 	
<p>なか</p>	<p>授業の目標について確認をする</p> <ul style="list-style-type: none"> 相手の尊重と自分を律すること 柔道を通して国際化を考える 主体性の力の育成に取り組む 安全面への留意事項 <p>それぞれ目標について、考えをまとめる →学習カードに記入する (☆6-②参照)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 柔道は相手を尊重し、自分を律することを大切にし、また柔道を通して国際化を考え、主体性の力を育成することを考えられるといった整った環境で授業を展開する旨を伝える。 克己、運動文化の象徴（それぞれの文化を認め、違いを尊重、自国の文化を自信を持って海外に発信、伝統や文化の尊重が国際社会の平和や発展に寄与する）等、柔道の「SDCM」といった取り組み例も紹介する。 学習カードに自らの考えを記入するように指示を出し、記入が進まない生徒には、自らの経験談を通じて記入をするよう助言をする。 	
<p>おわり</p>	<p>礼法について、道衣の扱いについて</p> <ul style="list-style-type: none"> 「礼に始まり礼に終わる」「精力善用、自他共栄」について理解を深める 立礼、座礼の説明を理解し、実践する 柔道衣の管理方法や着こなしについて理解する 	<ul style="list-style-type: none"> 礼法とは心身共に自分自身を磨くためのものであることと相手がいるからこそ自らの成長があるということを伝える。 道場への礼、人に対する礼（敬意と感謝の心）を形で具体的に表すこと、柔道MINDについて（礼節、自立、高潔、品格）、また正座の効用について説明をする。 お互いが気持ちよく生活できるように昔から引き継がれた行動様式を学ぶ機会を大切にするように指導をする。 衛生面、装飾品等の注意を促し、安全に授業が実施できるように指示を出す。 	

4 学習の展開例

本時のねらい	① 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えることができる。 ② 固め技（抑え技）の既習技を確認できるようにする。	配当時間	15時間中の3時間目
学習活動		指導・支援・留意点	
はじめ	整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品・爪の長さ等の安全確認 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・寝技の補強運動・受け身 グループ分けをする ・同程度の体格や体力を考慮してグループを作る（3～4人組）	・怪我の防止に努めるために、グループ分けの際は同程度の体格と体力を考慮するとともに、安全面に配慮するように指導をする。	
なか	既習技（抑え技）の確認をする ・抑え技の条件の3点について確認をして、実際に相手を抑えてみる （予想される展開…けさ固め、横四方固め） ・相手が自由に起き上がることができないようにするためにはどのような工夫をすればよいのか意見交換をする 応じ方（逃れ方と返し方）の確認をする ・応じ方の条件の3点について確認をして、実際に抑え技に応じてみる ・より早く確実に応じる方法について、経験を踏まえて、グループで意見交換をする グループ別研究として、抑え込み技の条件3つにあてはまる新しい抑え技の開発を試みる （学習カードの活用 6-③参照）	・3～4人組のグループで、抑え技の条件に合う動作を確認するように指示を出す。 ・グループで積極的に対話をしながら、既習技を確認し合い相手を制するためにはどうしたらうまくいくかを考えて実践するように助言（点ではなく面）をする。 ・身体接触の中での相手の力の感じ方には個人差があるためいつでも危険回避できる方法「まいった」を徹底するように指示を出す。 ・実践方法が思いつかないグループには、手や足で相手を押すなどして、相手との空間を作り出し離れることや体を捻ううつぶせになる方法について助言をする。 ・周囲の安全確認を怠らないように、グループの場所を設定しながら、巡視をする。 ・グループ内で、相手が自由に起き上がることができないような方法で、グループ独自の抑え技を考えて、開発するように指示を出す。 ・相手の顔に直接手や足をかけないこと、袖口や裾口に指を入れないこと、相手の指を逆にしらないこと等怪我の予防の見地に立った助言をしながら、巡視をする。	
おわり	整理体操をする（怪我の有無の確認を含む） 次時の予定を聞き、課題を設定する	・次時は引き続きグループ別研究をする旨を伝え、学習ノートの活用方法についての指示を出す。 ・怪我の有無を確認し、安全に授業ができたかまた反省点や課題について提示をする。	
整列・挨拶・礼法の徹底			

4 学習の展開例

本時のねらい	① 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えることができる。 ② 固め技（抑え技）の攻防の際、安全に実施できるようにする。	配当時間	15時間中の4時間目
学習活動		指導・支援・留意点	
はじめ	整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品等の安全確認、本時の学習内容の把握 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・寝技の補強運動・受け身		
なか	固め技（抑え技）での攻防をする ・グループ毎に、周囲と離れた場所を確保し、 ①約束練習（打込）3回×3セット ②20秒抑え込み練習×3セット（受取交替） ③自由練習（乱取）30秒×5セット （仰向けで頭をつけた状態・背中合わせ右回り） ・安全に実施できるように周囲に気を配る	・怪我の防止を考え、体格や体力を考慮したグループにおいて交代しながら、実践するように指示を出す。 ・周囲の安全確認を怠らないように、グループの場所の設定して、ぶつかることがないように配慮するよう指示を出す。 ・常に相手を気遣い「まいった」のルールを徹底させるよう巡視をしながら、声かけを実施する。 ・反応や崩しを意識して、技の向上を目指すよう助言をする。 ・抑え方や応じ方を工夫して、攻防を楽しむように助言をする。	
	グループ毎に新しい抑え技の開発を目指す ・抑え込みの条件にあてはまっているか、前回の授業を基に意見交換を重ね、技の開発をする （学習カードの活用 6-③参照） ・オリジナル技の発表に向けてプレゼンテーションの準備を行い、工夫した点や難しかった点についてまとめる	・身体接触の中での相手の力の感じ方には個人差があるためいつでも危険回避できる方法「まいった」を徹底するように指示を出す。 ・周囲の安全確認を徹底させるよう巡視及び声かけを随時行う。 ・相手が自由に起き上がることができないようにすることを目指して、グループ独自の抑え技を考えるよう指示を出す。 ・相手の顔に直接手や足をかけないこと、袖口や裾口に指を入れないこと、相手の指を逆にしないこと等怪我の予防の見地に立った助言をしながら、巡視をする。 ・話し合いが進まない場合や目的が逸れてしまった場合には声かけやその状況に応じたヒントを提示して、積極的な活動を促すようにする。	
おわり	整理体操をする（怪我の有無の確認を含む） 次時の予定を聞き、課題を設定する	・次時はグループ別研究発表をする旨を伝え、学習ノートの活用についての指示を出す。 ・怪我の有無を確認し、安全に授業ができたか、また反省点や課題について提示をする。	
整列・挨拶・礼法の徹底			

4 学習の展開例

本時のねらい	① 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えることができる。 ② 仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たすことができる。	配当時間	15時間中の5時間目
学習活動		指導・支援・留意点	
はじめ	整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品等の安全確認、本時の学習内容の把握 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・寝技の補強運動・受け身		
なか	オリジナル技の発表に向けて、チーム内での役割分担や、最終調整を行う ・受と取、ポイント解説者の役割を分担し、抑え技の条件にあてはまるかを確認し合う	・周囲の安全確認を怠らないように、グループの場所の設定して、ぶつかることがないように配慮するよう指示を出す。 ・役割分担がなかなか進まないチームには積極的に声かけを行う。	
なか	グループ毎にオリジナル抑え技の発表をする ・全体での討議に向けて、カードにメモをとったり、スムーズな発表になるよう心がける (学習カードの活用 6-③参照) 各グループのプレゼンテーションを見て、自分と同じまたは違う発想にふれて更なる関心を高める 各グループのオリジナル技が抑え技の条件を達成しているかどうかを映像で確認して、討議と検討を行う 比較・検討されたオリジナルな抑え技を実際に試してみる	・スムーズな発表ができるよう、発表順はあらかじめ指定しておき、発表場所の目印(マーカー)を置くことと、発表後の集団討議に備えて、それぞれのグループの発表を動画撮影するための準備をしておく。 ・生徒には動画を撮影する件を伝え、また本時の授業後、映像はすぐに削除することも伝える。 ・するだけでなく、みて学ぶ、支えて学ぶ、新たな発想を知って学ぶことを助言しながら発表を運営する。 ・グループ毎の発表に対する改善点や評価を伝え、学習している内容を更に深められるよう助言をする。 ・周囲の安全確認を怠らないように、グループの場所の設定して、ぶつかることがないように配慮するよう指示を出す。 ・スムーズに展開ができるように、理解が深まっていないと思われるところには助言をする。	
おわり	整理体操をする(怪我の有無の確認を含む) 次時の予定を聞き、課題を設定する	・次時は抑え技の連絡技について学習をする旨を伝え、学習ノートの活用についての指示を出す。 ・怪我の有無を確認し、安全に授業ができたかまた反省点や課題について提示をする。	
整列・挨拶・礼法の徹底			

4 学習の展開例

<p>本時のねらい</p>	<p>① 投げ技の連絡技を高めるために積極的に活動することができる。 ② 仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たすことができる。</p>	<p>配当時間</p>	<p>15時間中の11時間目</p>
<p>学習活動</p>		<p>指導・支援・留意点</p>	
<p>整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品等の安全確認、本時の学習内容の把握 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・補強運動・受け身</p>			
<p>はじめ</p>	<p>ジグソー学習について理解を深める ・協働学習として相互作用や相互影響をし合う事で質の高い学習活動になることを理解する (学習カード・6-④参照)</p>	<p>・協働学習、協調学習として、学習内容をテーマ毎に分割し、それを生徒たちが協力して完成させていく協力性について説明をする。 ・仲間に評価されて、良い質問をし、互いに助け合い、他者の学びを助けることで効果が上がっていくことを体験できるような実践が目的であることを説明する。</p>	
<p>なか</p>	<p>3人組を作り、その中で組分け(赤・黄・緑)を決めて、課題担当を決める 「立ち技(投げ技)におけるスムーズな連続技を完成させる」 色別に集まり、課題の解決方法について考えを深める ①後方に崩す技から後方に崩す技へ(赤) ②前方に崩す技から前方に崩す技へ(黄) ③後方に崩す技から相手の防御を利用して前方に崩す技へ(緑) (学習カード・6-④参照)</p>	<p>・リトルティーチャーとしての役割についても説明し、チームにとって貢献する責任感について説明をする。 ・最終的な課題解決を目指すための目標を明確にし、ジグソー学習における円滑な意見交換や活発な活動を促すような助言をする。 ・学習課題を3つ準備し、実践を伴う活発な意見交換で担当パートについて理解を深めるように指示を出し、最初に決めたチームのメンバーに伝達する最良の方法について考えるように、巡視をしながら助言をする。 ・周囲の安全確認を怠らないように、グループの場所の設定して、ぶつかることがないように配慮するよう指示を出す。 ・①～③グループの中でなかなか実践につながらない所には ①大内刈り→小内刈り、大内刈り→大外刈り ②膝車→体落とし、体落とし→体落とし ③大内刈り→背負い投げ、大内刈り→体落とし等の助言をして、活動を促すような指示を出す。</p>	
<p>おわり</p>	<p>整理体操をする(怪我の有無の確認を含む) 次時の予定を聞き、課題を設定する (学習カード・6-④参照)</p>	<p>・次時は引き続きジグソー学習をする旨を伝え、学習カードの活用についての指示を出す。 ・怪我の有無を確認し、安全に授業ができたかまた反省点や課題について提示をする。</p>	
<p>整列・挨拶・礼法の徹底</p>			

4 学習の展開例

<p>本時のねらい</p>	<p>① 投げ技の連絡技を高めるために積極的に活動することができる。 ② 仲間と互いに合意した役割について自己の責任を果たすことができる。</p>	<p>配当時間</p>	<p>15時間中の12時間目</p>
<p>学習活動</p>		<p>指導・支援・留意点</p>	
<p>はじめ</p>	<p>整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品等の安全確認、本時の学習内容の把握 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・補強運動・受け身</p>		
	<p>前回授業のジグソー学習を振り返り、自己の役割分担である課題解決学習を色別実施する ・投げ技における「タイミング」→「スペースング」→「フォーミング」の流れを他者に説明できるよう理解を深める（赤・黄・緑組） （学習カード・6-④参照）</p>	<p>・それぞれのパートにおけるわかりやすい説明（表現）の仕方を考えて実践することが目的であることを説明する。 ・安全に留意して活動できているか巡視をしながら確認し、不足があれば注意喚起をして怪我の予防に努めさせる。 ・学習カードを活用したり、タブレットを使用してプレゼンテーションができるように準備するよう助言をする。</p>	
<p>なか</p>	<p>最初のグループに戻り、（色別活動から3色合流）それぞれの色別活動で理解を深めたポイントをチームのメンバーに伝達する 伝達終了後、グループ内で技の実践をする ・安全に留意する（場所・受け身） ・自分の担当である連絡技の実践の際は、リトルティーチャーとなり講習ができるようにする 3つの連続技を体験した後で、実践発表に備えてどの種類の技を選択するか話し合いをするとともに、実践発表及びスキルテストに向けての練習を実施する。</p>		
	<p>・安全に留意する（場所・受け身） ・自分の担当である連絡技の実践の際は、リトルティーチャーとなり講習ができるようにする 3つの連続技を体験した後で、実践発表に備えてどの種類の技を選択するか話し合いをするとともに、実践発表及びスキルテストに向けての練習を実施する。</p>	<p>・投げ足等の事故を予防するためにも、活動場所での展開に十分配慮するように、巡視及び指導をする。 ・説明のポイントを整理して伝えるように、また順番は赤→黄→緑の順でプレゼンテーションを実施することを伝える。 ・受けは受け身をしっかりとることと、取りは引き手を離さずに投げることを徹底させ、安全面に留意するように指示を出す。 ・目的が逸れてしまったグループが見えたら、すぐに助言をするとともに、質問や要点について再度確認をさせる。 ・3種類の投げ技の連続技のうち、グループ内で実践発表に使用する技を決めて、発表に向けた練習に入るよう指示を出す。 ・受け身をとる方向が同じになるように場の設定をすることと、必ず話し合いで役割分担（受・取・解説者）への合意をした後、次時の課題に向けて技の練習をするように指示を出す。</p>	
<p>おわり</p>	<p>整理体操をする（怪我の有無の確認を含む） 次時の予定を聞き、課題を設定する</p>		
	<p>整理体操をする（怪我の有無の確認を含む） 次時の予定を聞き、課題を設定する</p>	<p>・次時はグループ毎に実践発表及びスキルテストを実施する旨を伝える。 ・怪我がなかったか、また危険を感じた場面（ヒヤリハット）について説明をし、常に安全面への意識を高めるよう指導をする。</p>	
<p>整列・挨拶・礼法の徹底</p>			

4 学習の展開例

本時のねらい	① 投げ技の連絡技を高めるために積極的に活動することができる。 ② 大内刈りから背負い投げの連続技ができるようになる。	配当時間	15時間中の13時間目
学習活動		指導・支援・留意点	
整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品等の安全確認、本時の学習内容の把握 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・補強運動・受け身			
はじめ	実践発表をするグループ毎に、発表前の最終確認及びリハーサルを行う ・前回取り決めた役割分担を確認する ・実践発表（プレゼンテーション）に向けての確認をし合う	・わかりやすい説明（表現）の仕方を考えて実践するように指示を出す。 ・安全に留意して活動できているか巡視をしながら確認し、不足があれば注意喚起をして怪我の予防に努めさせる。 ・学習カードを活用したり、タブレットを使用してプレゼンテーションができるように準備するよう助言をする。	
なか	立ち技（投げ技）の連絡技について実践発表を行う ・自分のグループの連絡技の実践発表を行う（決められた役割分担を責任を持って果たす） ・他のグループの実践発表を見て、気付いた点や感想を学習カードに記入する（学習カード・6-④参照） 実践発表後、スキルテスト（大内刈りから背負い投げの連続技）に挑戦する ・ジグソー学習の3人組で受と取を交代して実施する	・発表順を提示し、スムーズに発表が進むよう助言する。 ・解説者、受、取の役割分担を明確にして、わかりやすく簡潔に発表を行うように助言をする。 ・受け身をしっかりとることと、引き手を離さずに投げることを徹底させ、安全面に留意するように指示を出す。 ・他のグループの良い点を観察するとともに、今後の自分のスキルアップを目指せるように見学するよう指示を出す。 ・スキルテストも実践発表順と同様に進めていく旨と全員が受と取を実践することを伝える。 ・受け身をしっかりとることと、引き手を離さずに投げることを徹底させ、安全面に留意するように指示を出す。	
おわり	整理体操をする（怪我の有無の確認を含む） 次時の予定を聞き、課題を設定する	・次時は試合や審判法についての説明後、簡易試合を行う旨を伝える。 ・怪我がなかったか、また危険を感じた場面（ヒヤリハット）について説明をし、常に安全面への意識を高めるよう指導をする。	
整列・挨拶・礼法の徹底			

4 学習の展開例

本時のねらい	① 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にできる。 ② 武道の学習成果を踏まえて、自己に適した運動を継続して楽しむための関わり方を見つけることができる。	配当時間	15時間中の15時間目
学習活動		指導・支援・留意点	
はじめ	整列・挨拶・礼法の徹底及び服装・装飾品等の安全確認、本時の学習内容の把握 準備運動・柔軟性向上ストレッチング・回転運動・補強運動・受け身 簡易試合に向けて、対戦相手との約束練習やかかり練習に取り組む ・投げ技と抑え技の両方を反復練習する ・ルールの確認をする	怪我の予防に努められるように体をほぐして、技の練習を実施するように指示を出す。 ・安全に留意して活動できているか巡視をしながら確認し、不足があれば注意喚起をする。	
なか	簡易試合に臨む ・試合時間は流しの1分間、判定基準は技あり以上であることを理解し、自分の試合以外は試合観戦を行う 一連の試合の動画を視聴して、自己の試合の分析と他者の試合で気付いた点をまとめる (学習カード・6-①、6-②、6-⑤参照) 自己評価及び相互評価について、振り返りを含めて感想や意見を述べ合う (学習カード・6-①、6-②、6-⑤参照)	・審判は教員が行い、危険防止のために気付いた点は試合を中断して注意を促す。 ・試合観戦をしながら、参考になる点をメモするように指示を出す。 ・受け身をしっかりとることと、引き手を離さずに投げることを徹底させ、安全面に留意するように指示を出す。 ・動画は視聴の後、必ず削除することを伝え、自己の活動の振り返りを行うように助言する。 ・学習カードを活用して、活動の自己評価をするように指示を出す。 ・学習カードを基に、授業の感想や自分だけでは気付かなかったことなどを自由に話合うように指示を出す。 ・深い学びに結びつくような話合いとなるように巡視をして、気付きを多く持たせるような助言をする。	
おわり	整理体操をする(怪我の有無の確認を含む) 単元のまとめや評価を聞く 学習カードを提出する	・怪我がなかったか、また危険を感じた場面(ヒヤリハット)について説明をし、常に安全面への意識を高めるよう指導する。 ・単元の総括的評価を行い、学習カードの回収について指示を出す。	
整列・挨拶・礼法の徹底			

5 安全への配慮

①

予想される事故	事故防止の対応
<ul style="list-style-type: none"> ・畳の破れや隙間、穴が開いている所で、足の指を痛めることがある。 ・柔道衣で組み合うときに、爪を痛めたり、髪がぬけたりする。 ・腕時計、ミサンガ、ピアス、ヘアピン、眼鏡等の装飾品（装備品）により負傷する。 ・技能差や体力差が大きく異なる生徒を組ませた場合、思いもよらぬ怪我をすることがある。 ・受け身や約束練習の際に、周囲の生徒と接触して、負傷する場合がある。 ・ふざけたり、無理な力を加えたりといった力の加減を考えなかったために、相手を負傷させることがある。 ・抑え技の攻防の際に、無理な力が加わり負傷することがある。 ・投げられる際に手をついて体を支えることによって、肘や肩の骨折、脱臼につながる可能性がある。 ・投げ技を受ける際、勢いがつきすぎて受け身を取り損ねて負傷することがある。 ・安全に受け身が取れずに、負傷をすることがある。（通常に習う方向とは逆の方向に投げられる等） 	<ul style="list-style-type: none"> ・畳に隙間や段差がないこと、破損がないことを授業開始前に必ず点検し、確認する。 ・爪は短く切り、髪が肩より長い場合には、髪を結わせ、柔道衣は常に清潔に保たせるよう指導する。 ・装飾品や装備品について、金属や固いものを身に付けていないか、授業開始時の整列時に確認を徹底させる。 ・組み合う相手は体格差、体力差、技能差などの個人差を十分に配慮し、グループ分けを実施する。 ・受け身を取る際、衝突することがないように、倒れる方向を統一して、スペースを確保する。 ・常に周囲の状況や安全を確認するように指示する。 ・力加減や転倒に十分留意させ、「全力でも7割、残り3割は相手への思いやり」を徹底するよう呼びかける。 ・無理な体勢や無理な力がかからないよう常に相手の状態を確認させ、苦しいときには「まいった」をさせて、相手が「まいった」をしたら、すぐに攻撃をやめることを徹底させる。 ・受け身を継続して、繰り返し練習をさせ、手をついて身をかばうことがないように、終始助言し続ける。 ・取は引き手を保持して、安定した姿勢を保つこと、受は倒れる際にしっかりと顎を引き、頭頸部が畳に接触しないように、また、腕全体で受け身をとるように指示を出す。 ・授業では右組を基本とし、習っていない技を絶対に使うことがないように徹底する。また、危険な状態が生じた際は、即座に動きを止めるように指示を出す。

5 安全への配慮

②

予想される事故	事故防止の対応
<ul style="list-style-type: none"> ・低い姿勢で投げられることにより、頭部や頸椎を痛める怪我につながることもある。 ・自らが技をかけた際、バランスを崩して頭から畳に突っ込むことで、首や頸椎を痛めることがある。 ・同体で倒れた場合、取は受の膝で腹部や股間を強打したり、受けは後頭部や背部を強打したり、胸部の圧迫で怪我をすることがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業では膝をついて技をかけることがないように、立った姿勢で技をかけることの徹底と、万が一、相手の姿勢が崩れても、必ず顎を引いて受け身をとることができるように習慣づける。 ・正しい姿勢で技をかけるように指導するとともに、毎時間の補強運動や準備運動で体幹を鍛えて、バランス力を高められるようにする。また、ルールでも、反則負けになる危険な状態であることを説明し、前かがみの状態になったら、動作を中断させる。 ・倒れながら技をかけることは禁止するとともに、体勢が崩れたときは動作を中断して技をかけないように指導を徹底する。

柔道事故について

公益財団法人全日本柔道連盟「柔道の安全指導」より抜粋

☆ 頭部の怪我

- ・頭部重大事故の多くは、急性硬膜下血腫である。原因は大外刈りで投げられての後頭部の打撲が多い。
- ・軽症頭部外傷として、脳しんとうもあげられる。

☆ 頸部の怪我

- ・頸部重大事故の多くは、内股をかけて頭から畳に突っ込んだでの受傷や低い背負い投げをかけられて無理に頭で防御した場合、また寝技でもしばしば発生する。

☆ 骨折、脱臼、捻挫

- ・柔道で特徴的な骨折…鎖骨、肋骨、手関節（手首）、手足の指
- ・柔道で特徴的な脱臼や捻挫…肩鎖関節、胸鎖関節、肩関節、肘関節、膝関節、足関節（足首）

6 参考資料・課題解決のための資料

柔道学習カード ① 1年 組 番 名前「 _____ 」

1 わたしの柔道授業でのねらい（単元の終末段階でできるようになりたい技能や目標）を記入しよう！

目標

2 毎時間のめあて（目標）と反省

	今日のめあて	努力や工夫したこと	めあての実現状況 発見した課題	取り組み自己評価 ○・△・×で記入	取り組み相互評価 ○・△・×で記入
①					
②					
③					
④					
⑤					
⑥					
⑦					
⑧					
⑨					
⑩					
⑪					
⑫					
⑬					
⑭					
⑮					

3 柔道授業でのねらいの達成状況や感想を記入しよう！

達成状況

及び反省

6 参考資料・課題解決のための資料

柔道学習カード ②

1年 組 番 名前「 _____ 」

1 柔道ルネッサンスの話聞いて、自らのめあてとなるような標語を作ってみよう！

標語

e x. 「礼は美しい柔道の心」

2 柔道授業において、あなたが考える具体的な方法を下の表に記入してみよう！

《オリエンテーションの授業で考えたこと》 (実践前)

《授業中での心がけや考えたこと》 (実践後)



A 相手を尊重するためには

A 相手を尊重するためには



B 自分を律することとは

B 自分を律することとは



C 柔道を通して国際化を図るために必要なことは

C 柔道を通して国際化を図るために必要なことは



D 相手に怪我をさせないためには

D 相手に怪我をさせないためには



6 参考資料・課題解決のための資料

柔道学習カード ③ 1年 組 番 名前「 _____ 」

1 固め技（抑え技）における『新技』を開発してみよう！（以下のルールを理解して活動しよう）

◎ 抑え込みの3つの条件

- ① 相手をだいたい仰向けにすること
- ② 自分は相手の上になっていて、おおむね向かい合った形になっていること
- ③ 抑えている者が胴や足を相手に絡まれていないこと（相手に束縛をうけていない）



☆ 一定時間起き上がることができないように、相手を制することである

☆ 応じ方（逃げ方）は、抑え込みの条件3つのどれか一つでも崩せれば⇒「解けた」となる

※禁止事項

相手の顔に手や足を直接かけない。袖口や裾口に指を入れない。「まいった」をしたときにはすぐに離すこと。

《図示》

--

ポイント解説（要点）

こだわりや大変だった点・仲間からのアドバイスで為になった点

新しい技を開発してみて、何を感じたか（感想）

6 参考資料・課題解決のための資料

柔道学習カード ④ 1年 組 番 名前「 _____ 」

1 ジグソー学習（協同学習）とは

- ◎ ジグソーグループ（3人組）を作って3つの課題解決方法について学びます
 - ① 各グループに3種類の課題を配布します（赤紙・黄紙・緑紙）その中の一つを選択します
 - ② 同じ課題（同色）で集まり、積極的な意見交換をして課題に対する理解を深め、自己の課題の解決方法を、更に元のジグソーグループのメンバーに伝える最良の方法を考えます
 - ③ 元のジグソーグループに戻って、お互いの情報を共有・協議して全体の課題を理解します



ジグソーグループでの教合い活動後に、実践発表をしてもらい、理解度をテストします！

【 課題 】 立ち技（投げ技）におけるスムーズな連続技を完成させよう！

赤組…後方に崩す技から後方に崩す技へ
 黄組…前方に崩す技から前方に崩す技へ
 緑組…後方に崩す技から前方に崩す技へ

いずれかに○をつけてください

理解を深めた 連続技名

_____ → _____

説明 ポイント

タイミング

--

e x. 仔・ニー・サ・シー・ゴー・ロウ

スペーシング（空間認識）

--

e x. 手の動き

フォーミング（形づくり）

--

e x. 足の動き

☆ 連続技がスムーズに達成できるための要点（コツ）についてまとめてみよう

--

☆ こだわりや大変だった点・仲間からのアドバイスで為になった点を記入しよう

--

☆ 他の班の実践発表を見て、気付いたことや感想を書いてみよう

--

6 参考資料・課題解決のための資料

柔道学習カード ⑤ 1年 組 番 名前「 _____ 」

- 試合を体験した後、どのような思いや考えを持ちましたか？感想を記入してみよう！

- 客観的に自分が柔道をしている姿を見たり（動画の視聴）、仲間が柔道をしている姿を見て（試合観戦）、どのような発見がありましたか？記入してみよう！

- 仲間との意見交換や話合いで新たに気付いた点（発見等）があったら記入してみよう！
（※話合い時のメモでも可）

まとめ・自己評価

※下欄に○・△・×で自己評価をした後、仲間に相互評価をしてもらおう↓

	自己評価	相互評価
・授業を通して、相手を尊重することができたか		
・伝統的な行動の仕方を理解して行動することができたか		
・柔道を楽しんで取り組むことができたか		
・仲間との関わり合いの中で、新たな課題を発見することができたか		
・安全面を確保して行動することができたか		
・仲間との互いに合意した役割について、自己の責任を果たすことができたか		

()

- 柔道授業を通じて考えたこと、感じたこと、気付いたことなどを記入してみよう！

↑ 評価者名前