

武道(剣道)

令和3年12月1日(水) 6校時 体育館 1年1組, オレンジ学級(男子11名 女子13名)

1 単元について

本単元は、中学校学習指導要領（平成29年告示）第2章 第2節「体育分野」の内容Fの武道に関する単元である。

本単元では、次のような資質・能力を育成することと示されている。

武道について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 次のような知識及び技能を身に付けること。

次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、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、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。

(2) 次のような思考力、判断力、表現力を身に付けること。

攻防などの自己の課題を発見し、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。

(3) 次のような学びに向かう力、人間性等を身に付けること。

武道に積極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守ろうとすること、分担した役割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認めようとすることなどや、禁じ手を用いないなど健康・安全に気を配ること。

(1) 単元観

剣道は竹刀を使って、基本となる技や得意技を用いて相手と攻防を展開しながら、互いに「有効打突」を目指して相手の構えを崩して打ったり、受けたりして勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、我が国固有の文化として発展した競技であり、伝統的な行動の仕方や礼儀作法、相手を敬う心が大切な運動である。

武道の特性を生かす指導の中で、教え合い助け合いながら基本動作や対人的技能を身につけるとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることにより、その過程で問題解決能力や自分で自分を律する克己の心が育てられると考える。

(2) 生徒観

本学級は元気がよく、運動に対して積極的に取り組むことができる生徒もいる。しかし、ほとんどの生徒が剣道をするのが初めてで、「剣道のイメージは」という質問に対し、「痛い」「こわい」という意見が多かった。その他には「たたく」「礼儀」「声」「戦い」という意見があり、剣道について少しは理解していることが感じられる。握るという機会がだんだんと少なくなる生活の中で、新体力テスト1年生の握力の値が県平均男子24.08kg、女子21.97kgに対して、本校は、男子22.5kg、女子21.5kgと握力の低下も見られる。

(3) 指導観

本単元では、個人的技能の習得はもちろん、個々の課題を理解し、自己に適した練習の仕方などを工夫することにより、課題解決能力が育つと考える。また、礼儀作法を身につけることにより、協調性や相手を敬う心が育てられると考える。そこで、学習カードを活用し、グループ内で認め合える場をつくり、仲間と教え合いながら学習を進めていきたい。また、クロームブックを活用し、お互いの技の確認と改善に役立てたい。

(4) 単元の目標

○技ができる楽しさや喜びを味わい、攻防を展開するための基本動作や基本となる技ができる。

【ア. 知識・技能】

○礼儀作法や基本動作を意識して、ルールを守り、お互いに協力しながら練習や試合に、意欲的に取り組むことができる。

【イ. 思考・判断・表現】

○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などを理解し、教え合うことや、学習カードを利用し自己の課題に気づき、練習の仕方を工夫することができる。

【ウ. 主体的に学習に取り組む態度】

(5) 本単元において育成しようとする資質・能力とのかかわり

本校として、次の資質・能力の育成に重点を置いている。

- ①言語・数量・情報 ②問題解決力 ③情報活用力 ④コミュニケーション能力 ⑤主体性・協調性

この中から、本単元において育成しようとする資質・能力とのかかわりについて、次の2点に重点を置くものとする。

② 問題解決力

まず、攻防を展開するための基本的な所作や技を身につける活動を通して、自己の課題を把握し、課題解決のために工夫して取り組む態度を身に付けさせたい。

④ コミュニケーション能力

グループ活動等を通して、お互いの動きについて交流し合える場を設定し、気づいたことを積極的に伝えることができる力を身に付けさせたい。

2 単元の評価規準

観点	ア. 知識・技能	イ. 思考・判断・表現	ウ. 主体的に学習に取り組む態度
評価規準	<p>①武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方や、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。</p> <p>②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、基本となる技を身に付けています。</p>	<p>①自己の課題解決の方法を考え、練習方法を工夫している。</p> <p>②自己の課題について、思考し判断したことを、言葉や文章などで表現したり、他者にわかりやすく伝えようとしている。</p>	<p>①剣道の特性に関心をもち、剣道の楽しさが味わえるように進んで活動に取り組もうとしている。</p> <p>②礼儀作法を重んじ、互いに相手を尊重し練習や試合をしようとしている。</p> <p>③伝統的な基本動作の仕方に留意して、安全に学習しようとしている。</p>

3 指導計画（8時間）

次	学習活動	評価規準 【観点】(評価方法)
一	オリエンテーション(剣道の歴史や気・剣・体の一致の意味の理解) ・礼法、基本動作 【単元を貫く課題】気・剣・体を意識した活動ができる。	【ア①】【ウ①】(ワークシート、行動観察)
二	基本動作の習得 ・自然体（中段の構え）・足さばき（送り足）	【ア②】【ウ②】(行動観察、ワークシート)
三	基本動作の習得 ・自然体（中段の構え）・足さばき（送り足）・素振りの練習	【ア①】【ウ①】(行動観察、ワークシート)
四	基本動作の習得 ・自然体（中段の構え）・足さばき（送り足）・素振りの練習	【ア①】【イ②】【ウ①】(行動観察、ワークシート)
五	基本動作の習得 ・自然体（中段の構え）・足さばき（送り足）・素振りの練習（本時）	【イ①】 (行動観察、ワークシート)

六	基本動作の習得 ・自然体（中段の構え）　・足さばき（送り足）　・素振りの練習	【ア②】【イ②】【ウ③】 (行動観察、ワークシート)
七	基本動作の評価	【ア②】【ウ③】 (行動観察、ワークシート)
八	基本動作の習得 ・自然体（中段の構え）　・足さばき（送り足）　・素振りの練習	【ア②】【イ①】【ウ③】 (行動観察、ワークシート)

（1）本時の目標

気・剣・体を意識した動作（跳躍素振り）ができる。

（2）観点別評価規準

十分満足 (A)	おおむね満足 (B)	努力を要する生徒への手立て (C)
<p>気・剣・体を意識して活動し, ●氣…氣持ち。相手への尊敬（リスペクト）。相手への感謝。気合い。自分を奮い立たせる。 A:声が受け手にはっきりととどく。 ●剣…適切な打突。 1 : 打突：先革～中結の間。 2 : 刃筋：まっすぐ。 3 : 止め打ち：打突したらすぐに止める。 ●体…体さばき 1 : 打ち込み：振りと踏み込みのタイミングが合う。 2 : 足(左・右)の引きつけ：早く。 3 : 姿勢：崩れないこと。 送り足：スムーズな送り足。→残心 跳躍：床から離れすぎない。体の上下動もしすぎない。 これらの観点のできていないところに気付き、改善しようと工夫している。</p>	<p>・気…B：声を出している。 ・適切な打突、体さばきを意識して動き、それぞれの観点の2つは体現できる。 気・剣・体を意識して活動し、これらの観点のできていないところに気付いている。</p>	<p>・気…C：声が聞き取れない。 ・適切な打突、体さばきを意識して動いているが、適切に体現できない。 【支援の手立て】 ・仲間同士で伝え合わせる。 ・視覚教材を用いて確認する。</p>

（3）準備物 竹刀、筆記用具、振り返り用紙、タブレット、ワークシート

(4) 学習の展開

学習活動	指導上の留意点 (○) 予想される生徒の反応 (・)	評価規準 (評価方法) 配慮を要する生徒への支援 (◆)
1 あいさつ・健康観察 2 本時の学習課題を確認	○体調、爪等の確認を丁寧に行う。	行動観察
めあて：気・剣・体を意識した動作（跳躍素振り）のポイントを理解し、自分の動きを改善しよう。		
3 準備運動・補強運動 ・体操、ストレッチ ・補強運動	○体力の向上を意識して行っているか。 ○自己の体力の課題を考えて行っているか。	◆必要に応じて指導を行う。
4 前時の振り返り ・跳躍素振り	○気・剣・体を意識してできているか	◆必要に応じて指導を行う。
5 3人グループでの活動 (跳躍素振り) ・一人がかかり手、一人が受け手、一人が録画係をする。 ・一人一人の活動を確認する。	○タブレットで録画する。 ○受け手は竹刀を面の位置に構えて受ける。 瀬戸田シンキングタイム ○一人一人の素振りの課題等を見つけて、改善点を確認する。 ○気づいたことをワークシートにまとめる。 ・気・剣・体の一致ができているかに留意して取り組むことができる。 ○タブレットで録画する。 ・改善点を意識して取り組むことができる。	◆グループで協力して録画させる。 ◆必要に応じて指導を行う。 ◆必要に応じて指導を行う。
6 3人グループで改善点を意識した活動 ・一人がかかり手、一人が受け手、一人が録画係をする。 【資質・能力】 ④コミュニケーション能力		◆必要に応じて指導を行う。
7 本時のまとめ ・本時のまとめをする。 本時の活動を通して、気付いたことなどを振り返りシートに記入する。	○本時の活動のまとめを行い、技能の習得段階を評価する。 ○全体の感想と技術の補足を行う。 ○けがや体調について確認する。	イ) ①自己の課題解決の方法を考え、練習方法を工夫している。 (ワークシート)
跳躍素振りでは、自分の声と竹刀の振り下ろし、踏み込みのタイミングを合わせること、足が床から離れすぎないこと、体の上下動を少なくすることが大切である。		
8 振り返り		
自分は声がでていなかったことが、意見をもらって気づくことができた。お互いの活動を見て気づいたことは積極的に伝えたいと思った。気・剣・体を常に意識して活動することが技能の向上に繋がると思った。		

※□囲みで示した活動が、本時におけるシンキングタイムである。

剣道実技ワークシート

1年()組 ()番 氏名()

【気・剣・体の一致】…道具で打つ競技はあるが、剣道は人を打つ。心から相手を尊重する態度。

●気…気持ち。相手への尊敬（リスペクト）。相手への感謝。 気…気合い。自分を奮い立たせる。

A：声が受け手にはつきりととどく。 B：声を出している。 C：声が聞き取れない。

●剣…適切な打突。 1：打突：先革～中結の間。 2：刃筋：まっすぐ。

3：止め打ち：打突したらすぐに止める。→（受け手はいなす。）

●体…体さばき。（美しい姿勢）

1：打ち込み：するどく。振りと踏み込みのタイミングが合う。

2：左足の引きつけ：早く。 3：姿勢：くずれない。前のめりになつたりしない。

（確認事項）

ア：ア：一足一刀の間合い（中段の構えでお互いの剣先が、10cm程度交差する間合い）から始める。

イ：受け手は、相手の右側へ体を外し、竹刀を面の位置に構えて受ける。（打突されたら竹刀をいなす。）

ウ：録画係は、かかり手の足や竹刀の動きがよくわかるように、受け手の右斜め後ろあたりで構えて録画する。

エ：録画は出席順に行う。（①かかり手：②受け手：③録画係→②かかり手：③受け手：①録画係→③かかり手：①受け手：②録画係）

●二挙動素振り（にきよどうすぶり）…①と②を繰り返す。

①「いち」の号令で頭上まで振りかぶり、

「に一」の号令で右足から、前へ踏み込むと同時に面に振り下ろす。「面」

②「いち」の号令で頭上まで振りかぶり、

「に一」の号令で左足から後ろへ踏み込むと同時に面に振り下ろす。「面」

【活動】

（①かかり手：②受け手：③録画係→②かかり手：③受け手：①録画係→③かかり手：①受け手：②録画係）

・評価の時間は、動画を確認する時間も含めて、一人3分で行う。

【活動・1回目】評価→・できていれば○をつける。・気づいたこと、改善点等を記入する。

●気…気持ち、気合いを声で表現する。（ A ・ B ・ C ）【録画係が主に評価する】

●剣…適切な打突（ 1 ・ 2 ・ 3 ）【受け手が主に評価する】

●体…体さばき（ 1 ・ 2 ・ 3 ）【かかり手が主に評価する】

【活動・2回目】評価→・できていれば○をつける。・気づいたこと、改善点等を記入する。

●気…気持ち、気合いを声で表現する。（ A ・ B ・ C ）【録画係が主に評価する】

●剣…適切な打突（ 1 ・ 2 ・ 3 ）【受け手が主に評価する】

●体…体さばき（ 1 ・ 2 ・ 3 ）【かかり手が主に評価する】

・まとめ

【★めあて：気・剣・体を意識した動作（跳躍素振り）のポイントを理解し、自分の動きを改善しよう。】

【気・剣・体の一致】…道具で打つ競技はあるが、剣道は人を打つ。心から相手を尊重する態度。

●気…気持ち。相手への尊敬（リスペクト）。相手への感謝。

A：声が受け手にはつきりととどく。 B：声を出している。 C：声が聞き取れない。

●剣…適切な打突。 1：打突：先革～中結の間での打突。 2：刃筋：まっすぐ。

3：止め打ち：打突したらすぐに止める。→（受け手は竹刀をいなす。）

●体…体さばき（美しい姿勢） 1：打ち込み：振りと踏み込みのタイミングが合う。

2：足（左・右）の引きつけ：早く。 3：跳躍：床から離れすぎない。体の上下動もしすぎない。

（確認事項）

ア：一足一刀の間合い（中段の構えでお互いの剣先が、10cm程度交差する間合い）から始める。

イ：受け手は、相手の右側へ体を外し、竹刀を面の位置に構えて受ける。（打突されたら竹刀をいなす。）

ウ：録画係は、かかり手の足や竹刀の動きがよくわかるように、受け手の右斜め後ろあたりで構えて録画する。

エ：録画は出席順に行う。（①かかり手：②受け手：③録画係→②かかり手：③受け手：①録画係→③かかり手：①受け手：②録画係）

●跳躍素振り（ちょうやくすぶり）…①と②を繰り返す。・「構え」で振り上げる。

①「いち」の号令で前に移動しながら振り下ろす。気…「面」

②「に一」の号令で後ろに下がりながら振り上げる。

・跳躍する足は、なるべく床から離れすぎないようにして、体も上下しすぎないように振る。

・最初は動きを確認しながら丁寧に行い、徐々にスピードを上げて跳躍するようにする。

【活動】

（①かかり手：②受け手：③録画係→②かかり手：③受け手：①録画係→③かかり手：①受け手：②録画係）

・評価の時間は、動画を確認する時間も含めて、一人2分内で行う。

【活動・1回目】評価→気・剣・体のできている観点に○をつける。・気づいたこと、改善点等を記入する。

●気…気持ち、気合いを声で表現する。「面」（A・B・C）【録画係が主に評価する】

●剣…適切な打突（1・2・3）【受け手が主に評価する】

●体…体さばき（1・2・3）【かかり手が主に評価する】

【活動・2回目】評価→気・剣・体のできている観点に○をつける。・気づいたこと、改善点等を記入する。

●気…気持ち、気合いを声で表現する。「面」（A・B・C）【録画係が主に評価する】

●剣…適切な打突（1・2・3）【受け手が主に評価する】

●体…体さばき（1・2・3）【かかり手が主に評価する】

・まとめ（跳躍素振りにおける気・剣・体のポイントで理解したことを記入しよう。）

