

保健体育科学習指導案

令和7年10月9日(木) 第5校時 武道場
第3学年2組 男子20名 女子18名 計38名
深谷市立藤沢中学校 教諭 小田 直城

1 単元名 「武道」(剣道)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- 剣道は竹刀を使って、基本動作や基本となる技を用いて、互いに「一本(有効打突)」を目指す競技である。相手の動きに応じて攻防を展開し、勝敗を競い合い、互いに高め合うところ楽しさがある。
- 武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、単に勝敗を目指すだけでなく、相手を尊重する礼の考え方を重んじる運動である。
- 「礼に始まり礼に終わる」と言われるように、「礼法」を重視する伝統的な考え方に則り、相手を尊重する心構えを養うことができたり、剣道の動きに関連して瞬発力、敏捷性、巧緻性を高めたりすることができる。

(2) 生徒から見た特性

剣道の楽しさや喜びを感じる要因	剣道を遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none">・一本をとったとき。・ねらったところに打ち込めたとき。・いろいろな技を習得できたとき。	<ul style="list-style-type: none">・防具の着装などの準備がうまくいかないとき。・竹刀操作がうまくいかないとき。・竹刀で打たれた時や踏み込みの際に痛みが伴うとき。

3 生徒の実態

(1) 知識及び技能

1, 2年次に剣道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方などの知識について学習し、理解している。技能面では相手に応じた基本動作や基本となる技を学習し、簡易的な試合ができる生徒も多い。しかし、有効打突にするためには「相手の構えを崩し、隙をつくる」ということを意識的に行っている生徒は少ない。

(2) 思考力、判断力、表現力等

課題に対して自分の動きを振り返ったり、自分の動きと見本となる動きを照らし合わせて考えたりして学習に向かう生徒が多い。仲間と課題解決に向け、考えたことを他者に伝えることもでき、学び合う姿勢がよく見られる。しかし、課題解決に適していない方法を選択してしまう生徒も度々見られる。

(3) 学びに向かう力、人間性等

意識調査の結果から体育の授業が好きな生徒は多いが剣道が好きな生徒は少ない。明るく、活発で課題に対して一生懸命取り組み、盛り上がる生徒が多い。相手を尊重することや伝統的な行動の仕方を守ろうとする意識は低い。

【意識調査の結果】(3年生 男子20人 女子18人 計38人)

質問1 体育の授業は好きですか。

回答	好き	どちらかというとき	どちらかといえば嫌い	嫌い
	50%	46%	4%	0%

質問2 剣道は好きですか。

回答	好き	どちらかというとき	どちらかといえば嫌い	嫌い
	15%	49%	33%	3%

質問3 剣道の授業で身に付けたいことは何ですか。

・礼儀作法	・防具の付け方	・素早い竹刀操作	・面, 小手, 胴の打ち方
・大きな声	・ルールや歴史	・足さばき	・引き技

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

相手の隙をつき、面、小手、胴を一本にするためには、どのようにしかけて相手の構えを崩すのか、どのように打ち込むのか、相手の動きの変化に応じた面など二段技や接近状態にあるときの引き技、竹刀を払い相手を崩す、払い技などの例を示し、定着を図る。審判の行い方や試合の方法を、動画資料や学習資料等を用いて理解し、簡易的な試合が行えるように授業を展開する。

(2) 思考力、判断力、表現力等

ペア学習や小グループなどの技能習得の段階に応じて学習形態を意図的に変えながら授業を進めていく。ICT端末を活用し、自身や仲間の課題に気づき、課題解決に向けた練習方法を工夫できるよう学習資料や掲示を行い、学び合い活動の充実を図る。示範動画や掲示物等で自己や仲間の動きを比較しながら課題を明確化し課題解決を行う。

(3) 学びに向かう力、人間性等

防具の着装に苦手意識をもつ生徒が多いことから、面紐をマジックテープ式に替えて取り組み、苦手意識を緩和して活動時間と運動量を確保することで技能の上達を実感し、進んで自主的に取り組めるようにする。伝統的な行動の仕方の大切さや行い方を指導し、相手を尊重した授業展開が行えるようにする。

また、班ごとに設けられた役割（審判・試合者・記録者など）を責任をもって果たすよう促し、仲間の学習を支えることが自己の役割を果たすことにつながると理解できるようにする。健康・安全に留意する観点からも技能習得段階別に分け、お互い肯定的な声かけを行えるようにする。

5 単元の目標

(1) 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試合で攻防を展開することができるようにする。〈知識及び技能〉

(2) 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。〈思考力、判断力、表現力等〉

(3) 剣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すること、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。〈学びに向かう力、人間性等〉

※ 本事例では、単元の目標は学習指導要領「2 内容」を踏まえ、第3学年の目標をすべて記述している。他の単元で指導し評価する部分については（ ）で示している。

6 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
【知識】 ① 武道を学習することで自国の文化に誇りをもち、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、学習した具体例や基本的な技の名称や見取り稽古の仕方を挙げている。 ② 簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があることについて、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ③ 体さばきや竹刀操作を用いて打ったり、応じ技へ発展するよう受けたりすることができる。 ④ 最初の面打ちに対応したとき、隙ができた面を打つことができる。 ⑤ 相手と接近した状態にあるとき、隙ができた面を引きながら打つことができる。	① 見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ② 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。 ③ 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。 （※第3学年のみ記載）	① 剣道に自主的に取り組んでいる。 ② 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。 ③ 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。

7 単元の計画

(1) 領域の取り上げ方

学年/運動	武道	
第1学年	剣道	8時間
第2学年	剣道	8時間
第3学年	剣道	12時間

(2) 領域の内容（運動種目）と目指す動き

学年	教材	目指す動き
1	剣道	<ul style="list-style-type: none">相手の動きに応じた基本動作を身に付けること。竹刀を正しく扱うこと。防具の着装をすること。
2	剣道	<ul style="list-style-type: none">基本となる技を身に付けること。相手の動きに応じた技を打つこと。
3	剣道	<ul style="list-style-type: none">相手の動きの変化に応じた基本動作を身に付けること。相手の動きを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開すること。

(3) 指導と評価の計画 (12時間扱い) 本時は○印 8/12時

時間	1	2	3	4	5	6	7	⑧	9	10	11	12
ねらい	自国の文化、剣道について知ろう。	体さばきや竹刀操作を用いて打ったり、受けたりしよう。	最初の面打ちに対応したとき、隙ができた面を打とう。	相手と接近した状態にあるとき、引きながら面を打とう。	自己や仲間の動きを比較して、成果や改善点を仲間に伝えよう。	簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方を学ぼう。	二段技や引き技で一本を取ろう。	役割(審判)に責任をもち、班ごとにスムーズな試合運営を行おう。	有効な練習方法の選択について自己の考えを伝えよう	相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしよう。	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付けよう。	剣道に自主的に取り組もう。
指導内容	<ul style="list-style-type: none"> 学習の進め方 剣道の成り立ち 剣道の特性 技の名称 見取り稽古の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> 「面、小手、胴」の打ち方受け方 	<ul style="list-style-type: none"> 面一面の打ち方、受け方 	<ul style="list-style-type: none"> 引き面の打ち方、受け方 	<ul style="list-style-type: none"> 見取り稽古の仕方 動きの比較と成果・改善点の伝え方 	<ul style="list-style-type: none"> 試合の行い方 審判の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> 二段技のねらい方 引き技のねらい方 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の責任の果たし方 	<ul style="list-style-type: none"> 課題解決練習の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> 伝統的な行動の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> 自己に適した剣道へのかかわり方 	<ul style="list-style-type: none"> 剣道のまとめ
学習過程	1 集合、挨拶、出席確認、健康観察 2 本時のねらいと内容の確認 3 オリエンテーション ・授業の目標と約束 ・伝統的な考え方 4 役割分担 5 用具の準備 6 主運動につながる運動 ・すり足 ・踏み込み ・手刀かけひきゲーム 7 集合、健康観察 8 学習の振り返り 9 次時の予告 10 挨拶、片付け	1 用具の準備等、挨拶、健康観察 2 準備運動 3 主運動につながる運動 4 防具の着装 5 本時のねらい、内容の確認										
	6 面打ち ・打ち方受け方の復習 ・「気・剣・体」の確認 ・残心指導 ・すり足、踏み込み足の確認 7 小手打ち 8 胴打ち ・打ち方、打つ側確認	6 二段技 ・二段踏み込みの確認 7 面・面 ・竹刀操作の練習 8 小手・面 ・しない操作の確認	6 引き面 ・つばぜり合いの確認 7 引き小手 8 引き胴	6 二段技、引き技の動画撮影 7 動画分析 ・動きを比較し、理由を付けて成果や改善点を共有 8 地稽古	6 簡易試合の説明 ・礼法指導 ・反則行為の説明 ・1分取得制限なし 7 役割分担 ・審判、試合者、撮影者 8 簡易試合	6 簡易試合 ・1分審判3人取得制限なし 7 技について分析 8 簡易試合2	6 簡易試合 ・1分審判3人取得制限なし 7 審判について分析 8 簡易試合2	6 簡易試合 ・1分7動画分析 ・どのようなどこで隙ができていたのか確認 8 課題練習 ・隙を作りだし打つ方法を既習の技から考える	6 約束稽古 ・1分間攻撃役と応じる役に分ける 7 動画分析 ・間合いや打ち方の確認 8 簡易試合	6 作戦会議 一本のねらいどころを確認 7 グループ練習 8 リーグ戦 5人組	6 グループ練習 7 グループ別順位決定戦 ・前回の勝敗を元にレベル別グループを作り順位を決定 ・上位者紹介 8 集合・健康観察 9 学習の振り返り 10 挨拶、片付け	
評価計画	知・技	①	③	④	⑤		②	④, ⑤				
	思・判・表					①			②		③	
	態							③		②		①
	方法	学習カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード	観察・カード
場面	3, 6, 8	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 8, 11	6, 7, 9

8 本時の学習と指導（8／12時）

(1) ねらい

- ・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。

〈学びに向かう力、人間性等〉

(2) 準備

- ・防具、竹刀、CD、放送器具、ICT端末、ストップウォッチ、ミニコーン

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導 ◆評価規準）
導入 12分	<p>1 用具の準備等，挨拶，健康観察</p> <ul style="list-style-type: none"> ・挨拶は座礼で黙想後，礼を行う。 <p>2 準備運動</p> <p>(1)藤沢中体力向上ドリル</p> <p>3 主運動につながる運動</p> <p>①すり足</p> <p>②踏み込み</p> <p>③手刀かけひきゲーム (30秒×2)</p>	<p>○体育委員を中心に，素早く準備できるように声かけを行う。</p> <p>○体調不良者，見学者を確認する。</p> <p>○体育委員の号令で元気よく挨拶できるよう声かけを行う。</p> <p>○ポイントを意識して準備運動・感覚づくりの運動ができるように巡回し声かけを行う。</p> <p>① すり足</p> <ul style="list-style-type: none"> ・音楽に合わせ，床から足が離れないように意識して行う。 <p>② 踏み込み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・音楽に合わせ，足裏全体で踏み込むことを意識して行う。 <p>③手刀かけひきゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すり足で行い，相手の動きを意識して行う。
展開 33分	<p>4 防具の着装</p> <p>5 本時のねらい，内容の確認</p>	<p>○正しく防具が着けられているか確認，声かけを行う。</p> <p>○前回の学習内容を振り返りながら本時ねらいを理解できるようにし，学習の見通しがもてるようにする。</p>
	<p>役割（審判）に責任をもち，班事にスムーズな試合運営を行おう。</p>	
	<p>6 簡易試合 (合意した役割に責任をもつ)</p> <p>〈役割〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・6人組 1分交代 ・試合者 2名 ・タイマー1名 <p>(5人の場合は副審が兼ねる)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・審判3名 <p>○審判 「気・剣・体」をそれぞれ分けて判断する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主審（宣告者，剣） ・副審A（気）副審B（体） <p>〈ルール〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・主審が旗を上げたのに対して副審がそれぞれ判断をする。 ・副審二人はそれぞれの部分が良ければ手を上げ一人でも上がれば一本とする 	<p>○良い動きは，互いに称賛し合うように声かけを行う。</p> <p>○審判の動きの確認を行う。</p> <p>○隣のペアと距離が近くなるように注意させる。</p> <p>○勝敗にこだわり過ぎず，剣道の伝統的考え方から行動をするように声掛けを行う。</p> <p>○一本の条件，ルールについて説明し，役割分担を素早くできるように声掛けを行う。</p> <p>○試合中も含め，アドバイスを積極的に行えるように指示をする。</p> <p>○禁止や反則行為はしないよう声かけを行う。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ・取得本数に上限はなし (多いほうが勝ち) ・時間内に決まらない場合は判定 (判定基準：有効打突に近い技を 打った人に旗を上げる。) 〈禁止・反則行為〉 ・勝負の意志なく逃げる行為 ・竹刀を落とす ・ガッツポーズ ・審判への抗議 <p>7 審判について分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班ごとに集合し、協議を行う。 <p>8 簡易試合 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・再度同じルールで試合を行う。 	<p>○審判の行い方について、良い点、改善点を出し合うように声かけを行う。</p> <p>○技能の方に話がいかにないように声かけを行う。</p> <p>○話し合いが活発化するように助言を行う。</p> <p>○観察、分析で得た成果や改善点を試合で意識できるように促す。</p> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◆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。 (観察・カード)【主体的に学習に取り組む態度】</p> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>△「努力を要すると判断される状況 (C)」の生徒への指導の手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ内で教え合うように促す。 ・掲示物を用いてどのように動くか、何をするかを提示し、イメージをもたせる。 <p>◎「十分満足できると判断される状況 (A)」の生徒の具体的な姿</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の与えられた役割に対して、自主的に取り組むことで学習を円滑に進めることができる。 </div>
<p>整理 5 分</p>	<p>9 集合・健康観察</p> <p>10 整理運動</p> <p>11 学習の振り返り、学習カード記入</p> <p>12 まとめ</p> <p>13 次時の予告</p> <p>14 挨拶、片付け</p>	<p>○素早く集合し礼式を行う。</p> <p>○けが人がいないか確認を行う。</p> <p>○本時の授業で与えられた役割（審判、時計、試合者）に対してどのように取り組んだか振り返りを行う。</p> <p>○試合を行うには多くの人の協力必要であることを確認する。</p> <p>○次回以降の改善点を振り返る。</p> <p>○次時の内容を確認し、見通しをもたせる。</p> <p>○元気に挨拶をし、素早く片付けを行う。</p>