

○場 所 剣道場

○対 象 第1学年1・2・3・4組 女子35名

1, 単元名 高等学校 武道(剣道)

2, 運動の特性

(1) 一般的な特性(機能的特性、構造的特性、効果的特性)

武道は武技・武術に由来する我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて基本動作や基本の技を身に付け、攻防を通して勝敗を競い、互いに高め合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。剣道は竹刀を用いる対人競技で、体格や性別、年齢に関係なく取り組むことができ、生涯スポーツとしても適している。構えや体さばき、基本打突、しかけ技や応じ技などを基盤に、相手の心と技を読み合いながら有効打突を目指す。敏捷性や瞬発力、巧緻性を高めるとともに、相手を尊重し克己の心や伝統的な行動様式を身に付けることができる。

(2) 児童・生徒からみた特性

剣道の肯定的な面として、体格差に関係なく勝敗を競えることや、礼に始まり礼に終わる礼儀を重んじる点が挙げられる。身に付けた技能を相手との攻防で発揮できるようになると楽しさが増し、距離の近い対人競技であるため教え合いやコミュニケーションが生まれやすい。また、これまで触れる機会が少なかった分、新鮮さも感じられる。

一方で、経験の少なさから怖い、痛そうと感じて抵抗をもつ生徒もいる。体格や筋力の差が勝敗に影響し、うまくいかない場合にはつまずきやすく、楽しさを感じにくくなることもある。

3, 児童・生徒の実態

このクラスは、明るく素直な生徒で、与えられた課題に対して意欲的に取り組む生徒が多い。剣道部員が2名いるが、その生徒以外は技術的に大きな差はないので全体を見て指導することができる。

また、剣道に意欲的な生徒が多く、自己の技術を伸ばそうと積極的な取り組みが見られ、意識の高いクラスであると感じる。しかし、各々が理解しているすり足や踏み込み、竹刀の振りなどの動きを論理的には理解しているが、実践やゲームで実践することは難しい。この授業を通して、論理だけでなく、感覚的にも技術を理解し、完成度の高い技能習得を目指していきたい。

4, 教師の指導観

初心者であることを考慮しながらしっかりとした礼法、基本動作、素振り、基本打ちを身に付けるということを目指したい。・基本動作(構え、足さばき等)を正しく身に付けるとともに、対人技能(基本打ち、二段打ち等)を習得し、技能の程度に応じた練習ができるようにする。技能の程度に応じて具体的な目標を持ち、互いに協力して計画的に練習ができるようにする。伝統的な行動の仕方に留意するとともに、互いに相手を尊重し、公正な態度で練習ができるようにする。禁止事項を守り、練習場所の安全を確かめるなど、健康・安全に留意して練習ができるようにする。

5, 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、技の名称を理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができるようにする。 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手の構えを崩し、仕掛けたり応じたりするなどの攻防をすること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	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事(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事など)健康・安全を確保することができるようにする。																		
	時	1	2	3	④	5	6	7	8	9	10									
学習の流れ	0	挨拶(座例)・出席確認・本時の目標・本時の内容・準備運動																		
	10	オリエンテーション・授業の進め方の確認・礼儀作法・安全な行い方	礼儀作法と所作(左座右起、正座、座例、立礼)・基本動作の確認(すり足)	竹刀の握り方、扱い方	すり足・足さばき・踏み込み	素振り	小手打ちとその受け	二段打ち(小手面)	引き技(引き面、引き小手、引き胴)応じ技	基本打突・動作の確認	自由練習									
	20																			
	30			すり足	素振り・足と振りの確認	面打ちとその受け方	胴打ちとその受け方	払い技・抜き技												
	40			足さばき																
50	整理運動・集合・本時の振り返り・次回予告・挨拶(座例)																			
評価機会		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
	知	①	①																	
	技		②	①	①	①	①	②		③	②									
	思 態								②	②		②								
単元の評価規準	知	① 武道を学習することは、自国の文化に誇りを持つことや、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 それぞれの技を身に付けるための技術的なポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。																		
	技	① 構えでは、相手の動きの変化に応じたすり足や送り足が自然体で中段に構えることができる。 ② 基本の打突の仕方と受け方では、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。 ③ 基本となる技を打つことができる。																		
	思	① 相手を尊重するなどの伝統的な行動をする面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 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。																		
	態	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 武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ③ 健康・安全を確保している。																		

6, 本時の学習と指導 (4 / 10 時)

(1) 本時の目標

素振りの足の使い方や竹刀の振り方を理解することができる。

(2) 準備

ホワイトボード、ホイッスル、竹刀

運動が苦手な児童・生徒に対する配慮

生徒を励ます言葉や肯定的フィードバックを行う。

〇ここに足さばきと踏み込み、素振りの基本的な動きの動画をいれてください。

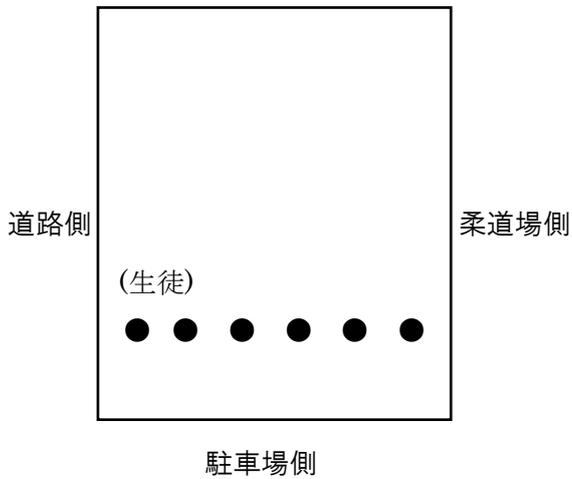
(3) 本時の展開

段階	学習内容・学習活動	指導上の留意点 (〇指導、◆評価規準)
導入 7分	1, 集合・整列・挨拶(座例)・出席確認 (1分)	〇縦横揃えて整列する。 〇挨拶後、出席確認時や説明をする時は、足を崩させるよう指示する。
	2, 本時の目標・内容説明 (1分)	〇髪型や服装などの身だしなみを確認する。
	3, 準備運動 (5分)	〇体調不良や欠席者がいないか確認する。 〇見通しを持って授業に取り組めるように目標や流れをホワイトボードに書く。 〇準備運動は体育委員と剣道部を中心に行う。竹刀を持って移動し、両手を広げてぶつからないように指示する。 〇怪我のないようにしっかりと準備運動させる。

4, 竹刀の握り方と構えの説明・確認 (5分)

・全体でポイントを確認

正面



5, 足さばき(すり足・送り足) (8分)

【道場の端から端まで竹刀を持って行く】

・すり足 前

○駐車場側に1列6人6列で並ばせる。

○竹刀の握り方と構えの確認

・右手と左手の握り方

・剣先の向き、位置

・右足と左足の間隔、位置

・姿勢や目線

・右足の踵は両足つま先立ちをして一歩前に出た時の高さ。(紙一枚分上げる)

○竹刀の握り方、持ち方、足の作りのポイントや意識することをいつでも確認できるようにホワイトボードに書き、写真を掲示する。

○全員話を聞かせる時は、竹刀をとかせる。話を聞く時の姿勢を統一させる。

○移動は素早くさせる。

○怪我のないように、竹刀の扱い方や間隔を統一させる。

○説明に時間をかけずに、運動量を確保する。

○周囲の安全を十分に確認する。

○正しい竹刀操作や足さばきができるよう声掛けを行う。

◆構えでは、相手の動きの変化に応じたすり足や送り足が自然体で中段に構えることができる。【知識及び技能】

○すり足はホイッスルの合図で行う。

なか
32
分

