

保健体育科学習指導案

指導者 植田 一矢

- 1 日 時 令和7年11月15日(土) 第1校時(9:00~9:50)
- 2 学年・組 中学校第1学年2組 計40名(男子18名, 女子22名)
- 3 場 所 中学校体育館
- 4 単元名 武道 剣道
- 5 単元について

本単元は、学習指導要領「F 武道」の「剣道」に位置づけられており、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、勝敗を競い合い互いに高め合う楽しさを味わうことのできる運動である。剣道は、日本の伝統的な武道として、礼節を重んじ、相手と真剣に向き合う中で自己を高めることに価値がある運動である。中学校段階では、基本動作の習得を通して技能を高めるとともに、相手との駆け引きや礼儀作法を通して、思考力や判断力、他者を尊重する態度を育てることが求められる。そこで本単元では、「判定試合の中で仲間の課題を見つけ、伝えよう」という学習課題を設定し、仲間の動きをよく観察し、互いに助言し合う活動を通して、課題解決に向かう思考力や伝え合う力を育てる。こうした学習を通して、勝敗にとらわれず、互いを尊重しながら共に上達する喜びを実感できる生徒の育成を目指す。

本学級の生徒は、体育の授業において主体的に課題を見つけ、工夫して取り組もうとする姿勢が高く見られる。また、剣道経験者はいないものの、導入の際には「試合の映像を見てかっこいいと思った」「相手とのやりとりが楽しそう」といった声が多く、剣道に対して肯定的な印象をもっている生徒が多い。一方で、「足さばきと素振りを合わせるのが難しい」「構えてみると怖い」など、剣道特有の動きや対人場面に不安を感じる生徒も見られる。したがって、本単元では、全員が安心して取り組める環境づくりと、成功体験を積み重ねる指導が重要である。

指導にあたっては、相手とのかけ引きを通して攻防を展開する(今回では竹刀で打つ、竹刀で受ける)中で、自己の課題を発見し、その合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫する力、そして自己や仲間の考えを他者に伝える力を育成することをねらいとする。剣道の学習では、技ができる楽しさや喜びを味わうとともに、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方を理解し、相手を尊重しながら取り組む姿勢を大切にする。そのため、序盤では、正しい礼法や構え、基本動作(足さばき・素振り・打突動作)などの基礎的技能の習得に努め、姿勢の安定や動作の正確さを身につける。中盤から終盤にかけては、基本技を組み合わせた簡単な攻防や打突の応じ方を学び、相手の動きに合わせて合理的に打つ・受けるなどの工夫を重ねることで、課題解決の力を高めるようにする。学習の過程では、ペアやグループでの共同的な学びを通して、互いの動きを見合い、良い点や改善点を助言し合う活動を取り入れる。また、ICTを活用して動作を撮影・比較・ふり返りを行い、客観的に自己や仲間の課題を把握し改善につなげることができるようにする。これらの学習活動を通して、生徒が剣道の伝統的な行動の仕方や礼節を理解し、相手を尊重しながら積極的に学び合う態度を育てることを重視する。

6 単元の目標

- (1) 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単な攻防を展開すること。剣道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの簡単な攻防をすること。
- (2) 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、

自分の考えたことを他者に伝えること。

- (3) 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事などや、禁じ技など用いないなど健康・安全に気を配ること。

7 指導計画（全11時間）

次	時	学習内容
1	1	オリエンテーション，剣道体験（新聞切り新聞球打ち），礼法
	2	足さばき，師匠と弟子
2	3	リズム剣道，基本打突
	4	リズム剣道（送り足），連続正面打ち
	5	リズム剣道（正面打ち），竹刀の持ち方の確認
	6	リズム剣道（正面打ち，小手打ち，胴打ち），気剣体の一致した打ち
3	7	木刀による基本稽古法，グループ練習
	8	木刀による基本稽古法，グループ練習，演武会
4	9	リズム剣道，正面小手胴打ちのグループ練習，判定試合
	10	リズム剣道，スキップでの踏み込み動作，踏み込み動作による正面打ち，判定試合（本時10/11）
	11	リズム剣道（早素振り）踏み込み動作による正面打ち，判定試合

8 本時の目標

有効打突の条件を参考にして，仲間の課題や出来映えを伝えることができる。【思考・判断・表現】

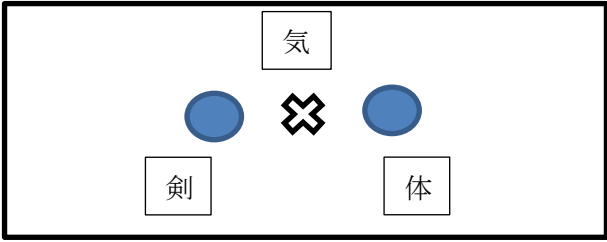
9 「共に生きることを学ぶ保健体育科の授業づくり」との関連

体育科・保健体育科では，「自らの運動を主体的に分析し，身体や感覚と向き合うとともに，多様な他者と一緒にかかわり合いながら課題を追求し，新たな諸能力を獲得する姿。」を，中学卒業時のめざす子供の姿として基本的な考え方に示している。また，保健体育科の授業づくりの特徴として，

- ・自発的な運動衝動を促す，出会わせ方と課題設定
- ・自主的に学び育てることのできる振り返りの充実
- ・客観的な分析を促す手立てと支援
- ・運動を分析・表現し共有できる思考表現の確立

といった点が挙げられる。本単元では，導入の際に生徒が「剣道をやってみたい」と感じるために新聞切り体験や全日本選手権の試合，自分目線で見た剣道の様子の動画の視聴などを行った。また，ペアでのリズム剣道やグループでの判定試合を取り入れることで，他者とのかかわり合いの中から客観的に分析したり，自己の課題を追求し，改善に向けて取り組んだりする能力を高めることができる授業づくりを行った。

10 学習の展開

学習活動と内容	指導上の留意点（◆評価）
1. 集合（4列横隊） あいさつ（黙想、礼） 出欠確認 2. 準備運動 リズム剣道（送り足、基本打突） 3. 学習のねらい 取り組みの確認 ・ 本時の目標	○丁寧にしかりとした動作で取り組むように声をかける。 ○黙想で気持ちを落ち着かせる。 ○活動の前に竹刀の破損等がないか確認させる。 ○打つ側、打たせる側の距離の確認や、周囲の安全確認を行う。
	判定試合の中で有効打突のポイントを見つけ、仲間に出来映えや課題を伝えよう。
4. 既習練習 ・ 基本となる技の段階的練習 （正面、小手、胴） ・ 約束練習 5. 技の出来映えを競う判定 試合（絶対評価）	○正面、小手、胴の段階的な打ち方を確認し行わせる。 ①その場で打突部位を3回打つ。 ②一足一刀の間合いから3回打つ。 ③一足一刀の間合いから攻めて入り踏み込んで打つ。⇒残心 ○打たせ方について確認する。 正面・・・頭の前を竹刀で受ける。 小手・・・おなかの前を竹刀で受ける。 胴・・・右体側を竹刀で受ける。 ※体をさばいて抜けさせて残心させる。 ○有効打突を目指して行わせる。 ○判定基準を明確にさせる。 【判定基準】 気・・・気迫ある大きな声を出す。 剣・・・打突部位を打突部で刃筋正しく打つ。 体・・・足さばき（体さばき）、姿勢 残心・・・打突後の身構え、気構え ○主審に大きな声で号令をかけさせる。 ・ 礼⇒はじめ⇒判定⇒礼⇒評価（説明）  ◆有効打突のポイントやつまづきの事例を参考に、仲間に課題や出来栄を伝えることができる。（思考・判断・表現）

6. 本時の反省 振り返り 7. 次時の予告 8. 整列 あいさつ（黙想，礼）	○自己や出来栄えや課題を記入し，振り返りを記入するように 声をかける。 ○生徒の意見を発表の場を設ける。
---	--