

保健体育科学習指導案

指導教官 先生
実習者氏名

1、日 時 2024 年 6 月 20 日 木曜日 6 校時

2、場 所 剣道場

3、学年・組 1 年 4.7 組 (38 人)

4、単元名 剣道

5、単元目標

(1) 知識及び技能

武道を学習することを通して自国の文化に誇りを持ち、武道ならではの「礼」や見取り稽古などを通して技の名称を覚えるとともに、簡単なルールを理解し、相手の動きに対して適した基本となる技を繰り出すことが出来る。

(2) 思考力、判断力、表現力

武道の特性を踏まえ、技や攻防などの改善についてのポイントを発見し、見取り稽古などから自己や仲間の動きを比較し、技術的な課題などについて考えを伝えあうことが、出来る。

(3) 学びに向かう力・人間性等

自己や仲間の一人ひとりの違いや課題に応じた適切な練習方法を選択するとともに、「礼に始まり礼に終わる」など、「礼」を重んじ、主体的に取り組むことが出来る。

6、指導にあたって

(1) 教材について

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、相手の動きに応じて、基本の動作や基本となる技を身に着け、相手を攻撃し、相手の技を防御することで、勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。
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方法などを理解し、すり足などの基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開できるようにする。その際、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た運動の取り組み方を模索し、自己の考えを他者に伝えることが、出来るようになると期待できる。

(2) 生徒の実態

剣道未経験者が多数を占めており、準備などに時間がかかる生徒も多い。
また、竹刀を振ることが 3 回目であるため、基本となる「構え」や「すり足」など、基本的な技能についての確認なども必要である。
しかし、元気で活発な生徒が多く、未経験の動きに対して積極的に動きを模倣することができるため、授業に対して前向きに取り組むことが期待できる。

(3) 指導について

本時では跳躍素振り・正面打ちを用いた判定試合を行う。
そのため、跳躍素振り・正面打ちの注目すべきポイントについて解説し、ペアで互いに確認し合う。その際、左手の位置やリズムなど、注目ポイントについて、観察することで、審判の練習へとつなげる。さらに、ペアの良い点について観察し、アドバイスを伝えることを通じて、自身の動作について振り返り、改善させることが期待できる。
その後、判定試合に移行し、他者に評価されることを通じて、客観的に自身の動作を見つめなおし、改善させる。
判定試合の中で、相手に竹刀が当たることの無いよう、安全面に注意する。

7、指導計画 全 2 時間中 2 時間目

第一次

剣道の基本動作「構え」「すり足」を駆使し、跳躍素振り・正面打ちをマスターさせる。

第二次

今回の技能テストに向け、跳躍素振り・正面打ちの精度を高める。
その際、剣道の試合審判の方式でどちらが優れているのか決める判定試合を実施する。

8、本時の目標

(1) 知識及び技能

跳躍素振り・正面打ちに関するポイントを理解し、ポイントを意識した動作を行うことが出来る。

(2) 思考力、判断力、表現力

判定試合を通じ、他者の動きを観察し、ポイントを踏まえ、動きの良し悪しを思考・判断し、自身の考えを表現することが出来る。

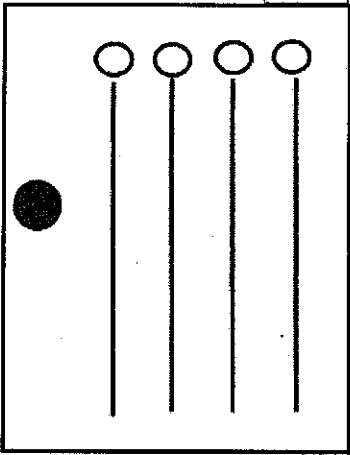
(3) 学びに向かう力・人間性等

他者の動きを観察し、自身の動作と比較し、改善点を見つけ、主体的に改善しようとすることが出来る。

9. 準備物

フラットマーカー12枚、審判旗20本

10. 本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価
導 入 10 分	○列を整え、座礼をする。 ○出欠確認  青：教師 ○、線：生徒	・竹刀を持ち、4列横隊に集合するよう、声掛けを行う。 ・列を整えたのち、正座、礼を行う。 礼の後、楽な姿勢で座らせる。 出欠確認を行い、大きな声で返事をさせる。	
	○準備体操、素振りをする。 【体操】 1. 屈伸 2. 伸脚 3. 深く伸脚 4. 前屈 5. 回旋 6. アキレス腱 7. 手首足首 【素振り】 正面素振り 10本 跳躍素振り 10本	・体操隊形に広がらせ、体育委員2人を前に出し、体操を行う。 ・竹刀は自分の左前（先端が左足つま先あたり）に置かせ、踏まないよう、注意させる。 ・体育委員2人と教師が号令をする。 ・素振りの号令は、体育委員にかけさせる。 1人が正面素振り10本、もう一人が跳躍素振り10本	

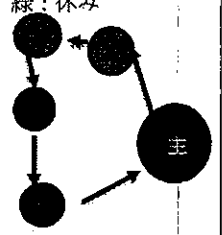
展 開 10 分	○元の隊形に集合する。 ○本時の流れ・目標を知る。 流れ 1. 跳躍素振りの確認 2. 正面打ちの確認 3. 判定試合 ・跳躍素振り ・正面打ち 目標 ・跳躍素振り、正面打ちを極め、判定試合で勝ち続けよう。	・竹刀を納め、元の隊形に集合、着座させる。 ・本時の流れ、目標を説明する。	
	○跳躍素振りのポイントを確認する。 ・跳躍素振りの動作確認をする。	※欠席者がいる場合は、2人または3人になるよう、指示をする。 ・跳躍素振りのポイントを再確認させる。 ポイント 1. 左こぶしが頭の上にあるか 2. 振り下ろした際に、左手がみぞおちの前で、止まっているか。 3. リズムよく素振りを行うことが出来ているか。 ・ペアで向き合わせ、ペアの号令で、②④列目から10本振らせ、①③はその場に座らせる。 終了後、ペアに左こぶしの位置、リズムについて、コメントをさせる。 ・コメント後、交代し、同じく10本振らせ、コメントをさせる。 ・見本となる生徒を指名し、教師の号令で10本振らせる。 その際、他の生徒はその場に	

		※審判3人のうち、主審のみ旗の色が異なる場合、主審が旗を変更し、勝負ありと宣言するよう伝える。 ・動きの確認として、全員が主審をするまで試合をさせる。 ※奇数グループの生徒から試合を行い、偶数グループは審判をさせる。 ・試合は同じグループの中で行うことを伝え、自由に相手を決定し、試合をするよう伝える。 その後、試合・審判グループを交代し、全員が主審をするまで試合をさせる。	
	1. 跳躍素振りの判定試合の、動きを確認する（移動無し） ・審判の動きを確認後、その場に着座する。 2. 跳躍素振りの判定試合をする（各5分）	・主審を全員が経験した後、その場に着座させ、次の動きを説明する。 ・再度、同じグループ内で試合をすることを伝え、次戦より、移動をするよう伝える。 <u>説明</u> ・試合に勝利した生徒は、1つ時計側のコートに移動するよう伝え、 負けた生徒は1つ柵側に移動することを伝える。 ・今回の試合から、各試合終了後、すぐにコートを移動するよう伝える。 ※1コートでは、負けた生徒のみ移動し、勝者はその場に残るよう伝える。	

		5コートでは、勝者のみ移動し、負けた生徒はその場に残るよう伝える。 ・試合相手は同じコートにいる生徒で、自由に組むよう伝える。 ・奇数グループの生徒から試合を行い、偶数グループは審判をさせる。 ・試合終了時、その場で座る ・試合終了時にいるコートで座らせ、教師に注目させる。 ・試合内容を、正面打ち2本（往復）に変更し、同じく試合を行うことを、伝える。 ・正面打ちは「ヤー1.2.メーン」で行わせる ※全体の動きは先ほどと、同じであるため、各試合終了後移動するよう、伝える。 ・主審は「正面打ち、始め」と、開始の合図をするよう伝える。 ・正面打ちは竹刀で受けず、空打ちで行うことを伝える。 ・打ち抜ける際、青いマーカの位置まで打ち抜けるよう伝える。 ・2本目は自身のタイミングで打ち始めるよう伝える。	
	3. 正面打ちの判定試合をする（各クラス4分） 4. 1コートの生徒同士で試合を行い、全体で審判をする。	・試合終了後、その場で座る ・試合終了時にいるコートで座らせ、教師に注目させる。 ・試合内容を、正面打ち2本（往復）に変更し、同じく試合を行うことを、伝える。 ・正面打ちは「ヤー1.2.メーン」で行わせる ※全体の動きは先ほどと、同じであるため、各試合終了後移動するよう、伝える。 ・主審は「正面打ち、始め」と、開始の合図をするよう伝える。 ・正面打ちは竹刀で受けず、空打ちで行うことを伝える。 ・打ち抜ける際、青いマーカの位置まで打ち抜けるよう伝える。 ・2本目は自身のタイミングで打ち始めるよう伝える。 ・1コートから2人選び、試合をさせ、全体で判定を行う。 その際、他の生徒は座らせる。 ・全員に試合を注目させ、教師の開始の合図（正面打ち、始め）に合わせ、	

		試合をさせる。 その後、教師の「判定」の 号令で、全体に手を上げさせ る。	
ま と め 5 分	○元の隊形に集合する ○まとめ ○正座・礼	・元の隊形に集合し、 腰を下ろさせる。 ・試合の審判をする中で、 キレイだと判断するポイント を自身の動きに取り入れる よう伝える。 ポイント 1. 左こぶしが頭の上にあるか 2. 振り下ろした際に、 左手がみぞおちの前で、 止まっているか。 3. リズムよく素振りを行 うことが出来ているか。 について、再確認する。 今回の学びを次回の 実技テストに生かすよう 伝える。 ・正座させ、礼をさせる。	

板書計画

【目標】 跳躍素振り、正面打ちを極め、 判定試合で勝ち続けよう。 【本時の流れ】 ①跳躍素振り確認 ②正面打ち確認 ③判定試合 ・跳躍素振り 10本 ・正面打ち 2本	【判定試合】 (審判の動き) 赤：主審 青：審判 緑：休み 	【主審号令】 1. 「構えて、右へ！」 2. 「〇〇始め！」 3. 「判定！」 4. 「勝負あり！」 ※旗の持ち方は、 グラウンド側：赤 廊下側：白
--	---	---