

新学習指導要領に対応した【中学校第1学年】(10時間扱い) 指導と評価の計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
ねらい	学習計画を理解する。	<ul style="list-style-type: none"> 中腰の構えの重要性に気づき、相撲の基本動作および基本となる技を身につける。 簡単な試合をおして相撲に親しみ、安全に留意しながら、積極的に活動に取り組む。 							<ul style="list-style-type: none"> 基本となる技を身につけ、押し寄り寄りして簡易な攻防を展開する。 仲間との学習において、分担した役割を果たそうとするともに、自己の考えを相手に伝え、課題の合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫する。 			
学習の流れ	0分	オリエンテーション 声かけ: 相撲に特有の姿勢や動きの模倣の説明、安易にほめない(ほめられることが恥ずかしい)など 技能のポイント: 押しの際の手を置く位置「胸、脇の下」→「腰、上腕」など ・あいさつ ・伝統的な行動のし方 ・健康観察 ・本時の学習の見通し										
	10分	○学習の進め方等を知る。 ○準備運動 ・ストレッチなど	○基本動作 I ① 蹲居姿勢 ② 塵浄水 ③ 中腰の構え							○基本動作 II ① 運び足 ② 四股 ③ 簡易的な立ち合い	○基本となる技 ① 押し ② 寄り ③ 押し、寄りの関連技術・くずし ※それぞれの技に応じた受け身の練習も行おう。	○チームでのミーティング ○チーム練習
	20分	○受け身 ① 蹲居姿勢から(前後左右に) ② 蹲居相撲	○基本となる技 ◆小グループでの課題解決学習の形で ① 押し ② 押しの関連技術・くずし ③ 寄り ④ 寄りの関連技術・くずし ※それぞれの技に応じた受け身の練習も行おう。							○簡単な試合(団体戦) ① 競技方法・略式審判法・禁止事項 ② 既習技を中心とした相撲	○簡単な試合(体格別個人戦) ① 競技方法・略式審判法・禁止事項 ② 既習技を中心とした相撲	
	30分	○簡単な試合 ① 陣取り相撲 ② グループ活動 自由な押し合いの中で技能のポイントについて考え、話し合う。	○簡単な試合 ① 陣取り相撲 ② 押し合い相撲 ③ 寄り合い相撲 ④ 技を限定した相撲 礼法の徹底 安全に配慮したルール							○簡単な試合(体格別個人戦) ① 競技方法・略式審判法・禁止事項 ② 既習技を中心とした相撲	○学習のまとめ ① チームミーティング ② 学習成果の発表、相互評価 ③ テストおよび総括 ④ 学習カードの記入	
	40分	○本時の振り返り ○次時の確認 ・グループ分け	○簡単な試合 ① 陣取り相撲 ② 押し合い相撲 ③ 寄り合い相撲 ④ 技を限定した相撲 礼法の徹底 安全に配慮したルール							○簡単な試合(体格別個人戦) ① 競技方法・略式審判法・禁止事項 ② 既習技を中心とした相撲	○学習のまとめ ① チームミーティング ② 学習成果の発表、相互評価 ③ テストおよび総括 ④ 学習カードの記入	
	50分	女子の活動については、声かけ、練習場所の設定、技能のポイントなど、発達段階に応じた配慮を行う。									○整理運動 ・本時の振り返り ・次時の連絡 ・あいさつ	○学習のまとめ ① チームミーティング ② 学習成果の発表、相互評価 ③ テストおよび総括 ④ 学習カードの記入

技能	基本動作と受け身				基本となる技				攻防の展開	
	① 蹲居姿勢	① 塵浄水	○ 受け身	○ 腰割り	② 中腰の構え	○ 運び足	○ 四股	○ 仕切りからの立ち合い	⑤ 基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開できる。	
知識	① 特性・成り立ち				② 押しの関連技術・くずし					
知識	② 技の名称・ポイント				③ 寄りの関連技術・くずし					
思考力判断力表現力等	① 簡易な攻防の中から、技のポイントを見つけている。		③ 提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選んでいる。		② 提示された、動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題やできばえを伝えている。		④ 学習した安全の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。			
学びに向かう力・人間性等	① 相撲遊びに関心をもち、楽しんで取り組んでいる。				② 禁止事項を行わないなど、安全に留意して学習に取り組んでいる。				③ 用具等の準備や片づけ、審判など分担した役割を果たそうとしている。	
技	① 観察		② 観察		③ 観察		④ 観察		⑥ 観察	
知									① ② テスト ① ② 学習カード	
思判表	① 発言・学習ノート		③ 発言・学習ノート				② 発言・学習ノート		④ 発言・学習ノート	
態度	① 観察				② 観察				③ 観察	

※ 「評価」の欄の、「技」は「技能」を、「知」は「知識」を、「思判表」は「思考力・判断力・表現力等」を、「態度」は「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

※ 「指導内容」および「評価」の欄の丸数字は、前掲の『評価規準』の表内の丸数字と対応している。

新学習指導要領に対応した【中学校第2学年】(10時間扱い)指導と評価の計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ねらい	学習計画を理解する。	<ul style="list-style-type: none"> 相手の動きに応じた基本となる技を身につける。 相撲の練習により高まる体力について理解する。 相手を尊重し、礼法や伝統的な所作を大切にしようとする。 						<ul style="list-style-type: none"> 基本動作および基本となる技を身につけ、相手の動きに応じて簡易な攻防を展開する。 人間形成を図るという武道の伝統的な考え方を理解する。 課題の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。 相撲の学習に積極的に取り組むとともに、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を認めようとする。 		学習のまとめをする。
学習の流れ	0分	○オリエンテーション 学習の進め方を知る。								
	10分	①学習計画 ②前年の復習 ・特性や成り立ち ・伝統的な行動のし方 ・技の名称行い方	○基本動作と受け身 ①中腰の構え ②四股 ③受け身 ④運び足 ⑤簡易的な立ち合い ※基本動作の学習と合わせて関連して高まる体力について理解する。						自主活動や班別活動における課題の見つけ方、練習方法の選択のし方、課題解決学習の進め方について具体的に提示	
	20分	○準備運動・補助運動 ①ストレッチ ②準備運動	○基本となる技 <相手の動きに応じて技を用いることができるよう、実戦的に練習する。> 【1年の復習として】 ①押しとその関連技術(くずし) ③押し ⑥寄り ②寄りとその関連技術(くずし) ④いなし(押しからのくずし) ⑦出し投げ(寄りからのくずし) ⑧巻き返し(寄りと連動した前さばき)						○基本となる技 グループ活動 <班別自主的学習> 押しグループと寄りグループに分かれて行う。 ※それぞれの技に応じた受け身の練習も行う。	
	30分	○簡単な試合(復習) ①踏蹴相撲 ②押し合い相撲 ③寄り合い相撲	○簡単な試合 ①既習の技を用いた試合 ※学習した技能を用いて簡単な試合を行い、課題を見つけ次の学習に活かすようにする。						○簡単な試合 ②団体戦 ③習熟度別個人戦	
	40分	○まとめ ①本時の振り返り ②次時の確認 ・グループ分け	略式の審判法 禁止事項の設定 礼法(伝統的な所作)の徹底 審判・記録等の役割分担 女子の活動については、声かけ、練習場所の設定、技能のポイントなど、発達段階に応じた配慮を行う。						○学習のまとめ ①グループミーティング ②学習成果の発表、相互評価 ③小テスト、総括 ④学習カードの記入	
50分		・整理運動 ・本時の振り返り ・次時の連絡 ・あいさつ						声かけ:相撲に特有の姿勢や動きの模範の説明、安易にほめられない(ほめられることが恥ずかしい)など 技能のポイント:押しの際の手を置く位置「胸、脇の下」→「腰、上腕」など ★単元計画には示さないが、生徒の実態によっては男女別習としたなどの工夫も		

技能	基本動作と受け身	○中腰の構え ○受け身 ①四股 ○運び足 ○仕切りからの立ち合い					攻防の展開			
	基本となる技	○押し、寄りとその関連技術、くずし ②相手の動きや技に応じた受け身 ③押しと前さばき(いなし) ④寄りと投げ技(出し投げ) ○寄りと前さばき(巻き返し)					⑤相手の動きに応じて、基本となる技およびそれらの関連技術を用いて、攻防を展開できる。			
指導内容	知識						④試合の行い方、ルール、審判法			
	思考力 判断力 表現力等	②仲間の伝統的な所作等の良い点を見つけ、理由を添えて他者に伝えている。					①提示された、動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題やできばえを伝えている。 ③体力や技能、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や簡易な試合の行い方を見つけ、仲間に伝えている。			
評価	学びに向かう力・人間性等	②相手を尊重し、礼法、所作等の伝統的な行動のし方を守ろうとしている。					①楽しさや喜びを味わいながら、相撲の学習に積極的に取り組もうとしている。			
	技	← ②観察		← ③観察		← ④観察		← ⑤観察		
	知	②学習ノート					③学習ノート			
	思判表	②発言・学習ノート					①発言・学習ノート ③発言・学習ノート			
態度	②観察					①観察 ③観察				

※ 「評価」の欄の、「技」は「技能」を、「知」は「知識」を、「思判表」は「思考力・判断力・表現力等」を、「態度」は「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

※ 「指導内容」および「評価」の欄の丸数字は、前掲の「評価規準」の表内の丸数字と対応している。

新学習指導要領に対応した【中学校第3学年】(10時間扱い) 指導と評価の計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ねらい	学習計画を理解する。	<ul style="list-style-type: none"> 相撲の学習に自主的に取り組む。 見取り稽古の方法を学び、相手の動きの変化に応じた基本動作、基本となる技を身につける。 健康・安全を確保するとともに、相手を尊重し、伝統的な所作や礼法を大切にすること。 				<ul style="list-style-type: none"> グループ活動では自己の責任を果たすとともに、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、自分の考えたことを他者に伝える。 自分に合った技を高め、相手の動きの変化に応じながら、攻防を展開する。 相撲の楽しさを味わうとともに、一人ひとりの違いに応じた課題の設定や挑戦を大切にし、これからの生活で、武道に関わり、その中で学び得たことを生かす下地をつくる。 				学習のまとめをする。	
学習の流れ	0分	オリエンテーション		あいさつ		健康観察		本時の学習の見通し		ストレッチ等準備体操	
	10分	①前年までの復習		<ul style="list-style-type: none"> ・特性や成り立ち ・伝統的な考え方 ・体力の高め方 ・技の名称や行い方 		<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動、補強運動としてグループごとに要点等を確認しながら行う。 ・特に、受け身については、安全確保のためにも、簡易的な方法から徐々に正規の方法に近づけ、実戦的に練習する。 ・簡易的な立ち合いから状況を見て正規の立ち合いへ 		<ul style="list-style-type: none"> ・基本動作と受け身 		<ul style="list-style-type: none"> ・体格差、技能差に配慮した試合 	
	20分	②武道を学習する意義		③学習計画		④グループ編成		<ul style="list-style-type: none"> ・基本となる技(自分に合った技を磨く)【課題決定的な学習】 ・体格や習熟度に配慮し、押し、寄りのグループに分かれ、グループ活動を行う。 ※自己の体力、能力、習熟度等に合わせた攻防のし方や磨きたい技を選ぶ。 ※課題に合わせた練習方法等を工夫する。 		<ul style="list-style-type: none"> ・試合Ⅱ ⑤グループ別個人リーグ戦 ↓ ⑥体格に考慮した団体戦(5人制~7人制) 	
	30分	<ul style="list-style-type: none"> ①準備運動・補助運動 ①ストレッチ ②準備運動 		<ul style="list-style-type: none"> ①押し・寄りとその関連技術(復習) ②押しといなし、寄りと出し投げ(復習) 		<ul style="list-style-type: none"> ③押し、寄り 立ち合いからの流れ ④寄りと運動した巻き返し(前さばき) ⑤投げ技・突き落とし 自分の攻めの手段として相手の攻めに対する応じとして ※相手の動きに応じて、技を用いることができるよう、実戦的な技術を学ぶ。 ※自分の体格、習熟度に応じた方法を考えながら練習する。 ※投げ技は、あくまでも寄りからのくずし、寄せられた時のくずしと理解し、相手を倒すための技能としては指導しない。 		<ul style="list-style-type: none"> ・計画立案および実際の練習に当たっては、仲間と相談・協力して進める。 ・運動観察の方法を学び、クラブ活動の中で活かしていく。 ・相互に自分の考えを伝え合うなどして、学びの質を高める。 		<ul style="list-style-type: none"> ・相互に攻防を観察し、評価し合う。 ・自主的に、健康・安全を管理する。 ・自ら伝統的な行動のし方を大切にすること。 ・武道の伝統的な考え方を意識する。 ・勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わう。 	
	40分	<ul style="list-style-type: none"> ①簡単な試合 ①踏蹴相撲(受け身含む) ②既習技を用いた相撲 		<ul style="list-style-type: none"> ①簡単な試合 ①既習技を用いた相撲 ②多様な技を用いた相撲 		<ul style="list-style-type: none"> ・審判等の役割の遂行 ・健康、安全の確保 ・伝統的な行動のし方の理解 ・技能の習熟を念頭に(自由練習の前段階として) 		<ul style="list-style-type: none"> ③体格別個人戦 ④習熟度別個人戦 		<ul style="list-style-type: none"> ・正規の試合の方法、審判法の確認 ・伝統的な行動(礼法を含む)の実践 ・健康、安全の確保 ・自分に合った技の習熟に向けた仲間への助言と相互評価 	
50分	<ul style="list-style-type: none"> それぞれ簡易試合でのつまづきからの課題解決学習をとおして、新たな技の学習へ 		<ul style="list-style-type: none"> 女子の活動については、声かけ、練習場所の設定、技能のポイントなど、発育発達段階に応じた配慮を行う。 		<ul style="list-style-type: none"> ・整理運動 ・本時の振り返り ・次時の連絡 ・あいさつ 		<ul style="list-style-type: none"> ・声かけ:相撲に特有の姿勢や動きの根拠の説明、安易にほめない(ほめられることが恥ずかしい)など ・技能のポイント:押しの際の手を置く位置「胸、脇の下」→「腰、上腕」など ・★単元計画には示せないが、生徒の実態によっては男女別習としたなどの工夫も 		<ul style="list-style-type: none"> ①学習のまとめ ①グループミーティング ②学習成果の発表、相互評価 ③総括 ④学習カードの記入 		

技能	基本動作と受け身					攻防の展開					
	①中腰の構え ○運び足		②受け身(重点的に) ○立ち合い(重点的に)			④自分に合った技					
指導内容	<ul style="list-style-type: none"> ※立ち合いからの流れの中で ※自分に攻めの中で ※相手の攻めへの対応として 					<ul style="list-style-type: none"> ⑤相手の動きの変化に応じながら、基本となる技や自分に合った技を用いて攻防を展開することができる。 					
	○押し、いなし ○寄り、出し投げ		③前さばき ○投げ技 ○突き落とし								
	知識	③相撲で高まる体力要素について、言ったり書き出ししたりしている。					④技の名称や特有の運動観察の方法である見取り稽古のし方について、学習した具体例をあげている。				
思考力判断力表現力等	⑤相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、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。					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るポイントとその理由を仲間に伝えている。					
学びに向かう力・人間性等	⑤健康・安全を確保している。					②相手を尊重し、伝統的な礼法、所作を大切にしようとしている。					
評価	技	①②観察					③観察				
	知	③学習カード					②学習カード				
	思判表	⑤発言・学習ノート					①発言・学習ノート				
	態度	⑤観察					①観察				

※「評価」の欄の、「技」は「技能」を、「知」は「知識」を、「思判表」は「思考力・判断力・表現力等」を、「態度」は「主体的に学習に取り組む態度」を示す。
 ※「指導内容」および「評価」の欄の丸数字は、前掲の『評価標準』の表内の丸数字と対応している。