

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、押し寄りや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、安全にほめない(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。 ①学習計画 ②特性や成り立ち	○準備運動 ・ストレッチなど	・準備運動 ・既習の基本動作と受け身(復習をかねて)						○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。	
	20分	③伝統的な考え方	○基本動作 I ①蹲踞姿勢 ②塵浄水 ③中腰の構え	反復練習	○基本動作 II ①運び足 ②四股 ③簡易的な立ち合い	安全に配慮した工夫例) 中腰の構えで互いに両手の平を合わせた状態から		○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			
	30分	④相撲遊び ・手押し相撲 ・手引き相撲	○受け身 ①蹲踞姿勢から(前後左右に) ②蹲踞相撲	○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(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小テストおよび総括 ④学習カードの記入		
	40分	⑤本時の振り返り	○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。	実践的練習	○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(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			
	50分	⑥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								
・整理運動 ・本時の振り返り ・次時の連絡 ・あいさつ 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。											

技能	基本動作と受け身				基本となる技				攻防の展開	
	①蹲踞姿勢	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				← 踏踞・塵浄水・四股など独特の所作や礼法、技能の学習とからめて					
	← ②技の名称・ポイント				← 各技能の学習とからめて					
指導内容	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。
	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。	
評価	← ①観察		← ②観察		← ③観察		← ④観察		← ⑥観察	
	← ①②テスト		← ①②学習カード							
	← 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) ⑤出し投げ(寄りからのくずし) ⑦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						・競技方法、審判法 ・役割分担 ・禁止事項 ・礼法		

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	技	← ②観察 → ③観察 → ①観察 → ④観察 ← ⑤観察 →								
	知	②学習ノート					③学習ノート ④学習ノート ①～④小テスト ①②学習ノート			
態度	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します。 				<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、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"> 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、寄りとし投げ(復習) 		<ul style="list-style-type: none"> ③基本となる技 ①押し、寄り 立ち合いからの流れ ②寄りと運動した巻き返し(前さばき) ③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"> ④試合Ⅰ ③体格別個人戦 → ④習熟度別個人戦 		<ul style="list-style-type: none"> ④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 	
	40分	<ul style="list-style-type: none"> 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"> ③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 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"> ④試合Ⅰ ③体格別個人戦 → ④習熟度別個人戦 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 		<ul style="list-style-type: none"> ④試合Ⅱ ③体格に考慮した団体戦(5人制~7人制) 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します。 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。 		<ul style="list-style-type: none"> ④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 	
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するなどの工夫も 				

技能	基本動作と受け身					攻防の展開							
	①中腰の構え		②受け身(重点的に)		基本となる技			④自分に合った技		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。			
指導内容	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。		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。			④健康や安全を確保するため、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。		③仲間と互いに各自の役割を確認し、自己の責任を果たそうとしている。		④一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。	
	⑤健康・安全を確保している。		①勝敗を競う楽しさや喜びを味わいながら、相撲の学習に自主的に取り組もうとしている。		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。			③健康や安全を確保するため、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。		④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体力や技能、性別の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法やその活動を見直す方法を見つけている。	
	⑤健康・安全を確保している。		①勝敗を競う楽しさや喜びを味わいながら、相撲の学習に自主的に取り組もうとしている。		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。			③健康や安全を確保するため、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。		④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体力や技能、性別の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法やその活動を見直す方法を見つけている。	
評価	技	①②観察		③観察			④観察		⑤観察				
	知	③学習カード		②学習カード			④学習カード		①発言・学習ノート				
	思判表	⑤発言・学習ノート		①発言・学習ノート			④発言・学習ノート		②発言・学習ノート		③発言・学習ノート		
	態度	⑤観察		①観察			②観察		④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。