

4章 1年生指導案 10時間の例

1年生 指導内容と評価のポイント

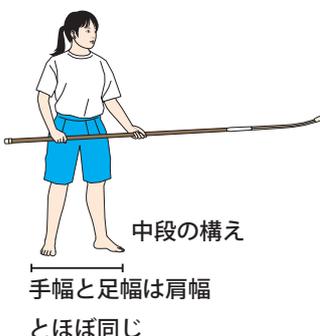
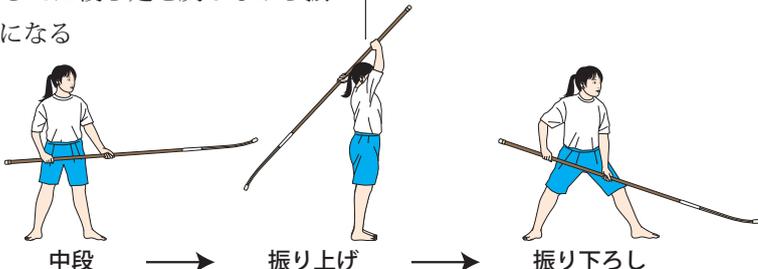
過程	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
0分	オリエンテーション 歴史 取り扱い方 特性 礼法 立礼・座礼 DVD など									
	礼法、準備運動、補強運動 など 前時の復習									
	構え 中段・八相・脇 下段・上段 体さばき 送り足・歩み足・継ぎ足 開き足・踏みかえ足									
	自然体 中段の構え 上下振り									
	打突練習 二段打ち 三段打ち									
	打ち返しの練習 打ち方									
	受け方の練習 刃部・柄部 打ち返しの練習 受け方									
	打ち返し練習 相対で行う (打ち方・受け方)									
	ペア決定 打ち返し ペアで練習									
	グループ学習									
	打ち返し 実技テスト 他者評価									
	授業の まとめ 自己評価									
50分	整理運動、本時のふり返り、安全の確認、次時の確認、次時の連絡、礼法、片付け など									

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
評価計画 知識・理解	関心・意欲・態度 なぎなたに関心をもち、意欲がわいてくる	思考・判断 周囲への安全に配慮ができてくる	運動の技能 基本動作の習得ができてくる	知識・理解 立礼・基本動作を理解している	相手や仲間を尊重し練習している	積極的に練習に参加している	打つ方法、受ける方法のポイントを見つけている	連続した打ち方ができている	打ち返し、受け方ができる	自己の責任を果たし、協力している					
	礼 相手を尊重し、敬意をあらわすあいさつ、日常での礼の実践の大切さを伝える	正しい姿勢 身体に一番負担のない姿勢で正しい構えにもつながる	礼 座礼をする時に左足から座って右足から立つこと	手の内* なぎなたの握り方	手の位置 打ち方や受け方の最終的な手の位置	間合 相手と自分の距離	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	声を出すこと 気迫に満ちた大きな声で打突部位を呼称する発声は打突と同時に行う	相中段 相対する2人がお互いに中段に構えている状態	気剣体一致* 気とは気力のこと、剣とはなぎなたのこと、体とは体勢のこと、この三つが一緒になり打突すると有効打突になる	攻防 攻めたり防いだりすること	刃筋 なぎなたの刃の通る方向のこと	平常心 なぎなたを体験することで、精神的に不安になったり、緊張や動揺する自分の気持ちを自分でコントロールできる、いつもとかわらない心	残心* 打突のあとにも気をゆるめないでどんな変化にも対応できる身構え、心構えのこと
	礼 相手を尊重し、敬意をあらわすあいさつ、日常での礼の実践の大切さを伝える	正しい姿勢 身体に一番負担のない姿勢で正しい構えにもつながる	礼 座礼をする時に左足から座って右足から立つこと	手の内* なぎなたの握り方	手の位置 打ち方や受け方の最終的な手の位置	間合 相手と自分の距離	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	声を出すこと 気迫に満ちた大きな声で打突部位を呼称する発声は打突と同時に行う	相中段 相対する2人がお互いに中段に構えている状態	気剣体一致* 気とは気力のこと、剣とはなぎなたのこと、体とは体勢のこと、この三つが一緒になり打突すると有効打突になる	攻防 攻めたり防いだりすること	刃筋 なぎなたの刃の通る方向のこと	平常心 なぎなたを体験することで、精神的に不安になったり、緊張や動揺する自分の気持ちを自分でコントロールできる、いつもとかわらない心	残心* 打突のあとにも気をゆるめないでどんな変化にも対応できる身構え、心構えのこと
	礼 相手を尊重し、敬意をあらわすあいさつ、日常での礼の実践の大切さを伝える	正しい姿勢 身体に一番負担のない姿勢で正しい構えにもつながる	礼 座礼をする時に左足から座って右足から立つこと	手の内* なぎなたの握り方	手の位置 打ち方や受け方の最終的な手の位置	間合 相手と自分の距離	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	声を出すこと 気迫に満ちた大きな声で打突部位を呼称する発声は打突と同時に行う	相中段 相対する2人がお互いに中段に構えている状態	気剣体一致* 気とは気力のこと、剣とはなぎなたのこと、体とは体勢のこと、この三つが一緒になり打突すると有効打突になる	攻防 攻めたり防いだりすること	刃筋 なぎなたの刃の通る方向のこと	平常心 なぎなたを体験することで、精神的に不安になったり、緊張や動揺する自分の気持ちを自分でコントロールできる、いつもとかわらない心	残心* 打突のあとにも気をゆるめないでどんな変化にも対応できる身構え、心構えのこと
	礼 相手を尊重し、敬意をあらわすあいさつ、日常での礼の実践の大切さを伝える	正しい姿勢 身体に一番負担のない姿勢で正しい構えにもつながる	礼 座礼をする時に左足から座って右足から立つこと	手の内* なぎなたの握り方	手の位置 打ち方や受け方の最終的な手の位置	間合 相手と自分の距離	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	着眼 相手を見ることが正しい姿勢を保つための目の役割と、相手の動きや変化に対する目の動きのこと	声を出すこと 気迫に満ちた大きな声で打突部位を呼称する発声は打突と同時に行う	相中段 相対する2人がお互いに中段に構えている状態	気剣体一致* 気とは気力のこと、剣とはなぎなたのこと、体とは体勢のこと、この三つが一緒になり打突すると有効打突になる	攻防 攻めたり防いだりすること	刃筋 なぎなたの刃の通る方向のこと	平常心 なぎなたを体験することで、精神的に不安になったり、緊張や動揺する自分の気持ちを自分でコントロールできる、いつもとかわらない心	残心* 打突のあとにも気をゆるめないでどんな変化にも対応できる身構え、心構えのこと
本時のキーワード															

1年生指導案 1 / 10 時間目

本時の目標

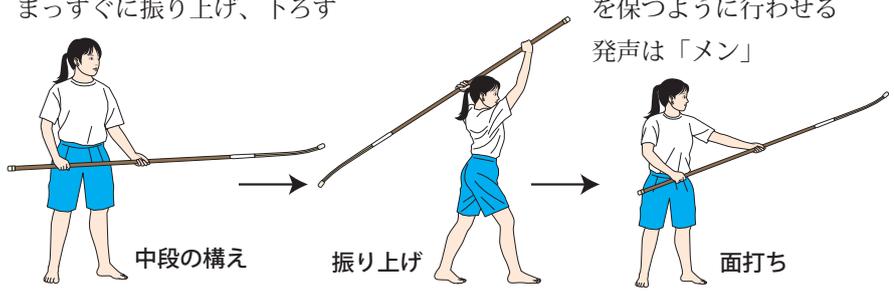
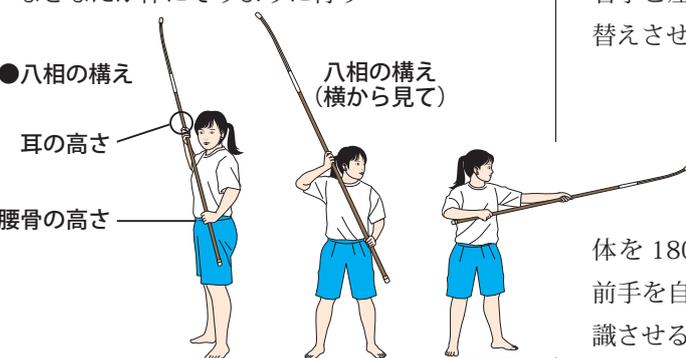
- ・なぎなたへの関心を持つ【関心・意欲・態度】
- ・伝統的な行動の仕方の理解ができている【知識・理解】

	学習内容	指導上の注意	評価	
導入	準備運動を行う	大きな声を出させる	【関心・意欲・態度】	
	挨拶を行う	なぎなたの扱い方・礼法・歴史・特性を知らせる		
展開	本時の学習内容を知る	礼法・基本的な動作にふれる		
	オリエンテーション 歴史 取り扱い方 特性 礼法（立礼・座礼） ●自然体	 自然体	DVD 等を活用する	
	●中段の構え ●上下振り 後ろ足を前足にそろえるのと同時に、頭上に振り上げる。そろえた後ろ足を戻しながら振り下ろし、半身になる	 中段の構え 手幅と足幅は肩幅とほぼ同じ	肩の力を抜き背筋を伸ばさせる 身体の向きは半身で左手、左足が前を向いている手（左中段）を理解させる 手足の動き、体の向きを正しく行わせる	
整理運動を行う	 中段 → 振り上げ → 振り下ろし			
まとめ	本時のふり返しを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う（座礼）	学習カードに記入させる 座礼の仕方を知らせる	【知識・理解】	

1年生指導案 2 / 10時間目

本時の目標

- ・安全への配慮ができている【関心・意欲・態度】
- ・基本動作ができる【技能】

	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う 挨拶を行う 本時の学習内容を知る	大きな声を出させる 正座の仕方を確認させる 構え・基本打突について知らせる	
面・側面・すねを打ってみよう			
展開	復習：自然体・中段の構え・上下振りを行う ●面打ち 振り上げ（頭上に振り上げる） まっすぐに振り上げ、下ろす  ●八相の構えを知る（左右） なぎなたが体にそやうに行う ●八相の構え 耳の高さ 腰骨の高さ  ●側面打ち ●すね打ち 整理運動を行う	周囲に気を配り、安全な距離を保つやうに行わせる 発声は「メン」 右手と左手を体の中心で持ち替えさせる 体を180度回転させながら前手を自然に伸ばすやうに意識させる 打ちと同時に大きな声を出させる 発声は「メン」 発声は「スネ」	【関心・意欲・態度】 【技能】
まとめ	本時のふり返りを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う（座礼）	学習カードに記入させる	

1年生指導案 3 / 10 時間目

本時の目標

- ・基本動作のポイントを見つけている【思考・判断】
- ・構え・体さばきができる【技能】

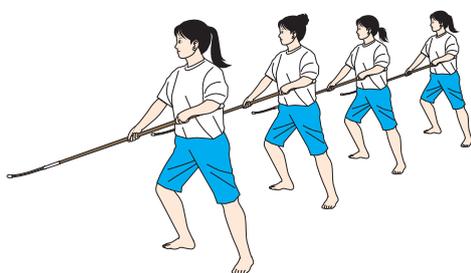
	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う	大きな声を出させる	
	挨拶を行う	正座の仕方を確認させる	
	本時の学習内容を知る	体さばきの方法を覚えよう	
展開	復習 自然体・中段の構え 面打ち・側面打ち・すね打ちを行う・上体と一緒に腰で歩くように行う ●体さばきを知る (P42、43 参照) ・送り足 ・歩み足 ・継ぎ足 ・踏みかえ足 ・開き足 ●指導者の号令に合わせて行う (打った姿勢から中段になる)		【思考・判断】
	<p>すね打ち</p> <p>中段の構え</p> <p>面打ち</p> <p>継ぎ足あと</p> <p>送り足あと</p> <p>歩み足あと</p> <p>中段の構え</p> <p>中段の構え</p> <p>中段の構え</p> <p>整理運動を行う</p>		【技能】
まとめ	本時のふり返りを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う (座礼)	学習カードに記入させる	

1年生指導案 4 / 10 時間目

本時の
目標

- ・積極的に練習に参加している【関心・意欲・態度】
- ・相手の号令に合わせて動くことができる【技能】

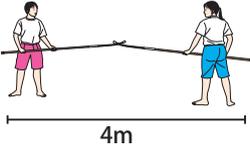
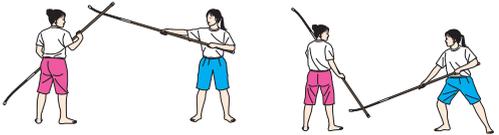
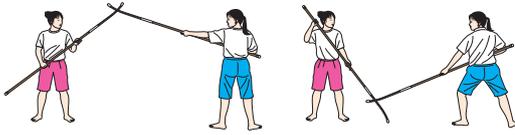
	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う	大きな声を出させる	
	挨拶を行う	正座の仕方を確認させる	
	本時の学習内容を知る	二段打ち、三段打ちに挑戦しよう	
展開	復習：自然体・中段の構え・面打ち・側面打ち すね打ちを行う ●指導者の号令に合わせて打つ	●列ごとに行わせる ●安全な間合で行わせる	
	<二段打ちの例> 面・すね 左側面・右側面 左すね・右すね 側面・すね ●<三段打ちの例> 面・側面・すね 左すね・右すね・面 ●生徒の号令に合わせて打つ	<二段打ちの例> 「面・すねを打て」 「左右 面を打て」 「左右 すねを打て」 <三段打ちの例> 「面・側面・すねを打て」 「左右すね・面を打て」 打つとともに 大きな声で発声させる	【関心・意欲・ 態度】 【技能】
	●受け方について説明する 整理運動を行う		
まとめ	本時のふり返りを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う（座礼）	学習カードに記入させる	



1年生指導案 5 / 10 時間目

本時の目標

- ・ 打つ方法・受ける方法のポイントを見つけている【思考・判断】
- ・ 技の名称を覚えている【知識・理解】

	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う 挨拶を行う 本時の学習内容を知る	大きな声を出させる 正座の仕方を確認し、姿勢を正して行わせる 受け方の練習をしよう	
	<p>復習：号令に合わせて二段打ち・三段打ち</p> <p>● 相対になる</p> <p>足をそろえて面を 柄の中央部で受ける</p>  <p>受ける方は、体さばきと同時に物打で受ける</p> <p>柄部受け</p>  <p>刃部受け</p>  <p>受ける方が号令をかけて行う</p> <p>整理運動</p>	<p>相対の方法を知らせる</p> <p>相対 (相中段)の間合を理解させる</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>物打</p> <ul style="list-style-type: none"> ※柄部の物打 石突から 20-25cmの場所 ※刃部の物打 切先から 15-20cmの場所 </div> <p>打ちと同時に大きな声で発声させる</p> <p>号令をかける際 打たせる場所(打突部位)を大きな声で発声させる</p>	<p>【思考・判断】</p> <p>【知識・理解】</p>
まとめ	本時のふり返しを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う(座礼)	学習カードに記入させる	

1年生指導案 6 / 10 時間目

本時の目標

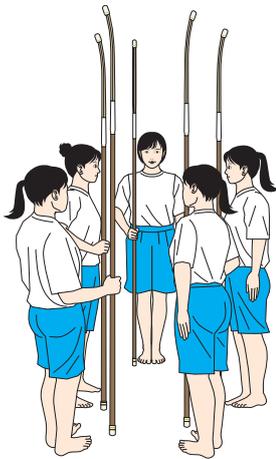
- ・連続した打ち方ができている【技能】
- ・打ち返しの順番を覚えて言ったり書いたりしている【知識・理解】

	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う	大きな声を出させる	
	挨拶を行う	正座の仕方を確認し、姿勢を正して行わせる	
	本時の学習内容を知る	打ち返しに挑戦しよう	
展開	復習：三段打ち（空間） 面－左側面－右側面 左すね－右すね－面	安全な間合で行わせる 号令で一斉に行わせる 大きな声で発声させる 連続して打つ方法を知らせる 一本ずつ「打ち」を正しく打たせる 持ちかえを素早く行わせる	【技能】 【知識・理解】
	●相対になる 打ち返しの打ち方を知る 面－左右面－左右すね－面 受ける方は、打つ方の動きに対して体さばきとともに受ける	相手の打突部位を正しく打たせる 打つとともに発声することを意識させる	【技能】
まとめ	⑧ 中段 ⑦ 面 ⑥ すね ⑤ すね ④ 側面 ③ 側面 ② 面 ① 中段	整理運動	
まとめ	本時のふり返りを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う（座礼）	学習カードに記入させる	【知識・理解】

1年生指導案 8 / 10時間目

本時の
目標

- ・自己の課題を見つけている【思考・判断】
- ・相手との間合を理解している【知識・理解】

	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う 挨拶を行う 本時の学習内容を知る	大きな声を出させる <div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> グループで課題の解決に取り組もう </div>	
展開	復習：2人組で打ち返しを行う ●グループ学習 ・号令のかけ方を覚える 「お互いに礼」 「中段に構え」 「打ち返しはじめ」 「交替」 「打ち返しはじめ」 「なおれ」 「お互いに礼」 ・号令に合わせて練習する ・打つ方・受ける方の気持ちを合わせて練習する ・自分が正しくできたか考える ・他の人の動きを見て正しく行っているか考える ・お互いに意見や感想を出し合う 整理運動を行う	安全な間合で行わせる グループ内で役割を決め大きな声で号令をかけさせる お互いの礼の仕方（15度）を覚えさせる 相手の目を見て礼をさせる 自然体の姿勢を意識させる 打ちと同時に大きな声で発声させる 体さばきとともに受ける 	【知識・理解】 【思考・判断】
まとめ	本時のふり返りを行う 次時の学習について知る 挨拶を行う（座礼）	学習カードに記入させる	

1年生指導案 10 / 10時間目

本時の
目標

- ・自己の責任を果たし、協力して行っている【関心・意欲・態度】
- ・打ち返しの打ち方・受け方ができる【技能】

	学習内容	指導上の注意	評価
導入	準備運動を行う 挨拶を行う 評価のポイントを確認する	大きな声を出させる 正座の仕方を確認させる	
展開	復習： 2人1組で打ち返しの練習をする ●ペアでまとめの練習を行う ●打ち返し実技テスト ・他者評価をする ●自己評価をする	・安全な間合で行わせる ・目線を相手から離さないようにさせる ・正しい部位を打たせる ・正しい構えから打たせる ・打ちと同時に発声させる ・2人の気持ちを合わせて行わせる ①着座し、他人の打ち返しを見て、他者の出来栄を評価させる（P32参照） ②自分自身の出来栄を評価させる 自分のペアの出来栄を評価する	【技能】 【関心・意欲・態度】
まとめ	なぎなた授業の感想を書く 挨拶を行う（座礼）	授業で学習したことを日常生活の中で生かすことができるか考えさせる 学習カードに記入させる 呼吸を整え気持ちを落ち着けさせる 正しい座礼を行わせる	

打ち返しを発表しよう