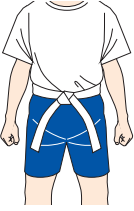
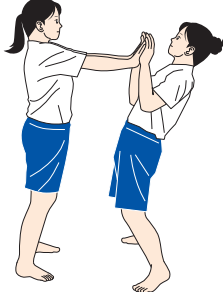


3 章

指導の実際

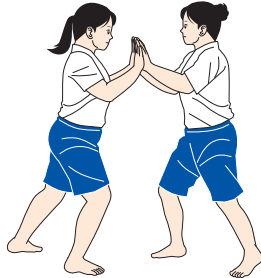
1 学年
1/10本時の
目標

相撲に関心をもち、楽しんで取り組もうとすることができる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
15分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 	○出欠確認および健康観察をする。 ○服装の指示をする。 上下体育着、スポーツシューズ、つまめ、ヘアピン、めがね等 ○本単元で必要な用具、施設の説明をする。 ※柔道場、体操マットを使用する場合は、俵の代わりにラインテープ等を貼る。		
30分	2. 相撲に関する映像資料を視聴し、全体的イメージをつかむ。 3. 本単元の目標および学習活動を理解する。 4. 本時のねらい、学習内容を理解する。 5. 基本的知識を身に付ける。 歴史、特性、礼法、用具 6. 相撲あそびを行う。 手押し相撲 手引き相撲等 	○映像資料の準備に際しては、生徒の関心を高めることができるように、その内容を吟味する。 例) 中学生の公式試合の映像 前年度の授業風景の映像 ○生徒の関心が高まるように、解説を加える。 ○生徒が、単元目標および学習活動について理解しやすいように、工夫して説明する。 ○学習ノートの使い方について説明し、本単元の目標、学習内容などを記述させる。 ○本時の目標、学習内容を、生徒が理解しやすいように、工夫して説明する。 ○学習ノートに目標、学習内容などを記述させる。 ○歴史については、資料や身近な事例などを用いて、生徒の関心が高まるように工夫する。 ○運動特性に関しては、数秒間という極めて短い時間で終了するという点を踏まえ、その特徴について説明する。 ○相撲特有の塵浄水（ちりちょうず）については、その歴史や意味合いを含めて説明する。また、武道で重要視される「礼に始まり、礼に終わる」の意味を説明する。 ○用具については、まわし、相撲パンツ等に加え、通常の競技場にみられる土俵、俵、砂、塩、水についても解説する。 ○準備運動を行わせる。 ○対戦の前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○相撲ではバランスを崩し合うことが重要なことを説明し、相撲と関連づけて指導する。 ○手押し相撲および手引き相撲は互いに両手の平を合わせた状態から開始する。 ○手押し相撲では手の平以外は押さない、また手引き相撲では手を離さないなどのルールを明示し、守るよう指導する。 ○教員の合図で行わせ、それぞれ相手を変えて複数回行わせる。	○相撲に関心をもち、楽しんで取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】	○観察、学習ノート 発言・発表
5分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○相撲あそびに関心をもち、楽しんで取り組もうとしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容と感想を学習ノートに記入させる。		

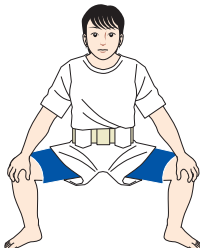
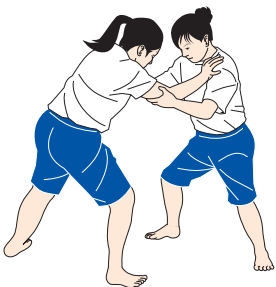
1 学年
2/10本時の
目標

基本動作（蹲踞姿勢、塵浄水）ができる。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装を確認する。 上下体育着、スポーツシューズ、つめ、ヘアピン、めがね等 ○目標、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。 蹲踞姿勢、塵浄水  5. 基本となる技の学習および簡易的な試合を行う。 押し 陣取り相撲 	○蹲踞姿勢は、要点をおさえて行うよう指導する。 <要点> ・背筋を伸ばす。 ・膝を開く。 ・肩の力を抜く。 ○塵浄水は、相撲特有の礼法であることを説明したうえで、一つひとつの動作を丁寧に行うよう指導する。 <要点> ・蹲踞姿勢を維持する。 ・大きく両腕を開く。 ※単調な活動になりがちなので、生徒が関心をもって取り組むことができるように工夫する。 例1) 教員が意図的に間違った動作で塵浄水を行い、生徒に指摘させる（課題探し）。 例2) 誰が一番正しい動作で塵浄水を行っているか競い合う（塵浄水コンテスト）。 ○陣取り相撲の説明をする。 ・陣取り相撲を行う前と後に必ず立礼をする。 ・互いに両手の平を合わせた状態から開始する。 ・教員の合図で開始する。開始のあとはどこを押してもかまわない。 ※時間は3～5秒に設定し、終了次第、相手を変えて複数回行わせる。 ○相撲では相手を押すことが重要であることを説明し、陣取り相撲を行うよう指導する。 ○安全性に配慮し、常に相手と接触した状態で押し合うよう指導する。 ○短時間で終わるので、集中して一気に相手を押すよう指導する。	○蹲踞姿勢、塵浄水ができる。【技能】	○観察
8分	6. 整理運動を行う。 7. 本時の評価と次時の課題を整理する。 8. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○基本動作（蹲踞姿勢、塵浄水）ができていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

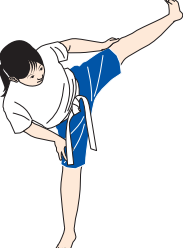
1 学年
3/10本時の
目標

簡易的な試合の中で低い姿勢（中腰の構え）の重要性に気づく。【思考・判断】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装を確認する。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。(1) 蹲踞姿勢、塵浄水 5. 簡易的な試合を行う。(1) 陣取り相撲 6. 基本動作を身に付ける。(2) 中腰の構え、腰割り  7. 簡易的な試合を行う。(2) 陣取り相撲 	○ポイントを確認しながら復習させる。 ○陣取り相撲を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○ポイントを確認し、相手を変えて複数回行わせる。 ○自由な押し合いの中で、より効果的な方法（低い姿勢からの押し上げ）に気づくよう工夫し、指導する。 ※実際に相手を押すためには、重心が低いことが重要になることを体験的に理解させ、中腰の構えの学習に繋げる。 ○中腰の構えは、相撲の基本姿勢であることを説明したうえで、適切に手本を示し指導する。中腰の構えを長時間維持すると、足腰に過度の負担がかかることがあるので注意する。 ○腰割りは、足腰を強化するトレーニングの一つであるとともに、中腰の構えを意識しながら上下に動く練習でもあることを説明する。 ※単調な活動になりがちなので、生徒が関心をもって取り組むことができるように工夫する。 例1) 教員が意図的に悪い例を示し、生徒に指摘させる（課題探し）。 例2) 誰が一番正しい動作で腰割りを行っているか競い合う（腰割りコンテスト）。 ○陣取り相撲を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○中腰の構えを意識して陣取り相撲（押し合い）を行わせる。 ○頭部は相手の右肩（または左肩）の前にもっていき、頭部がぶつからないように指導する。 ○相手の上腕部に手を当て押すように指導する。 ○合図とともに、中腰の構えから一気に相手を押すように指導する。 ○教員の「始め」の合図で始め、相手を変えて複数回行わせる。	○簡易的な試合の中で、低い姿勢（中腰の構え）の重要性に気づいている。【思考・判断】	○観察、発言・発表、学習ノート
8分	8. 整理運動を行う。 9. 本時の評価と次時の課題を整理する。 10. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○簡易的な試合の中で中腰の構えの重要性に気づいていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

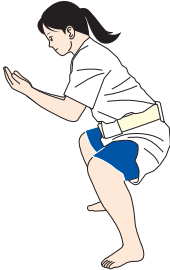
1 学年
4/10**本時の
目標**

簡易的な試合において、礼法や所作を行おうとすることができる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装を確認する。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように、工夫して説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。(1) 中腰の構え、腰割り 5. 基本となる技を学習する。 押し  6. 基本動作を身に付ける。(2) 四股  7. 簡易的な試合を行う。 押し合い相撲	○中腰の構えと腰割りのポイントを確認しながら復習させる。 ※時間制約のため、集団（10人程度）で行わせ、評価する。 ○押す側と受ける側を決めて、2人1組で練習させる。 ○活動の前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○受ける方法を指導する。この段階では、相手が押してきたら、無理をせずに下がるようにする。 ※体育館フロア等を利用する場合には、スムーズに下がることのできるよう、受ける側には靴下を着用させるなどの工夫をする。 ○押しの手本を示す。 ○当たる動作はこの段階では行わせず、まず押す姿勢を身に付けることに重点を置いて指導する。 <要点> ・中腰の構えを維持する。 ・すり足で前へ出る。 ○四股は、下半身の筋力や平衡性を強化するトレーニングであり、中腰の構えを基本として動くための練習でもあることを説明する。 ○教員の号令に合わせて行う。 <要点> ・中腰の構えから始め、中腰の構えに戻る。 ・足を上げた際、軸足で体のバランスを保つ。 ・ゆっくりと大きな動作で行う。 ※難しい動作なので、この段階では習熟をもとめない。10回2セット程度を目安として行うよう指導する。 ○押し合い相撲の説明をする。 ・押し合い相撲を行う前と後に必ず立礼をする。 ・互いに頭部を相手の左肩の前にもっていき、左手は相手の上腕部、右手は相手の肘に当たった状態から開始する。(左右逆にしても良い) ・安全確保のため、常に相手と接触した状態で押し合う。 ・教員の合図で開始する。 ※体格が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ○押しの練習で学んだことを、簡易的な試合の中で発揮するように指導する。	○簡易的な試合において、礼法、所作を行おうとしている。【関心・意欲・態度】	○観察
8分	8. 整理運動をする。 9. 本時の評価と次時の課題を整理する。 10. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○中腰の構えができていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

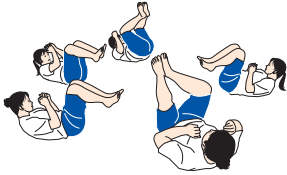
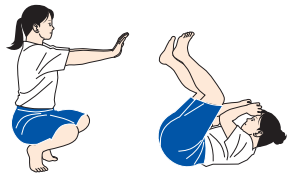
1 学年
5/10本時の
目標

基本動作（運び足）ができる。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装の確認をする。 ○用具の指示をする。 柔道の帯、相撲パンツ・簡易まわし ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。(1) 四股（腰割りを含む） 5. 基本となる技を学習する。 （約束練習） 押し 寄り 6. 基本動作を身に付ける。(2) 運び足  7. 簡易的な試合を行う。 押し合い相撲 寄り合い相撲	○ポイントを確認しながら復習させる。 ○2人1組での練習の前と後に、必ず立礼をするように指導する。 ○前回の押しの復習をさせる。 ○寄りの基本は、押しの基本と同じであることを説明する。 ○右四つ、左四つおよび上手、下手について説明する。 ○相手のまわしを引きつけて前へ出るよう指導する。この段階では四つに組んだ状態から練習させる。 <要点> ・押しを基本とする。 ・まわしを引きつける。 ○運び足については、中腰の構えを維持しながら、すり足で前進するように指導する。 ○中腰の構えと運び足について評価する。 <中腰の構えの要点> ・膝が直角になるまで腰を下ろす。 ・膝を開く。 ・腰が引けないようにする。 <運び足の要点> ・すり足で行う。 ・身体を上下に動かさない。 ・上体を左右に動かさない。 ※生徒が関心をもって取り組むことができるように工夫する。 例）教員が悪い例を示し、生徒に指摘させる（課題探し）。 ○簡易的な試合を行う前と後に、必ず立礼をするように指導する。 ○押し合い相撲では、安全性に配慮し、常に相手と接触した状態で押し合うなどのルールを明示し、それに従うよう指導する。 ○寄り合い相撲の説明をする。 ・寄り合い相撲を行う前と後に必ず立礼をさせる。 ・右四つあるいは左四つに組んだ体勢から開始する。 ・相手を投げないようにする。 ・常に四つに組んだ状態で相撲を取らせる。 ・教員の合図で開始する。 ※体格が同程度者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ○押しと寄りの練習で学んだことを簡易的な試合の中で発揮するよう指導する。	○中腰の構え、運び足ができる。 【技能】	○観察
8分	8. 整理運動を行う。 9. 本時の評価と次時の課題を整理する。 10. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○基本動作（運び足）ができていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

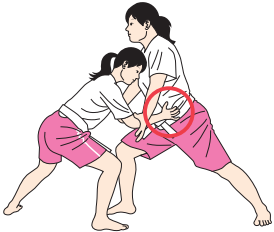
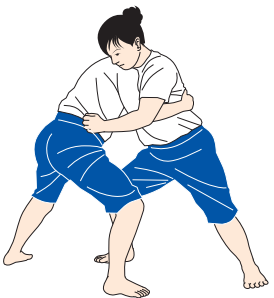
1 学年
6/10本時の
目標

安全確保のために、積極的に受け身の学習に取り組むことができる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように、工夫して説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。(1) 四股、腰割り、運び足 5. 基本となる技を学習する。 (約束練習) 押し、寄り、投げ技 6. 基本動作を身に付ける。(2) 仕切り 立ち合い 受け身 (蹲踞相撲を含む)   7. 簡易的な試合を行う。 基本となる技 (押し、寄り、出し投げ) に限定した相撲	○ポイントを確認しながら復習させる。 ○2人1組での練習の前後に必ず立礼をするよう指導する。 ○前回の押し、寄りの復習をさせる。 ○投げ技については、出し投げを紹介する。出し投げは、寄り→出し投げ→寄りの連続技としてとらえるよう指導する。 ○仕切りと立ち合いについては、手本を示した後、練習を行わせる。この段階では、相手を置かず、個別に練習させる。 ○仕切りでは、低い姿勢で両方のこぶしをつくよう指導する。 ○立ち合いでは、低い姿勢のまま、すり足で前進するよう指導する。 ○受け身の練習では、まず個別に、前後左右に転がる練習 (前転、ゆりかご受け身など) をさせる。次に、蹲踞姿勢から前後左右に転がる練習させる。 <要点> ・頭部を保護するために、あごを引き、背中を丸める。 ・衝撃をやわらげるために、お尻、背中順で床に着くように転がる。 ○蹲踞相撲の説明をする。 ・前後に必ず立礼をする。 ・蹲踞姿勢で相手と向きあう。 ・互いに両手の平を合わせる。 ・双方の両肘がほぼ90度になるよう、互いの間隔を調節する。 ・教員の合図で開始する。 ○受け身の練習として行わせる。 ○競い合うのではなく、楽しみながら受け身の基本を学ぶことを意識させる。 ○押し、寄りおよび出し投げに限定した相撲の説明をする。 ・相撲を取る前と後に必ず立礼をさせる。 ・押し合い相撲開始の体勢を作る。 ・教員の合図で開始する。 ・押し、寄りおよび出し投げだけを用いて相撲を取らせる。 ・なるべく両者の体が接触した状態で相撲を取らせる。 ・途中で体が離れてしまった場合は、中止する。 ・この場合は、取り直しとするか、中止にした位置で接触させて再開する。 ○巡回し、危険であると判断された場合、速やかに中止させ、必要な指導を行う。	○安全確保のために、受け身の学習に積極的に取り組もうとしている。(関心・意欲・態度)	○観察
8分	8. 整理運動を行う。 9. 本時の評価と次時の課題を整理する。 10. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○安全確保のために、受け身の練習に積極的に取り組んでいた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

1 学年
7/10本時の
目標

自己の役割を責任をもって果たそうとすることができる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○目標、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。 特に頸部は入念に行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。 四股、腰割り、運び足、受け身 5. 基本となる技を学習する。 (約束練習) 押し 寄り 投げ技(出し投げ)  6. 簡易的な試合を行う。 既習技を中心とした相撲 	○4～6人のグループで練習させる。 ○この段階からは、動作の習得に加えて、相撲の準備運動あるいは補強運動として位置づけ指導する。 ○四股はグループごとに声をかけて行うように指導する。 ○受け身については、蹲踞姿勢から→蹲踞相撲→中腰の構えからの順序で練習させる。 ○2人1組での練習の前と後に、必ず立礼をするように指導する。 ○ポイントを確認させ、前回の押し、寄りの復習をさせる。 ○押し、寄りの指導では、仕切りの構えから前に出るように指導する。その際には、相手との間隔を狭くするなど、安全に十分に配慮する。 ○押しの練習では、仕切りから、受ける側の右胸部にひたいをつけるよう指導する。 ○寄りの場合は、仕切りから、まわしを取りにいくあるいは差しにいくという指導をする。 ○4～6人のグループ別に、生徒同士で観察し、助言し合う学習活動をとおして、自主的に学ぶ姿勢を身に付けるよう指導する。 ○出し投げの要点について説明する。 <要点> ・相手のまわしの前の方を取って、投げる。 ・体を開いて横に出すように投げる。 ○出し投げの練習は、四つに組んだ状態から行わせる。 ○略式の審判法について説明をする。 ○審判方法とともに競技方法についても説明する。 ・審判の呼びかけに応じて一連の動作を行う。 ○既習技を中心とした相撲の説明を行う。 ・体格や習熟度に配慮して3人ずつのグループをつくる。 ・2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ・相撲を取る前後に必ず立礼をする。 ・押し、寄りおよび出し投げを用いる。 ・審判は3人でローテーションする。 ○仕切りでの両者の間隔については、安全に配慮し、習熟度に応じて適切に設定する。 ○立ち合いでは、ひたいで当たるという方法ではなく、「差しにいく」または「まわしを取りにいく」などの方法でもよいと指導する。 ○巡回し、危険であると判断された場合、速やかに中止させ、必要な指導を行う。	○自己の役割を責任をもって果たそうとしている。【関心・意欲・態度】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○基本となる技(押し)ができていた生徒および自己の役割を責任をもって果たそうとしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

1 学年
8/10本時の
目標

基本となる技（押し、寄り）ができる。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○目標、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。 特に頸部は入念に行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。 四股、腰割り、運び足受け身  5. 基本となる技を学習する。 (グループ学習) 押し 寄り 6. 簡易的な試合を行う。 既習技を中心とした相撲 (5人抜き戦) 	○準備運動あるいは補強運動として行わせる。 ○4～6人のグループ別に、号令をかけるなどして行わせる。 ○押し、寄りの練習では、安全に配慮しながら、徐々に相手との間隔を広げ、仕切り線の間隔(70 cm)に近づけていくよう指導する。 ○この段階では、自主的にグループ別練習を行うよう指導する。 ○押し、寄りについて、評価する。 <押しの要点> ・中腰の構えを維持する。 ・すり足で前へ出る。 <寄りの要点> ・押しを基本とする。 ・まわしを引きつける。 ○禁止されている技・行為および授業で禁止している技・行為(担当教員の判断)について説明し、それらを厳守するよう指導する。 ○他を尊重するという武道の精神を理解し、上記以外でも危険だと思われる技や行為があった場合、自主的に相撲を中止するよう指導する。 ○競技方法、審判法について確認するとともに、記録、進行(アナウンス)の方法について説明する。 ○既習技を中心とした相撲の説明をする。 ・体格や習熟度に配慮して6～8人でグループをつくる。 ・グループ内で審判、記録係、進行(アナウンス)係を決め、交代で行う。 ・相撲を取る前と後に必ず立礼をする。 ・既習の基本となる技(押し、寄りおよび出し投げ)を用いる。 ・相撲を取る順番を決め、勝ち残り方式で、5人抜き戦を行う。 ○仕切りでの両者の間隔については、安全に配慮し、習熟度に応じて適切に設定する。 ○巡回し、危険であると判断された場合、速やかに中止させ、必要な指導を行う。	○押し、寄りができる。【技能】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○基本となる技(押し、寄り)ができていた生徒および仲間と協力して課題を探し、その課題に応じた練習の方法を選んでいた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

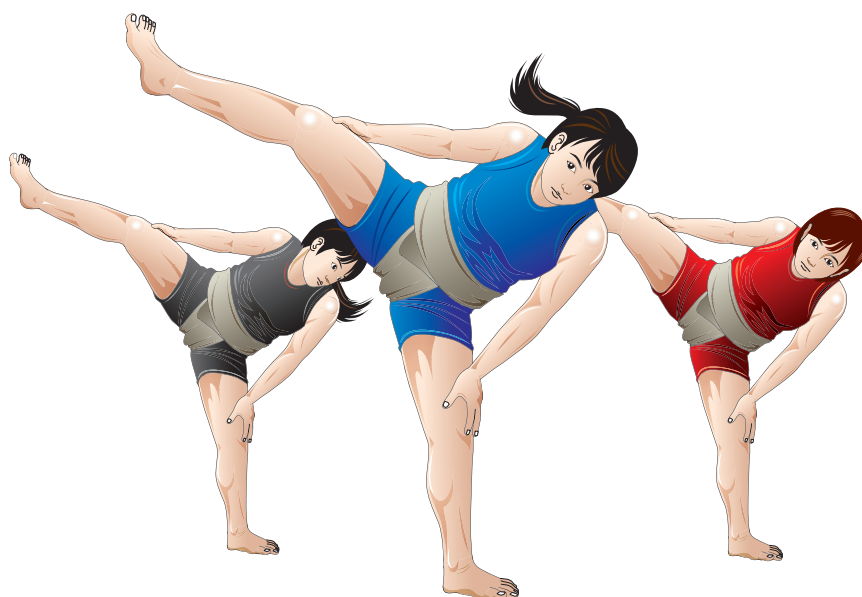
1 学年
9/10本時の
目標

基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開できる。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装・用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装の確認をする。 ○用具の指示をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○団体戦のチーム分けを行う（5人制）。 体格、習熟度などがチームで同等になるように配慮する。 <体格に配慮した例> 先鋒（軽量級）、二陣、中堅（中量級）、副将（重量級）、大将（無差別級） ○準備運動を行わせる。 特に頸部は入念に行わせる。		
35分	4. 基本動作および基本となる技を復習する。 四股、運び足、受け身、押し、寄り、投げ技  5. 簡易的な試合を行う。 既習技を中心とした団体戦（5人制）	○四股、運び足、受け身については、チームごとに準備運動として行わせる。 ○押し、寄り、投げ技に関しては、試合前の技術確認として、チームごとで練習する。 ○チームごとに、役割分担（審判、記録係、進行係、ビデオ撮影係）と出場順について話し合わせる。 ○審判、記録係、進行係、ビデオ撮影係は、対戦がないチームが交代して行う。 ○禁止されている技・行為および授業で禁止している技・行為について確認し、厳守するよう指導する。 ○仕切りでの両者の間隔については、安全に配慮し、習熟度に応じて適切に設定する。 ○巡回し、危険と判断された場合は、速やかに中止させ、必要な指導を行う。 ○巡回して、技能評価を行う。 押し、寄り、出し投げのいずれか、またはそれらを組み合わせて技を用いているかを観る。	○基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開できる。【技能】	○観察
8分	6. 整理運動を行う。 7. 本時の評価と次時の課題を整理する。 8. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○試合の中で、礼法や所作を正しく行っていた生徒や基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開していた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

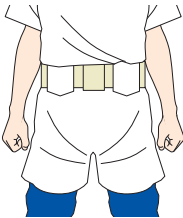
1 学年 10/10 **本時の目標** 相撲の基本的事項（特性や成り立ち、技の名称や行い方）について理解する。
【知識・理解】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
5分	1. 集合、整列および挨拶をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認をする。 ○本時の目標、学習内容などを説明し、記述させる。 ○団体戦のチームごとに整列させる。		
35分	3. 単元の要点を記述する。 学習ノート、筆記試験など 4. 学習成果を確認する。 映像視聴 表彰 5. 学習成果の相互評価、発表を行う。 チームミーティング 全体討議	○単元全体の要点をおさえた内容とする。 ＜要点＞ ・相撲の歴史、特性 ・礼法と所作、用具 ・基本動作および基本となる技 ・禁止されている技・行為、審判法など ○団体戦を撮影した映像を視聴させる。 ○団体戦3位までを表彰する。 ○団体戦の全勝者を優秀選手として表彰する。 ○チーム・ミーティング チーム内で、学習の成果や課題について話し合い、学習ノートにまとめるよう指示する。 ○全体討議 個人およびチームに関する学習成果や課題について発表させる。 ○教員による総括	○相撲の特性や成り立ち、技の名称や行い方について書き出している。【知識・理解】	○学習ノート、筆記試験など
10分	6. 学習ノートを仕上げ、提出する。 7. 整列、挨拶をする。	○本単元の成果・課題を明確化し、次単元の目標を示す。 ○本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。 ○本時を含めて全体を総括し、学習ノートにまとめる。		



2 学年
1/10本時の
目標

1 年次の単元を振り返り、相撲の基本知識を理解する。【知識・理解】

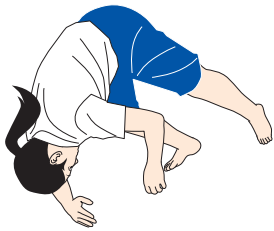
時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
5分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装の指示をする。 上下体育着、スポーツシューズ、つめ、ヘアピン、めがね等 ○本単元に必要な用具、施設の説明をする。 柔道の帯、簡易まわし・相撲パンツ 土俵または柔道場、体育館フロア、グラウンド ※柔道場、体操マットを使用する場合は、俵の代わりにラインテープ等を貼る。		
40分	2. 本単元の目標および学習活動を理解する。 3. 本時のねらい、学習内容を説明する。 4. 1 年次の単元の動画を視聴して課題等を確認し、関心、意欲を高める。(10 分程度) 5. 1 年次の単元で学んだ基礎知識を確認する。(10 分程度) 歴史、特性、礼法、用具など 6. 簡易的な試合を行う。 (20 分程度) 蹲踞相撲 陣取り相撲 押し合い相撲	○1 年次の単元からの流れを示し、生徒が単元目標および学習活動について理解しやすいように工夫して説明する。 ○学習ノートの使い方について説明し、本単元の目標、学習内容などを記述させる。 ○ねらい、学習内容を、生徒が理解しやすいように、工夫して説明する。 ○学習ノートに本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○動画の準備に際しては、課題の確認および意欲の喚起ができるように、内容を吟味する。 ○生徒の関心が高まるように、解説を加える。 ○歴史、特性、礼法、用具について、映像や資料などを用いて、概括的に説明する。 ○特に、礼法に関しては、今後の学習と関連づけて、その重要性や方法を強調して説明する。 ※指導内容に関して生徒に発言をもとめ、双方向的授業になるよう努める。 ○準備運動を行わせる。 ○対戦の前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○蹲踞相撲では、安全確保の観点から、受け身を重視して行わせる。 ○陣取り相撲および押し合い相撲では、1 年次の単元で指導した方法を確認してから、行わせる。 ○前単元で学んだ技術を振り返り、楽しみながら学習できるよう、指導する。 ○教員の「始め」の合図で行わせる。	○1 年次の単元を振り返り、相撲の基礎知識を言ったり書き出したりしている。【知識・理解】	○発言・発表、学習ノート
5分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○前単元を振り返り、相撲の基礎知識に関する発言をしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容と感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
2/10**本時の
目標**

楽しさや喜びを味わいながら、基本となる技（押し、寄り）の関連技術の学習に積極的に取り組もうとすることができる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。 特に頸部は入念に行わせる。		
35分	4. 基本動作を確認し、身に付ける。 蹲踞姿勢、塵浄水 中腰の構え、腰割り、 四股 受け身  5. 基本となる技とその関連技術を学習する。(約束練習) 押し 寄り その関連技術 6. 簡易的な試合を行う。 押し合い相撲 寄り合い相撲	○塵浄水は、礼法の一つなので、その意味を意識しながら丁寧に行うよう指導する。 ○中腰の構えについては、腰が引けない、膝を開く、肩の力を抜くなどのポイントをおさえ、指導する。 ○腰割りと四股は、中腰の構えを維持しながら柔軟に動くための練習の一つでもあることを確認する。 ○四股は、声を掛け合い行うよう指導する。 ○受け身では、蹲踞姿勢から前後左右に転ぶ練習をさせた後、中腰の構えからも練習させる。 ○この段階での押しについては、相手との間隔を徐々に広くして、強く当たり素早く押すことができるように練習する。 ○押しの関連技術について解説し、練習させる。 <押しの関連技術> ・低い姿勢から押し上げる。 ○寄りについては、立ち合いに素早く踏み込み、相手を寄ることができるよう練習する。 ○寄りの関連技術について解説し、練習させる。 <寄りの関連技術> ・下手は深く（後方）取り、上手は浅く（相手のまわしの前方）取る。 ○略式から1歩進んだ審判法について説明をする。 ・開始の合図以降は、土俵の外で審判を行う。 ・入場、開始の礼、仕切りの呼びかけを行う。 ・競技開始の宣告および勝負判定を行う。 ・終了の礼の呼びかけおよび勝ち名乗り（勝者の宣告）を行う。 ○競技方法について確認する。 ○簡易的な試合の説明をする。 ・3人1組で、1人が審判となり、2人が相撲を取る。 ・安全確保のため、押し合い相撲では、常に相手と接触した状態で押し合う。 ・寄り合い相撲では、四つに組んだ体勢から開始し、相手を投げず、寄り合う。	○楽しさや喜びを味わいながら、押し・寄りの関連技術の学習に積極的に取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○四股ができていた生徒および楽しさや喜びを味わいながら、基本となる技（押し、寄り）の関連技術の学習に積極的に取り組もうとしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
3/10**本時の
目標**礼法、所作を行い、相手を尊重する態度を示そうとすることができる。
【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。 運び足、仕切り 受け身  5. 基本となる技とその関連技術を学習する。(約束練習) 押し 寄り その関連技術 6. 簡易的な試合を行う。 押し合い相撲 寄り合い相撲	○運び足については、相手を押す姿勢を維持しながら、すり足で前進するように指導する。 ○仕切りは、2人1組で動作を合わせて、必ず両方のこぶしについて行うよう指導する。 ○受け身では、中腰の構えから前後左右に転ぶ練習をさせる。 あごを引き、背中を丸めて転がるよう指導する。 ※生徒が、受け身の重要性を認識し、関心をもって取り組むことができるように工夫する。 ○押しおよび寄りの練習では、相手に当たり素早く前に出ることができるよう、相手との間隔を徐々に広げ、仕切り線の間隔（70 cm）に近づけるよう指導する。 ○前回学習した押し、寄りの関連技術の復習をする。 ○今回学習する押しの関連技術および寄りの関連技術について説明し、練習させる。 ＜押しの基本となる関連技術＞ ・脇をしめる。 ・背中を丸める。 ＜寄りの基本となる関連技術＞ ・差した側の腕を返す。 ○簡易的な試合を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○3人1組で、2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ○安全に配慮し、ルールを守って試合を行うよう指導する。 ○押し、寄りの練習で学んだことを簡易的な試合の中で発揮するよう指導する。 ※体格や習熟度が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ※試合の中での良い例（低い姿勢から押し上げている）や悪い例（腰が高い、脇が開くなど）を示し、解説する。	○礼法、所作を行い、相手を尊重する態度を示そうとしている。 【関心・意欲・態度】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○押し、寄りの関連技術ができていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
4/10本時の
目標

相撲の練習により高まる体力について理解する。【知識・理解】

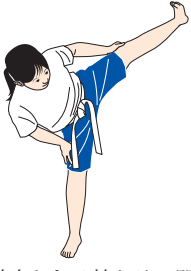
時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装を確認する。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように工夫して説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 関連して高まる体力について理解する。 5. 基本動作を身に付ける。 立ち合い 受け身  6. 基本となる技とその関連技術を学習する。(約束練習) 投げ技(出し投げ) その関連技術 7. 簡易的な試合を行う。 複数の基本となる技に限定した相撲	○相撲の練習により高まる体力について説明する。 ・四股により、下肢の筋力・筋持久力・柔軟性および平衡性が高まる。 ・腰割りにより、下肢の筋力・筋持久力が高まる。 ・立ち合いからの押し、寄りの練習や相撲を取ることで、瞬発力や敏捷性が高まる。 ※相撲の練習では、力の強さ、粘り強さ、体の柔らかさ、すばしっこさなどの中で、どのような能力が高まると思うか、生徒に問いかけるなど、生徒自身の考えを引き出しながら理解を深めるよう工夫する。 ○運び足を復習させる。 ○2人1組の対人で受ける側を決め、立ち合いの練習をさせる。(約束練習) <立ち合いの要点> ・仕切りの構えから、なるべく低い姿勢のまま踏み込む。 ・すり足で踏み込む。 ・相手の胸に当たる。 ○受け身では、中腰の構えからの受け身ができるように練習する。 ○寄りからの連続技の代表的な一つである「出し投げ」の練習をさせる。 ○出し投げについては、寄りをより効果的にするものと理解させ、寄り→出し投げ→寄りという連続技として用いるように指導する。 ○出し投げの関連技術について説明し、練習させる。 <出し投げの関連技術> ・前へ出て相手に圧力をかけてから投げる。 ○簡易的な試合を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○3人1組で、2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ○禁止されている技・行為、授業で禁止している技・行為について説明する。 ○対人的技能の練習で学んだことを、簡易的な試合の中で積極的に発揮するよう指導する。 ※体格や習熟度が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ※試合の中での立ち合いの良い例や悪い例を示し、解説する。	○相撲の練習により高まる体力について書き出している。【知識・理解】	○学習ノート
8分	8. 整理運動を行う。 9. 本時の評価と次時の課題を整理する。 10. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
5/10**本時の
目標**学習した安全上の知識を、練習や試合のさまざまな場面に活用することができる。
【思考・判断】

	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。 四股、運び足 立ち合い、受け身 5. 基本となる技を学習する。 (約束練習) 前さばき おっつけ 絞り込み いなし 6. 簡易的な試合を行う。 既習技に限定した相撲	○四股および運び足は、ウォーミングアップとして全員で練習させる。 ○立ち合いについては、2人1組の対人で行わせる。 ○受け身では、2人1組で、中腰の構えから受ける側の右胸に当たり、身体を丸めて右腕から回転するよう指導する。 ○左右反対からの受け身も合わせて練習させる。 ○前さばきを押しや簡易試合等でのつまづき・気づきと関連づけて解説する。 ＜おっつけの要点＞ ・相手の肘に手を当てて、下から上へ押す。 ・脇をしめて、相手の差し手からの攻撃を防ぐ。 ＜絞り込みの要点＞ ・相手の肘をつかみ、内側にねじるようにする。 ・脇をしめて、相手の差し手からの攻撃を防ぐ。 ＜いなしの要点＞ ・前へ出てからいなす。 ・体を大きく開き側方に押すようにいなす。 ○2人1組で、技をかける側と受ける側を決めて練習させる。 ○左右反対側からも同様に練習させる。 ○おっつけと絞り込みについては、安全確保のため、受ける側が関節を痛めることのないように指導する。 ※前さばきについては付属DVDを参考とする。 ○簡易的な試合を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○3人1組で、2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ○安全に配慮し、禁止事項を確認して、試合を行うよう指導する。 ○基本となる技の練習で学んだことを、簡易的な試合の中で発揮するよう指導する。 ※試合の中での立ち合いや、前さばきの良い例や悪い例を示し、解説する。	○学習した安全上の知識を、練習や試合のさまざまな場面に活用している。【思考・判断】	○観察、学習ノート
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○立ち合いができていた生徒および学習した安全上の知識を、練習や試合のさまざまな場面に活用していた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
6/10本時の
目標

基本となる技（押し、寄り、出し投げ）とその関連技術ができる。【技能】

	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を身に付ける。 四股、運び足 立ち合い、受け身  5. 基本となる技とその関連技術を学習する。(約束練習) 寄りとその関連技術 前さばき 巻き返し 投げ技とその関連技術 6. 簡易的な試合を行う。 既習技に限定した相撲	○四股および運び足は、ウォーミングアップとして全員で行わせる。 ○立ち合いについては、2人1組の対人で行う。 仕切りから、受ける側に素早くかつ強く当たるよう指導する。 ○受け身では、中腰の構えから受ける側の右胸に当たり、身体を丸めて右腕から回転するよう指導する。 <受け身の要点> ・あごを引く。 ・背中を丸めて転がる。 ○左右反対からの受け身も合わせて練習させる。 ○2人1組で、技をかける側と受け側を決めて練習させる。 ○右四つ・左四つ、まわしの取り方および腕の返し・上手の引きつけについて確認し、復習させる。 ○寄りの関連技術について解説し、練習させる。 <寄りの関連技術> ・下手側に寄る ・吊り寄り ・がぶり寄り ○前さばき（巻き返し）について解説し、練習させる。 <巻き返しの要点> ・上手を離し、相手の体と自分の体の間に空間をつくり、上手を下手に素早く入れかえる。 ○出し投げについて確認し、復習させる。 ○出し投げの関連技術について解説し、練習させる。 <出し投げの関連技術> ・前へ出て、相手が踏ん張ったところで、体を開いて投げる。 ・投げをうった後、さらに前へ出る。 ○簡易的な試合を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○3人1組で、2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ○安全に配慮し、禁止事項を確認して試合を行うよう指導する。 ○基本となる技の練習で学んだことを簡易的な試合の中で発揮するよう指導する。 ※体格や習熟度が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ※試合の中での寄り、前さばきおよび出し投げの良い例や悪い例を示し、解説する。	○押し、寄り、出し投げとその関連技術ができる。【技能】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○出し投げとその関連技術ができていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
7/10**本時の
目標**

グループ学習の中で、自身の課題を探し、その課題に応じた練習の方法を選ぶことができる。【思考・判断】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装・用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装・用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を練習する。 四股、運び足 受け身 5. 基本となる技とその関連技術を学習する。(グループ学習) 押しとその関連技術 寄りとその関連技術 前さばき 投げ技とその関連技術 6. 簡易的な試合を行う。 試合方式および審判法を学習する。 複数の技を用いた体格別の試合 	○四股、運び足および受け身を、準備運動として行わせる。 ○受け身では、2人1組となり、受ける側に当たり、身体を丸めて転がるように指導する。 ○左右2回ずつ程度行わせる。 ○押し、寄り、出し投げとそれらの関連技術および前さばきを振り返り、整理させる。 ○押しグループと寄りグループに分け、それぞれのグループ内で4～5人程度の小グループを編成し、練習させる。 ○押しグループでは、押しとその関連技術および関連した前さばき（おっつけ、絞込み、いなし）を練習させる。 ○寄りグループでは、寄りとその関連技術、関連した前さばき（巻き返し）および投げ技を練習させる。 ○練習では、小グループ内で相談し、自由に練習方法を考え活動するように指導する。 ○未習の投げ技（上手投げ、下手投げ、小手投げ、すくい投げ）について解説する。 ※未習の投げ技については付属DVDを参考とする。 ○団体戦、個人戦、トーナメント方式、リーグ戦方式について解説する。 ○競技方法、審判法および記録・進行（アナウンス）の方法について説明する。 ○体格別に3グループ程度に分ける。 ○各グループでトーナメント戦方式またはリーグ戦方式で個人戦を行わせる。 ○審判、記録係、進行係は、対戦のない者に交替で行わせる。 ○試合を行う前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○安全に配慮し、禁止事項を確認して試合を行うよう指導する。 ※自分や仲間の試合を通して気づいた点や改善すべき点について、アドバイスし合ったり、学習カードに書き留めたりするよう指導する。	○グループ学習の中で、自身の課題を探し、その課題に応じた練習の方法を選んでいる。【思考・判断】	○観察、発言・発表、学習ノート
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○グループ学習の中で課題を探し、その結果を練習に活かしていた生徒および仲間に助言していた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年
8/10**本時の
目標**禁止事項を行わないなど、安全に留意して簡易的な試合に取り組もうとすることがで
きる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を練習する。 四股、運び足 受け身 5. 簡易的な試合を行う。 試合方式および審判法の確認 団体戦	○四股、運び足および受け身をウォーミングアップとして行わせる。 ○受け身では、2人1組となり、受ける側に当たり、身体を丸めて転がるように指導する。 ○左右2回ずつ程度行わせる。 ○体格が、比較的小さい者を先鋒、二陣にし、中程度以上の者を中堅、副将、大将に配置し、団体戦5人制のチームを編成する。 ○競技方法、審判法、記録と進行の方法、および役割分担について確認する。 ○塵浄水、勝負が決した後の立礼および勝ち名乗りについて確認する。 ○禁止されている技・行為、授業で禁止している技・行為について確認する。 ○団体戦トーナメント戦またはリーグ戦を行う。 ○1回の団体戦試合で、5対戦のうち3勝以上したチームを勝ちとする。 ○5対戦が終了する前にチームの勝敗が決定した場合でも、大将戦まで行う。 ※自分や仲間の試合をとおして気づいた点や改善すべき点について、アドバイスし合ったり、学習カードに書き留めたりするよう指導する。	○禁止事項を行わないなど、安全に留意して簡易的な試合に取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】	○観察
8分	6. 整理運動を行う。 7. 本時の評価と次時の課題を整理する。 8. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○安全に留意して簡易的な試合に取り組もうとしていた生徒、役割に応じた協力の仕方を見つけていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

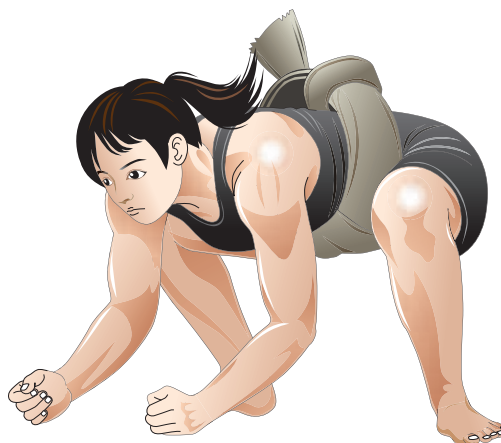
2 学年
9/10**本時の
目標**

相手の動きに応じながら、基本動作、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。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装、用具の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を練習する。 四股、運び足 受け身 5. 簡易的な試合を行う。 試合方式および審判法の確認 習熟度別個人戦 	○四股、運び足および受け身を、ウォーミングアップとして行わせる。 ○受け身では、2人1組となり、受ける側に当たり、身体を丸めて転がるように指導する。 ○左右2回ずつ程度行わせる。 ○習熟度別に3グループ程度に分ける。 ○リーグ戦の対戦順や運営方法について説明する。 ○競技方法、審判法、および記録・進行・ビデオ撮影の方法について確認する。 ○実際の試合では、対戦がない者が審判、記録係、進行係、撮影係を分担して行うよう指示する。 ○相撲を取る前の塵浄水（もしくは立礼）と後の立礼および勝ち名乗りについて確認する。 ○安全に配慮し、禁止事項を確認して試合を行うよう指導する。 ○習熟度別個人トーナメント戦またはリーグ戦を行う。 ※自分や仲間の試合をとおして気づいた点や改善すべき点について、アドバイスし合ったり、学習カードに書き留めたりするよう指導する。	○相手の動きに応じながら、基本動作、基本となる技およびそれらの関連技術を用いて、攻防を展開している。 【技能】	○観察
8分	6. 整理運動を行う。 7. 本時の評価と次時の課題を整理する。 8. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○礼法、所作を行い、相手を尊重する態度を示していた生徒、および相手の動きに応じながら、基本動作、基本となる技およびそれらの関連技術を用いて、攻防を展開できていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

2 学年 10/10 **本時の目標** 本単元で学習した事項（相撲の礼法・所作および武道の伝統的な考え方、技の名称や方法、試合の方法、相撲の練習により高まる体力）について理解する。【知識・理解】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
5分	1. 集合、整列および挨拶をする。 2. 本時のねらい、学習内容の説明	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認をする。 ○本時の目標、学習内容などを説明し、記述させる。 ○団体戦のチームごとに整列させる。		
35分	3. 単元の要点を記述する。 学習ノート、筆記試験など 4. 既習技、関連技術を整理、確認する。 5. 学習成果を確認する。 映像視聴 表彰 6. 学習成果の評価、発表を行う。 チームミーティング 全体討議	○単元全体の要点をおさえた内容とする。 ＜要点＞ ・礼法および所作 ・相撲の練習により高まる体力など ○基本となる技とそれらの関連技術について確認し、学習ノートにまとめさせる。 ※資料や掲示物を用いて振りかえさせる。 ○団体戦および個人戦を撮影した映像を視聴させる。 ○団体戦および個人戦の3位までを表彰する。 ○敢闘賞および技能賞を表彰する。 ○チーム・ミーティング これまでの練習の方法や試合の行い方について整理するとともに、団体戦、個人戦の結果を振り返り、学習の成果、課題を学習ノートにまとめるよう指示する。 ○全体討議 各チームの代表に、チーム・ミーティングのまとめを発表させる。 ○教員による総括 ・本単元の成果、課題を明確化し、次単元（3年次選択）の目標を示す。 ・武道では、単に相手に勝つことをめざすのではなく、礼法を身に付けることなどをおして、人間として望ましい自己形成を重視していることを説明する。これまでの学習を振り返り、この点に関する成果を学習ノートにまとめさせる。	○相撲の礼法・所作および武道の伝統的な考え方、技の名称や方法、試合の方法、相撲の練習により高まる体力について書き出している。【知識・理解】	○学習ノート 筆記試験など
10分	7. 学習ノートを仕上げ、提出する。 8. 整列、挨拶を行う。	○本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入する。 ○本時を含めて全体を総括し、学習ノートにまとめる。		

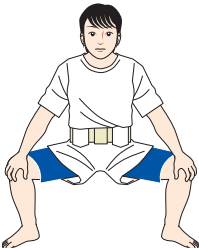


3 学年
1/10本時の
目標

相撲に必要な体力要素とその高め方について理解する。【知識・理解】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
5分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本単元の目標および学習活動を理解する。 3. 本時のねらい、学習内容を説明する。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装の指示をする。 上下体育着、スポーツシューズ、つめ、ヘアピン、めがね等 ○本単元に必要な用具、施設の説明をする。 ・柔道の帯、簡易まわし・相撲パンツ、またはまわし、土俵、グラウンド、相撲マットまたは柔道場、体操用マット ・柔道場、体育館フロア、グラウンド、または土俵 ○2年次の単元からの流れを示し、生徒が単元目標および学習活動について理解しやすいように、工夫して説明する。 ○学習ノートの使い方について説明し、本単元の目標・学習内容などを記述させる。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○学習ノートに本時の目標、学習内容などを記述させる。		
40分	4. 2年次の単元の映像を視聴して課題等を確認し、関心・意欲を高める。 5. 2年次の単元で学んだ基礎知識を確認する。 歴史、特性、礼法、用具など 基本となる技・関連技術の要点およびその練習方法 6. 相撲に必要な体力要素とその高め方を理解する。 7. 体ほぐしの運動を行う。 簡易的な試合 既習技に限定した相撲 	○映像の準備に際しては、課題の確認および意欲の喚起ができるように、内容を吟味する。 ○生徒の関心が高まるように、解説を加える。 ○技の名称や方法、相撲の練習により高まる体力、試合の行い方、武道の伝統的な考え方について復習する。 ○特に、礼法や伝統的な考え方に関しては、今後の学習と関連づけて、その重要性を強調する。 ○前単元で学習した、基本となる技・関連技術の要点およびその練習方法について整理し、パワーポイントやプリントなどの視聴覚教材を用いて解説する。 ○体力の概念および構成要素について説明する。 ○1・2年次の体験から、相撲に必要な体力要素が何であるかを理解させる。 ○相撲に必要な体力要素の高め方について説明する。 ○柔道の帯、バスタオル、簡易まわし、または相撲パンツを着用させる。 ※まわしを使用する場合には、この時間を使ってまわしの着用方法を指導する。 ○準備運動を行わせる。 ○安全確保の観点から、受け身の練習をさせる。 ○前単元で指導した既習技を確認してから、行わせる。 ○対戦の前と後に必ず立礼をするように指導する。 ○体格別に4、5人のグループに分け、複数回対戦させる。 ○グループ内で審判を決めて行わせる。	○相撲に必要な体力要素とその高め方について言ったり書き出したりしている。【知識・理解】	○発言・発表、学習ノート
5分	8. 整理運動を行う。 9. 本時の評価と次時の課題を整理する。 10. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○相撲に必要な体力要素とその高め方について発言していた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容と感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年 2/10 **本時の目標** 簡易的な試合で、自己の役割を責任をもって自主的に果たそうとすることができる。
【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を説明する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装・用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。 特に頸部は入念に行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、腰割り、四股、運び足、仕切り、立ち合い、受け身  5. 基本となる技を学習する。 既習技の復習 押しとその関連技術 寄りとその関連技術 前さばき 投げ技（「出し投げ」）とその関連技術 新たな技の学習（約束練習） 投げ技（「上手投げ」、「下手投げ」） 6. 簡易的な試合を行う。 既習技に限定した相撲	○教員の一斉指導のもとで、動作を確認しながら行わせる。 ※単調な活動になりがちなので、生徒が関心をもって取り組むことができるように工夫する。 ○立ち合い、受け身は2人1組で行わせる。 ○立ち合いは、仕切りから素早く相手に当たることができるように指導する。 ○受け身は、中腰の構えから受ける側の右胸に当たり、身体を丸めて安全に転がることができるように指導する。 ○相手に当たり、素早く押すことができるように練習させる。 ○押しの関連技術として、低い姿勢から押し上げることおよび脇をしめ背中を丸めて押すことを復習させる。 ○相手に当たり、素早く寄ることができるように練習させる。 ○寄りの関連技術として、上手は深く下手は浅く取ること、腕を返すこと、下手側に寄ることを意識して前に出るように指導する。 ○おっつけ、絞り込み、いなし、巻き返しを復習させる。 ○「上手出し投げ」、「下手出し投げ」を復習させる。 ○相手を寄ってから「出し投げ」をうち、さらに寄るという連続技として捉えるよう指導する。 ○出し投げをうつ際、体を開くよう指導する。 ○「上手投げ」、「下手投げ」の要点を解説する。 ＜要点＞ ・相手を寄ってから投げる。 ・体を開いて投げる。 ○四つに組んだ状態から、左右練習させる。 ○簡易的な試合を行う前と後に、必ず立礼をするように指導する。 ○各自、試合の中で既習技の中から技を決めて行ってみよう指導する。 ○勝敗にこだわらず、技能の習熟を心がけるように指導する。 ※体格や習熟度が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。	○簡易的な試合で、自己の役割を責任をもって自主的に果たそうとしている。 【関心・意欲・態度】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○簡易的な試合で、自己の役割を責任をもって自主的に果たそうとしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
3/10本時の
目標

基本となる技（投げ技）ができる。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。 特に頸部は入念に行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、腰割り、四股、運び足、仕切り、受け身、立ち合い 5. 基本となる技を学習する。 （約束練習） 押し、寄り、前さばき、投げ技（出し投げ）とそれらの関連技術 投げ技 「上手投げ」、「下手投げ」	○教員の斉指導のもとで、動作を確認しながら行わせる。 ※単調な活動になりがちなので、生徒が関心をもって取り組むことができるように工夫する。 ○2人1組で行わせる。 ○立ち合いは、仕切りから素早くかつ強く相手に当たることができるように指導する。 ○受け身は、中腰の構えから受ける側の右胸に当たり、身体を丸めて安全に転がることができるように指導する。 ○押しとその関連技術および押しに関連した前さばき（おっつけ、絞り込み、いなし）について、複合的に練習させる。 ○寄りとその関連技術、出し投げおよび寄りに関連した前さばき（おっつけ、絞り込み、巻き返し）について、複合的に練習させる。 ○2人1組で技をかける側と受ける側を決めて、練習する。 ○相手を寄つめてから技を打ち、さらに寄るという連続技として捉えるよう指導する。 ○受ける側が立ち合いで左を差し、投げる側は右上手を取って前に出て、右から「上手投げ」（あるいは、左から「下手投げ」）で投げるという練習をさせる。 ○左右を入れ替えて練習させる。 ＜「上手投げ」・「下手投げ」の要点＞ ・相手を寄ってから投げる。 ・体を開いて投げる。 ※習熟度に応じて、「すくい投げ」を解説する。	○投げ技ができる。【技能】	○観察
8分	6. 簡易的な試合を行う。 既習技に限定した相撲 7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○3人1組で、2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ○各々の試合の中で、各自、既習技の中から技を決めて行ってみよう指導する。 ○試合の中で、既習技をなるべく多く試してみるよう指導する。 ○勝敗にこだわり過ぎず、技能の習熟を心がけるように指導する。 ※体格や習熟度が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ○基本となる技（投げ技）ができていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
4/10本時の
目標

簡易的な試合で健康・安全を確保することができる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、腰割り、四股、運び足、仕切り、立ち合い、受け身  5. 基本となる技を学習する。 (約束練習) 押し、寄り 吊り 6. 簡易的な試合を行う。 多様な技を用いた相撲	○教員の一斉指導のもとで、動作を確認しながら行わせる。 ※単調な活動になりがちなので、生徒が関心をもって取り組むことができるように工夫する。 ○立ち合い、受け身は2人1組で行わせる。 ○立ち合いは、仕切りから素早くかつ強く相手に当たることができるように指導する。 ○受け身は、中腰の構えから受ける側の右胸に当たり、身体を丸めて安全に転がることができるように指導する。 ○2人1組で、立ち合いからの押し、寄りの練習をさせる。 ○2人1組で立ち合いからの寄りの練習をさせる。 ○吊りについて解説し、練習させる。 <吊りの要点> ・十分に腰を下ろして、相手より重心を下げてから持ち上げる。 ○3人1組で、2人が相撲を取り、1人は審判とする。 ○既習技にとらわれず、相手の動きに応じて、自由に攻防を展開するよう指導する。 ○簡易的な試合を行う前と後に、必ず立礼をするように指導する。 ○安全に配慮し、ルールを守って試合を行うよう指導する。 ※体格や習熟度が同程度の者同士で、相手を変えて複数回行わせる。 ※試合の中での良い例や悪い例を示し、解説する。	○簡易的な試合で健康・安全を確保している。【関心・意欲・態度】	○観察
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○簡易的な試合で健康、安全を確保していた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
5/10**本時の
目標**

健康や安全を確保するために、習熟度や体調に応じて適切な練習方法を選ぶことができる。【思考・判断】

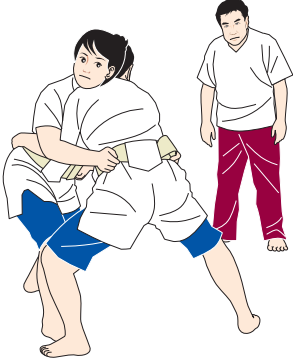
時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、腰割り、四股、運び足、仕切り、立ち合い、受け身 5. 得意技を習得する。 (グループ学習) 6. 試合を行う。 5人制または7人制の団体戦	○男女それぞれ、押しグループ、寄りグループに分ける。 (1 グループが5人程度になるよう調整する) ○グループごとに、基本動作を確認しながら行わせる。 ※四股、腰割り等では、号令をかけ行わせる。 ○本時以降3時間は、自主活動が中心になることを伝え、その進め方について説明する。 ・これまでの学習ノートを振り返り、練習方法を確認するよう指導する。 ・計画立案および実際の活動に当たっては、仲間と相談・協力して進めるよう指導する。 ・グループ学習では、運動観察が重要となることを説明する。 ○各グループで、得意技を身に付けることを目標とした、本時および次時の練習計画を立てさせる。 ○練習計画を各自ノートにまとめるよう指導する。 ○本時の練習計画にもとづいて自主活動を行うよう指導する。 ○巡回し、適宜、助言・指導を行う。 ○必要に応じて、自主活動の参考となる資料を配布する。 ○正規の審判法について説明する。 ・すべての動作を土俵内で行う。 ・開始の礼は塵浄水をもって行わせる。 ・そのほかは、略式から一步進んだ審判方に同じ。 ○競技方法の説明をする。 習熟したい技ごとのグループからそれぞれ、数人ずつ出し、チームを編成する。 ※リーグ戦にするかトーナメント戦にするかについては、チーム数により決定する。 ○進行(アナウンス)、記録の方法について確認し、担当を決めておくよう指導する。 ○試合を行う前の塵浄水、後の立礼をしっかりとるように指導する。 ○安全に配慮し、ルールを守って試合を行うよう指導する。 ○団体戦終了後にミーティングを行い、良かった点や改善すべき点などを学習ノートにまとめさせる。	○健康や安全を確保するために、習熟度や体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。【思考・判断】	○観察、学習ノート
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○健康や安全を確保するために、習熟度や体調に応じて適切な練習方法を選んでいた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
6/10**本時の
目標**

自己の技能・体力の程度に応じて、自己に適した攻防の仕方や得意技を選ぶことができる。【思考・判断】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、 腰割り、四股、運び足、仕切り、 立ち合い、受け身  5. 得意技を習得する。 (グループ学習) 6. 試合を行う。 各グループでの個人戦	○前時のグループごとに、基本動作を確認しながら行わせる。 ○前時の課題を基に、自己の課題や体力、技能に応じ、本時の練習計画を見直す。 ○練習計画にもとづいて自主活動を行うよう指導する。 ○巡回し、適宜、助言、指導を行う。 ○リーグ戦にするかトーナメント戦にするかについては、グループの人数により決定する。 ○審判、進行係、記録係等については、担当を決めて行わせる。 ○試合前の塵浄水と後の立礼は必ず行わせる。 ○安全に配慮し、ルールを守って試合を行わせる。 ○試合後に相互に評価・助言し合い、学習ノートにまとめるよう指導する。	○自己の技能・体力の程度に応じて、自己に適した攻防の仕方や得意技を選んでいる。【思考・判断】	○観察、学習ノート
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○自己の体力、技能の程度に応じて、自己に適した攻防の仕方や得意技を選んでいった生徒、およびグループ学習の中で、仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘していた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
7/10**本時の
目標**相手を尊重し、試合の中で、伝統的な礼法、所作を大切にしようことができる。
【関心・意欲・態度】

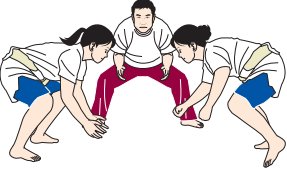
時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、腰割り、四股、運び足、仕切り、受け身、立ち合い 5. 得意技を習得する。 (グループ学習) 6. 試合を行う。 体格別個人戦 	○グループごとに、基本動作を確認しながら行わせる。 ○前時の課題を基に、自己の課題や体力、技能に応じ、本時の練習計画を見直す。 ○練習計画にもとづいて自主活動を行うよう指導する。 ○巡回し、適宜、助言、指導を行う。 ○ミーティングなどを通して、グループ学習の成果をまとめさせる。 ○男女とも、体格別に3グループに分け、個人戦を行う。 ○リーグ戦にするかトーナメント戦にするかについては、人数により決定する。 ○審判、進行係、記録係等については、担当を決めて行わせる。 ○武道の伝統的な考え方を意識しながら試合にのぞむこと、また、相手を尊重し、伝統的な礼法、所作を自ら大切にすることを指導する。 ○安全に配慮し、ルールを確認して試合を行わせる。 ○試合後に相互に評価、助言し合い、学習ノートにまとめるよう指導する。	○相手を尊重し、試合の中で、伝統的な礼法、所作を大切にしようとしている。 【関心・意欲・態度】	
8分	7. 整理運動を行う。 8. 本時の評価と次時の課題を整理する。 9. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○グループ学習の中で、互いに助け合い教え合おうとしていた生徒や得意技を身に付けていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
8/10**本時の
目標**勝敗を競う楽しさや喜びを味わいながら、試合に自主的に取り組もうとすることがで
きる。【関心・意欲・態度】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標、学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、 腰割り、四股、運び足、仕切り、 立ち合い、受け身 5. 試合を行う。 試合方式、審判法および礼法、 所作 グループ別個人リーグ戦 (無差別個人戦予選)	○前時までのグループごとに、基本動作を確認しながら行わせる。 ○リーグ戦およびトーナメント戦について復習する。 ○審判長、主審、副審の役割について説明する。 ○塵浄水、勝負が決した後の立礼および勝ち名乗りについて確認させる。 ○記録係および進行係について確認させる。 ○試合場の安全確認の方法、禁止技、禁止事項について説明するとともに、自主的に安全確保に努めるよう指導する。 ○技能習熟のために、他を観察し、相撲特有の間合いや気合い等を感じる「見取り稽古」が有効であることを説明する。 ○本時のグループ別個人リーグ戦を、次時の無差別個人決勝戦の予選とする。 ○任意に男女それぞれ、1 グループ 4、5 人程度となるようにグループ分けする。 ○グループ別に個人リーグ戦を行わせる。 ○各グループの上位 2 人が決勝戦に進むものとする。	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わいながら、試合に自主的に取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】	○観察
8分	6. 整理運動を行う。 7. 本時の評価と次時の課題を整理する。 8. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○勝敗を競う楽しさや喜びを味わいながら、試合に自主的に取り組もうとしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
9/10**本時の
目標**

相手の動きの変化に応じながら、基本動作と基本となる技ならびに得意技を用いて、攻防を展開できる。【技能】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
7分	1. 集合、整列および挨拶をする。 健康および服装の確認をする。 2. 本時のねらい・学習内容を理解する。 3. 準備運動を行う	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認および健康観察をする。 ○服装、用具の確認をする。 ○ねらい、学習内容を生徒が理解しやすいように説明する。 ○本時の目標・学習内容などを記述させる。 ○準備運動を行わせる。		
35分	4. 基本動作を復習する。 蹲踞姿勢、塵浄水、中腰の構え、腰割り、四股、運び足、仕切り、立ち合い、受け身  5. 試合を行う。 5人制または7人制の団体戦 無差別個人決勝戦	○グループごとに、基本動作を確認しながら行わせる。 ○グループ間であるべく習熟度に偏りが少なくなるように、チーム編成する。 ○リーグ戦にするかトーナメント戦にするかについては、チーム数により決定する。 ○前時で予選を通過した者による無差別個人決勝戦を行わせる。 ○リーグ戦にするかトーナメント戦にするかについては、人数により決定する。 ○安全に配慮し、ルールを守って試合を行うよう指導する。 ○武道の伝統的な考え方を意識しながら、塵浄水や勝負が決した後の立礼および勝ち名乗りを行うよう指導する。	○相手の動きの変化に応じながら、基本動作と基本となる技ならびに得意技を用いて、攻防を展開している。 【技能】	○観察
8分	6. 整理運動を行う。 7. 本時の評価と次時の課題を整理する。 8. 片づけ、整列、健康状態の確認、挨拶を行う。	○相手の動きの変化に応じながら、基本動作と基本となる技ならびに得意技を用いて、攻防を展開できた生徒、および試合の中で伝統的な礼法、所作を大切にしようとしていた生徒を称賛する。 ○各自に、本時の学習内容、自己評価、課題、感想を学習ノートに記入させる。		

3 学年
10/10**本時の
目標**

相撲の基本的事項（相撲の礼法・所作および武道の伝統的な考え方、技の名称や方法、試合の方法、運動観察と見取り稽古の方法）について理解する。相撲を継続して楽しむための自己に適したかかわり方を見つけることができる。【思考・判断】

時間	学習活動	指導上の留意点	評価内容	評価方法
5分	1. 集合、整列および挨拶をする。 2. 本時のねらい、学習内容を理解する。	○集合、整列、挨拶の指示をする。 ○出欠確認をする。 ○本時の目標、学習内容などを説明し、記述させる。 ○団体戦のチームごとに整列させる。		
35分	3. 単元の要点を記述する。 学習カード、筆記試験など 4. 学習成果を確認する。 映像視聴 表彰 5. 学習成果の評価、発表を行う。 チームミーティング 全体討議	○単元全体の要点をおさえた内容とする。 ＜要点＞ ・既習技、関連技術の名称、方法 ・相撲の伝統的な考え方（礼法など） ・見取り稽古や運動観察の方法 ・必要な体力要素とその高め方 ・正規の試合の行い方や審判法 ○団体戦および個人戦を撮影した映像を視聴させる。 ○団体戦および個人戦の3位までを表彰する。 ○敢闘賞および技能賞を表彰する。 ○チームミーティング 団体戦、個人戦の結果やそれまでの練習を振り返り、学習の成果を学習ノートにまとめるよう指示する。 ○全体討議 各チームの代表に、チームミーティングのまとめを発表させる。 ○教員による総括 本単元の成果を整理する。	○相撲の礼法、所作および武道の伝統的な考え方、技の名称や方法、試合の方法、運動観察と見取り稽古の方法について書き出している。 【知識・理解】 ○相撲を継続して楽しむための自己に適したかかわり方を見つけている。【思考・判断】	○学習ノート、筆記試験など ○学習ノート 発言・発表
10分	6. 学習ノートを仕上げ、提出する。 7. 整列、挨拶をする。	○本時の学習内容、自己評価、感想を学習ノートに記入する。 ○本時を含めて全体を総括し、学習ノートにまとめる。		

