

第2学年 保健体育科学習指導案

対象 2年5, 6組 女32名 計32名

指導者 村山 雅子

1 単元名 ダンス 現代的なリズムのダンス

2 単元について

(1) 生徒について

本単元に関わる学習内容について事前アンケートを行ったところ、次のような結果となった。

ダンス経験	創作ダンス 2人 フォークダンス・民謡（さんさ踊りなど） 23人 現代的なリズムのダンス 6人
現代的なリズムのダンス学習への期待度 ダンスの印象	0～29% 1人 31～59% 14人 60～81% 8人 80～100% 8人 肯定的…楽しそう、かっこいい、キレがある、踊っている人も見て18人 いる人も楽しめる、憧れる 否定的…難しそう、覚えるまで時間がかかりそう、運動神経がある人13人 が上手に踊れる、疲れる、リズムがとれない
学習で身につけたい力	リズム感 15人 柔軟性 16人 平衡性 1人 筋持久力 5人 動き方（ステップの種類） 6人 動きをつなげて踊ること 9人 自己表現力 7人 仲間と踊ること 14人

ダンス学習への期待度は予想していたより高く、意欲も感じられる。ダンス領域は未修だが、体育祭の応援合戦で3年生から教わり、踊る経験をしている。

本単元では、仲間とリズムに乗って踊る楽しさを味わいながら「難しい」や「疲れる」という印象から「難しいけれど、楽しい」「疲れるけれど、楽しい」などのように、前向きにダンスに親しみ楽しむ態度を養うことを学習のねらいとする。動きを作り、教えあうことでダンスをより身近に感じられるようにしたいと考え、この単元を設定した。

(2) 教材について

ダンスは、「創作ダンス」、「フォークダンス」、「現代的なリズムのダンス」で構成され、イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流を通して仲間とのコミュニケーションを豊かにすることを重視する運動で、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージをとらえて自己を表現したりすることに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

中学校のダンス授業ではイメージをとらえたり深めたりする表現をすること、伝承されてきた踊りを踊ること、リズムに乗って全身で踊ることや、これらの踊りを通じた交流や発表ができるようにすることが求められる。特に現代的なリズムのダンスでは、ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの曲で踊るダンスを示しており、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って体幹部を中心に全身で自由に弾んで踊ることをねらいとしている。

ダンスはリズムカルな全身運動であり、継続して行うことで柔軟性、平衡性、筋持久力が高められる点からも、ダンスを中学生の時期に行うことは大変効果的である。

(3) 指導について

単元の導入からリズムジャンプを準備運動として取り組み合わせることで「リズムの特徴をとらえる」下地を作るようにしていきたい。

単元のはじめでは、「できそう」、「できたら楽しそう」と思える動き方（ステップ）の紹介や実演から、動きのイメージを持たせるようにする。

中盤では、学習した動きの中から、自分にあった動きを考え、ペアやグループで踊る場を設定し、教えあいができるようなグループ活動を展開する。

後半は、まとめとなる発表に向けてダンスを構成し、踊り込むことでより良い動きを見つけながら作り上げていく楽しさを味わわせたい。

3 単元の目標

(1) 運動の技能

リズムに乗って踊ることや、まとまりのある動きで、踊ることができる。

(2) 運動への関心・意欲・態度

リズムに乗ることを意識して取り組もうとしている。また、互いの違いやよさを認め合い、協力して練習しようとする。

(3) 運動についての思考・判断

自己の能力に適した課題の解決に向けて、踊って確かめたり、見せ合ったりして動き方を選ぶことができる。また、自分や仲間の動きや取り組みのよさを見つけることができる。

(4) 運動についての知識・理解

ダンスの特性や学び方、交流や鑑賞の仕方を理解することができる。

4 指導と評価の計画

時	学習内容	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解
小5, 6	表現運動 リズムダンス フォークダンス	互いのよさを認め合い助け合って練習や発表をしたり、場の安全に気をつけて運動しようとしている。	自分やグループの課題の解決に向けて、練習や発表の仕方を工夫している。	表したい感じを表現したり踊りの特徴をとらえたりして踊ることができる。	
1 2 3 4 5	オリエンテーション・体ほぐし いろいろなリズムの動きをとらえて踊る。	リズムの特徴をとらえながら基本的な動きに取り組もうとしている。	リズムの特徴をとらえながら動き方を工夫している。	リズムの特徴をとらえて踊ることができる。	特性や学習の計画、成り立ちを理解している。
6	習得した動きを活かして、自分に合った動きを作る。		習得した動きの中から、自分に合った動きを見つけている。		これまでに習得した動きの具体例を挙げている。
7 [本時]	動きをつなげる ・ペア ・4人	互いの動きやアイデアの良さを認め合い、楽しく踊ろうとしている。	仲間の動きの良さを見つけるとともに、自分たちの動きの良さ及び課題点を見出している。		
8	動きを組み合わせる ・4人 ・グループ	リズムに乗って踊る楽しさを味わおうとしている。	踊り合いや話し合いから動き方を選び、変化を加えている。		
9 10 11 12	発表会に向けた練習 リハーサル 発表会 鑑賞交流会	動きをより良くしようと協力して練習しようとしている。	仲間の良い動きや表現などを見つけている。	リズムに乗って全身で踊ることができる。 まとまりをつけて作品を作り上げ、発表し、見せ合うことができる。	表現の仕方について理解している
中3～	ダンスを实践できる態度を養う	自発的にダンスを楽しもうとしている。	時・場・仲間に応じてダンスを選び、再構成している。	感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりすることができる。	教科外や地域への広がり、多様な楽しみ方を知る。

5 本時の指導

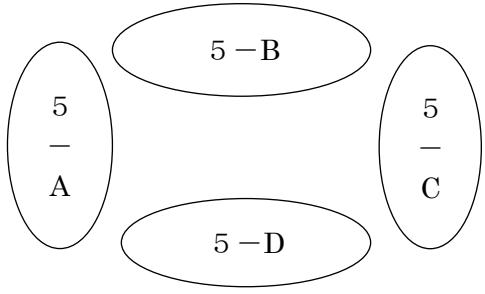
(1) 目標

ペアや4人組で考えた動きを伝え合い、軽快なリズムに乗り全身で弾みながら踊ることができる。

(2) 評価規準

評価の観点	評価規準
運動への関心・意欲・態度	互いの動きやアイディアの良さを認め合い、楽しく踊ろうとしている。
運動についての思考・判断	仲間の動きの良さを見つけるとともに、自分たちの動きの良さ及び課題点を見出している。

(3) 展開

段階	学習活動	●指導上の留意点 ◎評価
導入 1 2 分	1 準備運動 補強運動 リズムジャンプ 2 課題の確認 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> ペアや4人組で動きを考えながら、リズムに乗って踊ろう。 </div>	● 声掛けしながら動作を合わせるようにすることで、リズムに合わせて動く感覚を養うようにする。
展開 3 0 分	3 課題の解決 (1) 自分の動きを確かめながら踊る。 (2) ペアで動きをつなげる。 ・ 互いの動きを見せ合い、それぞれの動きをつなげて、練習する。 (3) 4人で動きをつなげる。 ・ ペアの動きを見せ合い、それぞれの動きをつなげて、練習する。 4 発表 (1) 4人組で考えた踊りを交流し合う。 (2) 動きの良さを見つけながら鑑賞する。	●前時に考えた動きを確かめながら踊るようにさせる。 ●踊りを真似たり、言葉で伝えたりさせながら、ペアや4人組で動きをつなげ合うようにさせる。 ◎互いの動きやアイディアの良さを認め合い、楽しく踊ろうとしている。 (関心・意欲・態度)【観察】 ●順番に発表させ、お互いの動きのよさを伝え合わせるようにすることで、自分たちの動きの特徴についても気づくことができるようにしていく。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>【例】A→B→C→Dの順に発表する。 お互いに見合って良かったところを伝え合い、自分たちの動きの特徴を確かめる。</p>  </div>	◎ 仲間の動きの良さを見つけるとともに、自分たちの動きの良さ及び課題点を見出している。 (思考・判断)【発表・学習カード】

終末 8分	5 振り返り 本時の活動を振り返り、学習カードに記入する。	●互いに考えた動きをつなげて踊ることの楽しさや、一人で踊るよりも、複数で踊ることの心地良さに気づくことができるようにさせたい。
	【振り返り 例】 学習で気付いたこと、できたこと <ul style="list-style-type: none"> 自分が考えた動きで、仲間と踊れたことが楽しかった。 実際にやってみたら、合わなかったのでリズムを確認したい。 次の時間は〇〇さんのグループの動き方を参考にしたい。 	
	6 整理運動 7 次時の確認	●次時は、4人組の動きをもとに、さらに人数を増やししながら、変化を加えて踊り込むことを確認し、次時への意欲をもたせる。

(4) 板書計画

現代的なリズムのダンス

学習課題
 パアや4人組で動きを考えたから、リズムに乗って踊ろう。

見通し
 W-up
 課題確認
 活動 考えた動きをいそいそ練習する
 交流 考えた踊りを見せあう
 まとめ
 C-down

①自分の動きを確かめる
 ②パア
 ③4人組

ま と め

- 協力して踊ることができたか
- 自分たちの動きの特徴や課題、仲間の動きの良さを見つけることができたか
- 気付いたこと、できたこと

2年ダンス学習
 学習計画と振り返り
 学習計画
 振り返り

6h 動き作り
 動き作り
 1 2 3 4 5 6 7 8
 1 2 3 4 5 6 7 8

7-5h 仲間の動きの良さを発見しよう
 仲間の動きの良さを発見しよう

9h-6h 定まりのある動き
 定まりのある動き

1-1h 発表・感想ポイント
 発表・感想ポイント

1-2h 学習のまとめ
 学習のまとめ