

# 保健体育科学習指導案

日 時 平成20年 7月 4日 (金) 2校時

学 級 1年3, 4組女子 42名

授業者 阿 部 幸 子

## 1 単元名 ダンス「創作ダンス」

## 2 単元について

### (1) 生徒観

1年3, 4組の生徒は、体育の授業は、意欲的に取り組む生徒が多く教科リーダーの指示のもと準備運動をしっかりと行うことができる。1年生は入学してから体づくり運動・陸上運動を行ってきている。その中で、運動能力差は大きい。

陸上運動では、個人とペアでの動きまでしか学習形態としてすすめていない。ダンスは個人の動きと、集団でなければ達成できない動きもあるので、学習の幅を広げられるよい機会にしたい。生徒は創作ダンスを小学校でも触れてきておらず、初めての運動になる。ダンスときいて思い浮かべるのは日本舞踊が多く、次にバレエ、ジャズダンス、ヒップホップであった。ダンスの印象は5段階でみると大好き1名 好き14名 普通22名 嫌い 4名 大嫌い1名であった。実際にダンス学習をしていい印象を持たせられるよう努めたい。

### (2) 教材観

創作ダンスは、個人や集団で表したいイメージをとらえて踊り、めりはりのあるひと流れの動きや簡単な作品などにまとめて表現する運動である。イメージは、自然や生活・感情などにわたるが走る、跳ぶ、回る、伸びる、縮むなどの全身や部分の動き、集まる・離れるなどの群れの動きを用いて多様に表現する。

創作ダンスは、ダイナミックで多様な運動を用いて表現したり、心身を投じて踊るところに特徴がある。こうした運動特性は次のような効果をもたらすと考えられる。

- ・感情を内包したダイナミックで繊細な動きができるようになる。
- ・創造的なコミュニケーション体験から、仲間との親しい関わりや共感が味わえる。
- ・自己を解放し、実現する体験が得られる。
- ・豊かにイメージする力や創造的な問題解決力が育まれる。

生徒から見た教材の魅力は、なりきって踊る楽しさや喜びがある。また仲間と動きを工夫しあって表現し、見せ合って表現のよさを認め合ったり、感動を分かち合ったりする楽しさや喜びがある。

### (3) 指導観

ダンスの学習をするのは、はじめての生徒であるので、まずは興味・関心を引き出すところからスタートさせ、ダンスの学習内容を身につけられるようにしたい。

表したい対象と出会わせることや、何をどのようにしていくかという学習の進め方や見通し、仲間との協力的なかわりが必要となる。そのために、実際に動きながら工夫するなど、互いの違いやよいところを認め合っただれとでも踊ろうとしたり、協力しあって発表したりする態度を大切にしたい。また、ダンスのよさを生かし、個人やグループの個性に応じられるような流れの工夫をしていきたい。

### 3 自分の思いや考えをみつめさせ、自分を変えさせていく学び方の指導構想

#### (1) 「自分をみつめる」場の構想

本時に提示する運動課題から、運動の探求（運動からイメージへ）をしていく。

まずは、指示されている動きができるようにしていく（自分の身体で動く）ことで、自分をみつめる。最初は、どういう感じかということと言わない。だんだんにあとでどんな感じがするのかなあ・・・と思って踊るかに触れさせていくことで、今、やっているのはどんな感じがするか思いながら踊るようにさせたい。そのために、ペアでの観せ合いを交流の場に設けた。相手の動きにも触れることにより、ああいう風に観えるのか・・・と確認できるので、もう一度自分を見つめることになるであろうと考える。

#### (2) 「自分をみつめる」評価のあり方

自己評価をするためには、自分の目指す姿を明確に持ち、実際の自分の姿を客観的かつ正確につかむことが必要である。そこで、自分の目指す姿を明確に持つために、本時に自分がどうしても達成させたい姿を「個人目標 B」、目標 B が達成され、さらに高いところを目指すときの姿を「個人目標 A」として設定される。本時の中でどこまでできればいいのか自分で評価するために自分自身の評価規準を設定し、その自分自身の評価規準をもとに練習できているのかを、ペアやグループ内での評価をもとに、自分で評価を行うようにする。

### 4 単元の評価規準と指導の重点

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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・創作ダンスの特性に関心を持ち踊る楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。</li> <li>・ダンスウォーミングアップをすすんで行き、リズムカルに体を動かす心地よさや踊る楽しさを仲間と共に味わおうとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の動きからイメージをとらえ、動きを広げる工夫をする。</li> <li>・動きを互いに見せ合い、よいところを認め合い、高めあう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・恥ずかしがらず、感じを込めて思い切り体を動かし踊ることができる。</li> <li>・いろいろなイメージに対して自分の感じ方や工夫した動きを素直に表現し踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・創作ダンスはイメージを自由に表現したり、交流したりすることが楽しい運動であることを知る。</li> <li>・創作ダンスの学習の進め方やダンスのよい動きについて知る。</li> </ul>

### 5 指導計画

- オリエンテーション、ウォームアップの仕方を覚える …… 1時間
- 動きからのイメージを広げる …… 5時間（本時3／5）
  - ①「走ー止」・・・水平移動と制御の原型として 走るー止まるー走るー止まるー走るー止まる・止まる・止まる
  - ②「走ー跳」・・・垂直移動（パワー）の原型として 走るー跳ぶー走るー跳ぶー転がる
  - ③「伸ー縮」・・・身体意識の原型として 伸びるー縮むー伸びるー縮むー回る（本時）
  - ④「走ー見」・・・空間知覚の原型として 走るー見るー見るー見る
  - ⑤「集ー散」・・・群化の働きの原型として 集まるーとび散る
- 発表会を行う …… 2時間  
固定グループで（6～8人）

## 6 本時について

### (1) 本時の目標

- ・ 仲間と協力しながら意欲的に取り組むことができる。(関心・意欲・態度)
- ・ 互いに動きを見せ合ってよさを認め合い、アドバイスすることができる。(思考・判断)
- ・ 課題解決をめざし、動きからイメージをとらえ、イメージと動きをつなぐ。(思考・判断)
- ・ 表したいイメージを素直に表現し踊ることができる。(技能)

### (2) 指導の構想

本時は創作ダンス 4時間目である。前時までには水平移動の原型としての「走一止」で、フルスピード＝急ストップと最大限のエネルギーを投げ出すことを行う。次に垂直移動の原型としての「走一跳」で重力から脱して空間に身体を投げ出す人間の運動の表現にとっては、最も華麗でダイナミックな世界を体験させてきた。

ウォーミングアップは上記の動きをダンスサーキットにしてスパイラルで体験していく。

本時は身体意識の原型としての「伸一縮」を課題とした。これは四肢と軀間の最も大きい筋から最も小さい細部にわたって、筋・神経機能をめざめさせる働き（開く一閉じる）がある。

この課題では速度の変化によって、運動の質が変わることにも動きの中から気づかせていきたい。まず、課題となる運動の性質を動きで覚え、相手に観てもらおう。友達の動きを観ることで「ああいう風にみえるんだなあ」とイメージがつかめると思うので、交流の場で観せ合いを設け、後半は題名などのイメージを持って踊る・・・というようにつなげられるようにしたい。

1時間の中で、1人の表現→2人でみせあい→数人（3～8人）とだんだんに集団での表現にしていけるようにし、大きな創作表現へのステップとしたい。

### (3) 具体の評価規準

観 点	おおむね満足できると判断できる状況(B)	十分満足できると判断されるキーワード(A)	努力を要する生徒への支援の手立て例	評 価 の方法
運動や健康・安全への関心・意欲・態度	・ダンスウォーミングアップを仲間とかかわりながらすすんで行い、心と体を解放し取り組もうとしている。	・仲間との協力 ・踊る楽しさをすすんで味わう ・心も体もダンスに向ける	・動きの確認 ・サポートと声かけ	行動観察
運動や健康安全についての思考・判断	・運動課題（伸一縮）を連続して行い動きからわいてくるイメージを思い浮かべて動いている。	・熱心な動きからのイメージのとらえ ・表現のよさを見つけ友達へアドバイス	・イメージが曖昧な点を修正・助言 ↓ 自分のイメージをもつ	学習カード 発言
運動の技能	・課題を素直に動きにし、思い切り体を使って踊ることができる。	・体を極限まで動かして表現する ・感じをこめて踊る	・小さな動き→大きく動く（動きの中途半端さを助言） 新聞紙を使用	学習カード 実技

(4) 本時の展開

学習過程	学習内容と学習活動	教師の指導・支援	留意点・備考
準備	学習の準備をする		協力して準備しているか。
1 準備運動	1 ダンスウォーミングアップを行う。 ①音楽・リズムに乗って ②ダンスサーキット	1 ①教科リーダーを中心に声をかけリズムカルに進めさせる。 ②リーダーを交換しながらおこなう。 整列及び欠席者，見学者の確認をする。	CD ラジカセ
あいさつ			
2 課題把握	2 本時の学習の課題を確認する。		
<b>「伸一縮」の動きから，動きとイメージを広げよう</b>			
3 自分をみつめる	3 運動課題に取り組む。 ・伸一縮 ・伸一縮一伸一縮一回	3 動きを素早くゆったりゆっくりゆったりさせながら一人での動きをできるようにする。 動きがつかめない生徒が多い場合は，新聞紙での表現の工夫をさせる。	タンバリン 新聞紙
4 交流する	4 課題からの連想 ペアでのみせあい	4 みせあいでのポイントを指示してからはじめさせる。	
5 考えを再構築する	5 イメージをみつける イメージを出す	両極 速さの変化 続けた動き・方向	・短冊カード
6 課題を追求する	6 イメージで動く ①自分のイメージをグループ内で発表する ②数人（4～5人）で交流する	5 予想されるイメージ 素早い動き 火花・破裂・大風など ゆっくりな動き 炎・心のうずなど	CD ラジカセ
7 まとめ・ふりかえる	7 まとめと表現（ふりかえり） 学習カードに記入する ・イメージ別での交流から学んだ点 ・他の人のイメージからの動きでよかった点の紹介	7 グループでの交流から，ちがうイメージにふれ，新たに気づいた点 考えが変わった点について発表する	学習カード