

# 保健体育科学習指導案

日 時 平成25年5月31日(金) 研究授業Ⅱ  
学 級 岩手大学教育学部附属中学校  
2年CD組(女子39名)  
会 場 体育館  
授業者 加賀智子

## 1 単元名 ダンス「創作ダンス」

### 2 単元について

#### (1) 生徒観

対象の生徒は1年次に「現代的なリズムのダンス」に取り組んだ。ヒップホップのリズムに合わせて体を動かすことをねらいとして構成した単元であった。

「創作ダンス」の授業を行うのは今回が初めてである。事前アンケートで、「運動することが好きか」と尋ねたところ、「好き、どちらかというが好き」と8割近い数の生徒が回答した。「創作ダンスの授業に興味があるか」という質問に対しては、7割の生徒が「興味がある、どちらかというに興味がある」と回答をしている。校外の団体でダンスを習っている生徒が数人いるのは事実だが、ダンスを自分達で創ることが楽しみなようである。反対に「どちらかというに興味がない、興味がない」と否定的な回答をした3割の生徒は、恥ずかしさや苦手さを感じている。

また、対象の生徒は、2年生に進級しクラス替えを経て、まだまだお互いをよく分からない状態で生活し、その緊張感が伺える。この緊張感を緩和しながら、いかにダンスの特性を味わわせていくかが重点となってくる。

#### (2) 教材観

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を楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

創作ダンスは、形にとらわれず自由にイメージを構成して表現する楽しさを味わえる、仲間と協力して作品をつくる活動を通して仲間への思いやりの心・互いを認め合う態度を育てられる、一つのを創り上げ発表することで達成感を得られる、といったよさがある。これらの特性を味わうために、伸び伸びと自分を表現できる場の雰囲気大切に、思いを言葉で伝え合ったり、互いを認め合う態度の育成を図る授業展開を工夫していきたい。

創作ダンスの授業を通して、仲間にも認めてもらえたという感情から自己受容感の高まりも期待できる。その高まりが、「やってみよう」という意欲につながり、事前アンケートで否定的な回答をした3割の生徒も学びの多い単元になるよう指導展開していきたい。

#### (3) 学びの自覚化について

保健体育科における「学びの自覚化」とは、「動きを自覚すること」ととらえる。「動きを自覚する手段」は以下の3点とする。

- ① 動きがめざす動きと比べてどうなのか把握する
- ② 他者からのアドバイスから動きを把握する
- ③ 動きの変容をことばで書き出す

学びの自覚化を促す手立ては以下の通りである。

##### (1) 動きの比較

①については学習者が画像や映像で瞬時に自分やチームの動きを客観的に見ることで「動きの自覚化」を図る。

##### (2) 他者との伝え合い

②についてはグループで動きの観察を行い、観察した内容をことばで伝え合うことで「動きの自覚化」を図る。この「動きの自覚化」ができることで既習事項の「ポイント」をより自分がわかりやすい表現で伝えることが可能になってくる。この自分のわかりやすい表現が「コツ」にもつながる。

てくる。

(3) 学びの振り返り

③については単元を通して、授業の振り返りとして成果や課題を記入していくことで、その時間の学びを確認させるとともに、単元を通しての変容も自分で把握できるようにさせる。

(1) 動きの比較

表現を豊かにする動きづくりの中で、テーマ（ダイナミック、伸びる、縮むなど）が体で表現できているか iPad などを利用して客観的に自分（たち）の動きを観察する。

(2) 他者との伝え合い

毎時間のペアグループでの交流会で、見て感じたことをお互いに伝え合うことで自分（たち）の動きを確認する。

(3) 学びの振り返り

その時間の振り返りにより、自分の学び（学んだこと、わからなかったこと、できたこと、できなかったこと）を把握し、次時への意欲につなげる。教師側は、個々の学習状態を把握し、フィードバックする際の資料とする。

### 3 単元の指導目標及び評価規準

(1) 指導目標

多様なテーマや動きからイメージをとらえ、仲間との交流を通して表現する力を高めるとともに、変化のあるひとまとまりの作品を作ることができるよう指導する。

(2) 評価規準

① 創作ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるよう、互いのよさを認め合い、分担した役割を果たし、健康・安全に気を配って、学習に積極的に取り組もうとしている。

【運動への関心・意欲・態度】

② 自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。

【運動についての思考・判断】

③ 多様なテーマから表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ることができる。

【運動の技能】

③ 創作ダンスの特性、表現の仕方、関連して高まる体力などを理解している。

【運動についての知識・理解】

### 4 単元の指導計画・評価計画

(1) 指導計画

時数	学習内容	活動内容
1	○創作ダンスの特性や成り立ちについて理解する ○授業のねらいや約束、学習計画を理解する。 ○ウォーミングアップダンス（アップダンス）を理解する。	・2学年の創作ダンスの授業のねらいや約束、学習計画を学習シートや説明から理解する。 ・特性や成り立ちについて学習シートに記入する ・多様なテーマから思いつくことを書き出す。 ①「対極の動きの連続」 どんな時、どんな場面、どんなことで「走るー跳ぶー転がる」、「走るー止まる」、「伸びるー縮む」状態があるか。 ②「群（集団）の動き」 「集まるー飛び散る」からイメージするものを考える。 ・ウォーミングアップとして行うさまざまなステップを確認する。
2	○音楽に合わせて提示されたスポーツの動きを即興的にダイナミックに動く。 ○相手のよい動きを	・アップダンス、ストレッチ ○身近なスポーツを表現する（その1） ・2人組の時はリーダーの動きをまねて動く。（リーダーは交代しながら） ・ダイナミック（力強い）な動きのポイントを確認

ダイナミック＝動的なさま。力強く生き生きと躍動するさま。

		<p>認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアグループで見せ合う。</li> <li>・仲間のよかった動き、アドバイスを伝え合う。</li> <li>・学習シート記入</li> </ul>
3	<p>○一番表したい場面や動きを強調して表現する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>強調＝スローモーション，くり返し</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アップダンス，ストレッチ</li> </ul> <p>○身近なスポーツを表現する（その2）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツの動きをスローモーションにしたり，繰り返して動く。（2人組）</li> <li>・気に入ったスポーツを選び，強調したい場面や動きを考え，表現する。（スローモーションで，繰り返して）（3～4人組）</li> <li>・ペアグループで見せ合う。</li> <li>・仲間のよかった動き，アドバイスを伝え合う。</li> <li>・学習シート記入</li> </ul>
4	<p>○変化や連続のある動きで、ダイナミックにメリハリを付けて表現する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>変化のある連続の動き  「伸びるー縮む」  「走るー止まるー（見る）」  「走るー跳ぶー転がる」  「ねじるー回るー見る」</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・交流会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アップダンス，ストレッチ</li> <li>・「伸びるー縮む」「走るー止まるー（見る）」  「走るー跳ぶー転がる」を即興的に表現する。（2人組）</li> <li>・イメージがふくらんだ動きを選び，タイトルをつけ変化や連続の動きを組み合わせで表現する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアグループで見せ合う。</li> <li>・仲間のよかった動き，アドバイスを伝え合う。</li> <li>・学習シート記入</li> </ul>
5	<p>○動きからイメージをふくらませ表現する（その2）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・4人組でユニゾン，カノンで表現する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>ユニゾン＝同じ動きを同時に行う  カノン＝輪唱のようにずらす</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・交流会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アップダンス，ストレッチ</li> <li>・ユニゾン，カノンの動きからイメージをふくらませタイトルをつけて表現する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアグループで見せ合う。</li> <li>・仲間のよかった動き，アドバイスを伝え合う。</li> <li>・学習シート記入</li> </ul>
⑥ 本時	<p>○動きからイメージをふくらませ表現する（その3）～群（集団）の動きを表現する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ダイナミックに空間が変化するよう表現する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>「集まるーとび散る」  磁石，花火，マグマ，ポップコーン，ハウセンカ，光，水滴，ハエ，小鳥，視線，ありの集団に水をかけたとき，チョウチョ，金平糖，砂鉄，ビーズ</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・交流会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アップダンス，ストレッチ</li> <li>・「集まるーとび散る」を即興的に表現する。（4人組で）</li> <li>・その動きにタイトルをつけ，密集や分散を繰り返し，ダイナミックに空間が変化するよう表現する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアグループで見せ合う。</li> <li>・仲間のよかった動き，アドバイスを伝え合う。</li> <li>・学習シート記入</li> </ul>
7 8 9	<p>○仲間とともに「はじめーなかーおわり」の構成で踊る。</p> <p>「オリジナルダンスをつくろう」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アップダンス，ストレッチ</li> <li>・これまでのタイトルから表現したいタイトルを選択し，ひとまとまりの表現にして踊る。</li> <li>・タイトルにふさわしい変化と起伏や場の使い方</li> </ul>

	・交流会	で、「はじめ～なか～おわり」の構成で表現して踊る。(7～8人組) ・ペアグループで見せ合う。 ・仲間のよかった動き、アドバイスを伝え合う。 ・学習シート記入
10	○発表会	・各グループのダンスを発表する。 ・タイトルをよく表している動きに注目しながら鑑賞する。 ・互いのがんばりをたたえ合う。

(2) 評価計画

	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
1	○創作ダンスの特性や成り立ちについて理解するために意欲的に取り組もうとしている。	○2年次の創作ダンスの学習に対する見通しを持ち、自分なりの学習目標を設定している。 ○テーマにふさわしいイメージを見つけている。		○創作ダンスの特性や成り立ち、関連して高まる体力について言ったり書き出したりしている。
2 3 4 5 ⑥	○学習に積極的に取り組もうとしている。 ○互いのよさを認め合おうとしている。 ○学習を進める上で分担した役割を果たそうとしている。 ○自他の健康・安全に気を配っている。	○テーマにふさわしいイメージを見つけている。 ○イメージにふさわしいタイトルを見つけている。 ○交流の場面で、仲間のよい表現を指摘している。	○テーマや動きから表したいイメージをとらえている。 ○イメージを即興的に表現している。 ○動きに変化を付けている。 ○動きに変化を付け、ひとまとまりの表現にして踊っている。 ○空間の動きに変化を付けている。	○タイトルから表したいイメージを表現する仕方について具体例を言ったり書き出したりしている。
7 8 9	○創作活動に積極的に取り組もうとしている。 ○互いのよさを認め合い、教え合おうとしている。 ○学習を進める上で分担した役割を果たそうとしている。 ○自他の健康・安全に気を配っている。	○タイトルにふさわしいイメージを見つけている。 ○交流の場面で、ペアグループのよい表現を指摘している。	○タイトルにふさわしいイメージをとらえ、表現している。 ○人や空間の動きに変化を付けている。 ○ひとまとまりの表現にして踊っている。	○タイトルから表したいイメージを表現する仕方について具体例を挙げている。
10	○積極的に発表している。 ○他のグループのよい点を見つけようとしている。	○タイトルにふさわしいイメージを見つけている。 ○他のグループの発表で、タイトルをよく表していた動きを見つけている。	○タイトルにふさわしいイメージをとらえ、表現している。 ○人や空間の動きに変化を付けている。 ○ひとまとまりの表現にして踊っている。	○タイトルから表したいイメージを表現する仕方について具体例を挙げている。

5 本時について (6/10時間)

(1) 主 題 「ダンス」～創作ダンス

(2) 指導目標

仲間とかかわり合いながら、「集まるーとび散る」の動きからイメージをつかみ、ダイナミックに空間が変化する表現ができる。

(3) 評価規準

- ① タイトルにふさわしいイメージを見つけている。 【運動についての思考・判断】
- ② ダイナミックに空間が変化する表現をしている。 【運動の技能】

(4) 指導の構想

「集まるーとび散る」の動きを4人組で動くことからイメージをふくらませ、その動きにタイトルをつけて、さらにそのタイトルにあった表現を深めていく。表現づくりのまとめの時間として、これまで学習してきた内容（スローモーション、繰り返し、ユニゾン、カノン）も組み合わせながら「集まるーとび散る」の表現を豊かにさせていきたい。

① 導入について

Warm-upダンスで心と体を解きほぐすとともに、心拍数を上げていく。続いて、2人組ストレッチを行い、柔軟な体づくりをねらう。

② 本時の展開場面について

教師主導により、4人組で「集まるーとび散る」の動きを行う。だんだんと「集まり方」（ゆっくり集まる、後ろ向きで集まるなど）、「とび散り方」（後ろ向きで、床を滑ってなど）を工夫させる。

その後、「集まるーとび散る」にタイトルを付けさせ、そのタイトルに合った表現を深めさせていく。

ペアグループごとに作品を見合い、タイトルに合った表現ができているかどうか、工夫している点を学習シートに記入し、ペアグループにも伝える。

③ まとめについて

自分たちが表現するために工夫した点、誰のどんな動きが良かったかを書き出し、発表する。

(5) 本時の展開

段階	学習活動および学習内容	時間(分)	■「学びの自覚化」とのかかわり
導入	1 ウォーミングアップ Warm-upダンス，2人組ストレッチを行う。	7	
	2 課題把握 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; font-size: 1.2em; font-weight: bold;">ダイナミックに空間が変化する表現をしよう</div>		
展開	3 教師のリズムに合わせて「集まるーとび散る」の動きを行う。 (4人組)	33 (40)	■ペアグループの表現でタイトルをよく表していた動き、アドバイスを交流し合う。 ■自分(たち)の動きを観察し、思っていた動きと比べてどうか書き出す。
	4 「集まるーとび散る」の動きからイメージをふくらませ、タイトルをつける。		
	5 タイトルに合った表現をさらに4人で工夫していく。		
	6 ペアグループごとに見せ合い、よい動きやアドバイスを交流しあう。iPadでの撮影も行う。		

終 結	<p>7 学習の振り返り 本時の学習課題に対して自分（たち）はどうか、誰のどういう動きが良かったかを書き出し、発表する。</p> <p>8 整理運動 ストレッチを行う。</p> <p>9 あいさつ</p>	10 (50)	
--------	--	------------	--