

**令和4年度保健体育科授業充実事業**  
**中学校保健体育科授業実践事例**  
**ダンス <現代的なリズムのダンス>**



令和5年3月  
群馬県教育委員会  
健康体育課

# 1 保健体育科授業充実事業の概要

## 授業充実事業とは

中学校保健体育科授業の充実を図るため、授業実践上の課題を明らかにし、課題解決のための方策等を具体化することで、教師の指導力の向上に資する。

## 保健体育科授業の充実

## 教師の指導力向上

### 研究成果のまとめ

中学校保健体育科授業の充実を図るための資料を作成

#### 公開授業

- 委員が所属する学校を「授業充実協力校」として指定
- 研究の成果を県下に広めるため、授業を公開

#### 授業研究会

- 公開授業をもとに、授業充実のための方策を研究協議
- 指導・講評
- 情報提供

### 授業充実検討委員会の開催

授業実践上の課題を改善するための指導の在り方について研究

## 2 実践事例

期 日 : 令和4年11月30日(水)  
会 場 : 太田市立太田中学校  
単 元 : 体育分野 G ダンス 現代的なリズムのダンス  
学 年 : 2年  
授業者 : 日比野 公映 教諭 ・ 深澤 大介 教諭  
資 料 : ①学習指導案 ②資料等 ③まとめ

令和4年度授業協力校及び授業充実推進員  
太田市立太田中学校 日比野 公映 教諭

令和4年度授業充実検討委員  
高草木元浩 指導主事(東部教育事務所)  
平井 愛彦 指導主事(太田市教育委員会)  
小山 靖弘 指導主事(健康体育課)

### [参考資料]

- ・ 中学校学習指導要領解説保健体育編【文部科学省】(平成29年7月)
- ・ はばたく群馬の指導プラン【群馬県教育委員会】(平成24年3月)
- ・ はばたく群馬の指導プラン実践の手引き【群馬県教育委員会】  
(平成26年3月)
- ・ はばたく群馬の指導プランⅡ【群馬県教育委員会】(令和元年8月)
- ・ 学習評価の在り方ハンドブック(小・中学校編)  
【国立教育政策研究所 教育課程研究センター】(令和元年6月)
- ・ 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料(中学校保健体育)  
【国立教育政策研究所 教育課程研究センター】(令和2年3月)

# 保健体育科学習指導案

令和4年11月30日（水）第5校時

第2学年合同クラス：第1体育館

指導者 日比野公映（T1）

深澤大介（T2）

## 授業の視点

8又は16ビートの動きを取り入れたことは、リズムに合わせた変化のある動きを工夫したり、自分なりにできる動きを取り入れて続けて踊ったりすることに有効であったか。

### I 単元名 ダンス 「現代的なリズムのダンス」

### II 単元の考察

#### 1 生徒の実態

生徒たちは、1年生の創作ダンスの学習で、互いの考えや動きを認め合い、仲間と一緒にイメージしたことや表したいことを即興的に表現し、ひと流れの動きで踊ることを楽しんできている。

このような学習を進めてきた生徒たちは、自ら表したい動きや場面を繰り返したり、スローモーションで動いたりすることができた。また、仲間と関わり合いながら密集や分散を繰り返してダイナミックに動くことができた。そして、素早く走って、ピタッと止まることでメリハリを意識しながら動くこともできるようになってきている。

ペアやグループで考えや動きを交流する際には、仲間の考えた動きをよく見て真似したり、表したいイメージにあった動きで自分なりに表現したりすることができた。また、仲間のよいアイデアや表現に声をかけたり、認め合ったりするなど互いに協力しながら取り組むことができた。

テーマから表したいことをイメージし、それをひと流れの動きにする際は、一番表したい動きや場面を選び、その動きを繰り返したり速度を変えて動いたりして、「強調」や「変化をつける」などの工夫をすることができた。

さらに、単元のオリエンテーションを通して、踊りの由来から、ダンスが様々な文化の影響を受けて発展してきたことや民族ごとに生活習慣や心情が反映され、世代や人種、障害の有無を超えて世界の人々に親しまれてきたことを理解してきている。

本合同クラスは、2年生の全クラスを男女均等に2グループに分けて構成しており、その1つであるこのグループは、男子26名、女子27名、合計53名である。事前に行ったダンスに関するアンケート調査（2年生全員対象）の結果は次の通りである。

ダンスが「好き」「まあまあ好き」と答えた生徒は72.3%で、ダンスの授業が「楽しい」「まあまあ楽しい」と答えた生徒が80.8%であった。また、ダンスの授業の中では、「現代的なリズムのダンスをやりたい」と88.3%の生徒が答えていた。そして、ダンスの授業でどんなことが楽しいかでは、79.8%の生徒が、「仲間と踊ることが楽しい」と答えており、その他に「新しい動きを知ること」や「動きを考えること」にも楽しさを感じている生徒も多くいた。さらに、テレビやスマホ等でダンスの動画などを観ることがあるかでは、全体の半数近くの生徒が「けっこう観る」「まあまあ観る」と答えていた。

生徒たちにとって、ダンス（特に現代的なリズムのダンス）は、いつでも気軽に観て楽しむことができる存在であり、また仲間と一緒に考え踊って楽しむことができる存在であることが分かった。

このような実態から、本単元の学習を通して、ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの曲の特徴を捉えて、そのリズムに合わせて全身をつかって弾んだり、手拍子やスキップ、回る、転がるなどの変化のある動きを組み合わせたりしながら、仲間と関わって踊ることで、リズムに合わせて自由に踊ることの楽しさを感じることができるようになると考える。

## 2 教材観について

現代的なリズムのダンスとは、ロックやヒップホップなどの現代的な音楽のビートのリズムに乗って全身で踊る喜びを味わうことができる運動である。

現代的なリズムに合わせて、思いきり体全体を動かして踊ることで、体力や運動能力の向上につながったり、心を開放しストレス解消や癒しを得たりすることができる。また、互いの動きや作品を発表・鑑賞し合うことで、互いの違いやよいところを発見し、他者の考えや表現を認めながら、コミュニケーション能力を高めたり、相互理解や絆を深めたりすることができる。

そして、現代的な音楽のリズムの特徴を捉え、そのリズムに合わせてジャンプする、回る、スキップするなど様々な変化のある動きを組み合わせたり、リズムに乗って動いたりすることができる。

## 3 学習を進めるにあたっての支援及び留意点

### (1) 「つかむ」過程（単元1時間目）

○1年生の創作ダンスで学習したことを振り返り、ダンスを踊る際に意識してきた「大げさに」「メリハリ」などのキーワードや「恥ずかしがらずに堂々と」「お互いの考えや表現を認め合おう」などの目標や約束を確認することで、ダンスの授業へ臨む姿勢を明確にすることができるようにする。

○簡単な動きで複数のロックやヒップホップの曲に合わせて踊る、「8 8 4 4 2 2 1 1 1 1」のリズムで動きを工夫して踊るなどの試しの活動を設定することで、現代的なリズムのダンスの学習への思いや願いをもつことができるようにする。そして、それらの思いや願いから自分のめあてを立て、課題解決の意識や学習意欲を持って取り組めるようにする。

○ビートがはっきりしていたり、動きやすいテンポであったり、また生徒の好きな曲や耳にしたことがありそうな曲を選ぶことで、リズムの特徴を捉えやすくし、心身をリラックスさせながらリズムに合わせて楽しく動くことができるようにする。

### (2) 「追究する」過程（単元2～7時間目）

○動く速さを変えて踊ったり（8 8 4 4 2 2 1 1 1 1）、関わる相手を変えながら仲間と一緒に踊ったり（ペアチェンジ）するウォームアップを毎時間設定することで、遅いリズムや速いリズムに合わせて体を動かしたり、仲間と楽しく心身をほぐしたりすることができるようにする。

○単位時間毎に現代的なリズムのダンスにおける基本的な動きや動きの工夫の仕方を焦点化し、課題として提示することで、リズムに合った動きを身に付ける、変化のある動きを組み合わせる、リズムに乗って踊る楽しさを実感するなどができるようにする。

・足ジャンケンの動き（グー・パー・チョキ・ケン）を組み合わせる活動を設定することで、簡単なステップ（サイドステップ、ウォーキングマン等）を踏んで踊ったり、様々な足の動きを組み合わせる楽しさを味わったり

することができるようにする。

- ・体の各部位を使った単純な動きや簡単なステップで、8ビートや16ビートで動いたり、移動やストップモーションを組み合わせてたりして踊る活動を設定することで、動く速さを変えながらメリハリをつけて踊ることができるようにする。
- ・床を使った動きを取り入れて踊る活動を設定することで、踊る姿勢に高低差をつけて、足以外の各部位（手、膝、尻、腹等）も床につけながら、全身でダイナミックに踊ることができるようにする。

○考えや動きを出し合ったり、その動きに工夫を加えたりする際は、仲間の1人が、イメージした動きをリズムに合わせてすぐに表現し、その動きを他の仲間が真似をする「リーダーさんに続け」を取り入れる。その活動を通して、リズムに乗って自由に踊ったり、仲間と関わって踊る楽しさを感じたりすることができるようにする。また、互いのよい考えや動きに気付くことができるようにする。

○足ジャンケンの動き、ビートを意識したメリハリのある動き、床を使った動きなどを組み合わせて、グループで作品をつくる活動を設定することで、習得してきた動きを使ってリズムに乗って続けて踊ったり、仲間と協力してつくった踊りを一緒に踊る喜びを味わったりすることができるようにする。

○学習してきた動きを作品にまとめる際は、グループのメンバーの並び方（横2列、Vの字、円陣など）や動く順番（ソロ、デュエット、一斉など）も工夫することで、作品全体に変化を付けながら、仲間と共に協力して楽しく踊ることができるようにする。また、追究過程で使用してきた曲から1曲選んで創作活動に取り組むことで、これまで工夫してきた動きを活用したり、それらの動きをさらに発展的に活用したりできるようにする。

### (3)「まとめる」過程（単元8時間目）

○足ジャンケンの動き、ビートを意識したメリハリのある動き、床を使った動き等を組み合わせた作品をグループ毎に発表する場を設け、ダンスにおける技能の向上やリズムに合わせて体を動かす楽しさを実感したり、仲間のよいところを見付けたりすることができるようにする。

## Ⅲ 目標及び評価規準

### 1 目標

知識及び技能	次の運動について、感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通して交流することができるようにする。 ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	表現などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
学びに向かう	ダンスに積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする

力、人間性等	ること、交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。
--------	--

## 2 評価規準

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
知識	技能		
<p>・仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージを捉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ができることを言ったり書き出したりしている。</p> <p>① 様々な文化の影響を受け発展してきたことを言ったり書き出したりしている。</p> <p>・それぞれのダンスには、表現の仕方の違いがあることの具体例を挙げて説明している。</p> <p>② リズミカルな全身の動きに関連した体力が高まることを言ったり書き出したりしている。</p>	<p>① 自然な弾みやスイングなどの動きで気持ちよく音楽のビートに乗れるように、簡単な繰り返しのリズムで踊ることができる。</p> <p>② 軽快なリズムに乗って弾みながら、i 揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたき、ストップを入れるなどリズムを捉えて自由に踊ったり、ii 相手の動きに合わせて合わせたりずらしたり、iii 手をつなぐなど相手と対応しながら踊ることができる。</p> <p>③ i シンコペーションやアフタービート、ii 休止や倍速など、リズムに変化を付けて踊ることができる。</p> <p>④ i 短い動きを繰り返す、ii 対立する動きを組み合わせる、iii ダイナミックなアクセントを加えるなどして、リズムに乗って続けて踊ることができる。</p>	<p>① 提示された事例を参考に、自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定している。</p> <p>・提示された踊りのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間やグループの課題や出来映えを伝えている。</p> <p>② 提供されたテーマや表現の仕方から、自己やグループの課題に応じた練習方法を選んでいる。</p> <p>・学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。</p> <p>③ 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に応じて、グループへの関わり方を見付けている。</p> <p>・体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための表現や交流を行う方法を見付け、仲間に伝えている。</p>	<p>① ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>② 仲間の手助けをしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>③ 簡単な作品創作などについての話合いに参加しようとしている。</p> <p>・一人一人の違いに応じた表現や交流の仕方などを認めようとしている。</p> <p>・健康・安全に留意している。</p>

#### Ⅳ 人権教育とのかかわり

中学生期は、体の急激な成長だけでなく、心の様子も大きく変化していく。その変化の中で他者との関わりに悩みを抱え、いじめの問題へと発展していくことも少なくない。このような時期にいる生徒たちにとって、自己や他者のよさを認め、尊重し合う経験を多く持つことが重要である。そこで、本単元では、考えや表現を交流する場やダンスを創作していく活動を通して、互いの考えや表現に触れ、その違いやよさに気づき、互いを認め合うことができるようにしていく。

#### Ⅴ 指導と評価の計画（本時は3／8）

過程	時間	学習活動	評価機会				評価規準 〈評価方法〉
			知	技	思	態	
つかむ	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ダンスの成り立ちや特性を理解したり、学習の際の約束事や踊るときに意識するキーワードを確認したりする。</li> <li>○簡単な動きで複数のロックやヒップホップの曲に合わせて踊ったり、「8 8 4 4 2 2 1 1 1」のリズムで動きを工夫して踊ったりする試しの活動を行う。</li> <li>○活動で感じた思いや願いを話し合い、単元を通して自分が頑張っていきたいことを明らかにし、自分のめあてを立てる。</li> </ul>	①			①	<ul style="list-style-type: none"> <li>○様々な文化の影響を受け発展してきたことを言ったり書き出したりしている。 〈観察・学習カード〉</li> <li>○ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 〈観察・学習カード〉</li> </ul>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○足ジャンケンの動きを基に、様々な足の動きの組み合わせを工夫したり、工夫した足の動きでリズムに合わせて続けて踊ったりする。</li> </ul>		② i			<ul style="list-style-type: none"> <li>○軽快なリズムに乗って弾みながら、揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたき、ストップを入れるなどリズムを捉えて自由に踊ることができる。 〈観察〉</li> </ul>
	3 (本時)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○単純な動きや簡単なステップを組み合わせながら、8ビートや16ビートで動く速さを工夫したり、リズムに合わせて続けて踊ったりする。</li> </ul>		③ i ii			<ul style="list-style-type: none"> <li>○シンコペーションやアフタービート、休止や倍速など、リズムに変化を付けて踊ることができる。 〈観察〉</li> </ul>
追究する	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>○足以外の体の部位（手、膝、尻、腹等）も床につけながら、回転したり、移動したりする動きを工夫したり、組み合わせて踊ったりする。</li> </ul>	④ i		①	<ul style="list-style-type: none"> <li>○短い動きを繰り返して、リズムに乗って続けて踊ることができる。〈観察〉</li> <li>○提示された事例を参考に、自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定し</li> </ul>	



## VI 本時の学習

- 1 ねらい 簡単なステップを使って、8又は16ビートのリズムで動く速さを変えながら踊る活動を通して、休止や倍速など、リズムに変化を付けて続けて踊ることができる。
- 2 準備 ポータブルデッキ ダンス用の太鼓 フラッシュカード 学習カード  
曲（ウォーミングアップ「Butter」 主活動「Catch me,Flag!!?」）
- 3 人権教育の視点  
グループ活動の中で、互いの考えや表現を交流することを通して、仲間の考えや動きに共感し、それぞれのよさや違いを認めていく。
- 4 展開

学習活動と生徒の反応	時間 (分)	教師の支援及び留意点	評価項目 (評価方法)
<p>1, 準備体操をする。</p> <p><b>【ほぐす】</b></p> <p>2, 前時の足ジャンケンの動きを組み合わせて仲間と続けて踊る。</p> <p>3, 前時までの確認と本時のめあてをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前は、足ジャンケンの動きを色々組み合わせさせて踊ったな。</li> <li>・ 今日は動く速さを変えながら、メリハリをつけて踊るのだな。</li> </ul>	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○リズムに合わせた足の動き（ステップ）を高めたり、仲間と楽しく踊って心身をリラックスさせたりすることができるようにする。</li> <li>○前時の学習を振り返り、本時のめあて「動く速さを工夫して、メリハリをつけて踊ってみよう」を提示し、学習の見通しを持てるようにする。</li> </ul>	
<p><b>【やってみる】</b></p> <p>4, 基本の動きを使って、教師と共に試しに8又は16ビートで踊る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 8ビートよりも16ビートの方が、動く速さは速いのだな。</li> <li>・ チョキケンとは16ビートで動くと、よりランニングマンのステップになって格好いいな。</li> </ul>	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>○簡単なステップ（前時の足の動き：パーゲー、チョキケン、パーケン等）を基本の動きとして例示する。</li> <li>○ビートを意識した動きを理解したり、それらの動きを身に付けたりすることができるようにする。</li> </ul>	
<p><b>【広げる】</b></p> <p>5, 「リーダーさんに続</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○動く速さを工夫したり、仲間のよい動きに気付いたりでき</li> </ul>	

<p>け」で、8又は16ビートで踊る動きを出し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パーケンを使って、動く速さを変えて踊ってみよう。</li> </ul>	6	<p>るようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○すぐに踊ることができない生徒には、例示で出てきた簡単なステップ（パーゲー）で、動く速さを変えて挑戦するように助言する。</li> </ul>																
<p><b>【深める】</b></p> <p>6, 8又は16ビートの動きを組み合わせ、リズムに乗って続けて踊る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・はじめはパーゲーで、次にチョキケンの動きを組み合わせ、踊ってみよう。</li> <li>・パーゲーの8ビートで前に移動しながら踊るのもいいよね。</li> <li>・8ビートや16ビートで動く他にも、ストップモーションでポーズを付けると、さらにメリハリが出て格好いな。</li> </ul>	15	<p>○8又は16ビートの動きを組み合わせる際は、「リーダーさんに続け」で出た動き等を使って、1つの動きを「2×8（2エイト）」で踊る。そして、その動きを8又は16ビートで繰り返して踊るように助言する。</p> <p>○8又は16ビートで続けて踊ることができるようになってきたら、移動して踊ったり、ストップモーションでポーズをつけて踊ったりすることを指示し、ダイナミックに、メリハリを付けてさらに踊ることができるようにする。</p> <div data-bbox="678 1198 1380 1556" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;">例) [足の動き]</th> <th style="text-align: left;">[カウント]</th> <th style="text-align: left;">[速 さ]</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①パーゲー</td> <td>2×8</td> <td>8ビート</td> </tr> <tr> <td>②パーゲー</td> <td>2×8</td> <td>16ビート</td> </tr> <tr> <td>③チョキケン</td> <td>2×8</td> <td>8ビート</td> </tr> <tr> <td>④チョキケン</td> <td>2×8</td> <td>16ビート</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">~~~~~</p> <p style="text-align: center;">[移 動]</p> <p style="text-align: center;">①で前に移動する。</p> </div> <p>○面白い動きや格好い動きを考えているグループや生徒を賞賛したり、その動きを紹介したりして、自分の考えや表現に自信を持ったり、仲間のよい動きに気付いたりすることができるようにする。</p> <p>○リズムに乗って8又は16ビートの動きで踊ることができていない生徒には、声や手でカウントとりながら、一緒に</p>	例) [足の動き]	[カウント]	[速 さ]	①パーゲー	2×8	8ビート	②パーゲー	2×8	16ビート	③チョキケン	2×8	8ビート	④チョキケン	2×8	16ビート	<p>〔技能③ i ii〕</p> <p>○シンコペーションやアフタービート、休止や倍速など、リズムに変化を付けて踊ることができる。〈観察〉</p>
例) [足の動き]	[カウント]	[速 さ]																
①パーゲー	2×8	8ビート																
②パーゲー	2×8	16ビート																
③チョキケン	2×8	8ビート																
④チョキケン	2×8	16ビート																

		動いて踊る。	
<p><b>【認める】</b></p> <p>7, グループで組み合わせた動きを発表し合う。</p> <p>8, 発表の感想を互いに伝え合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・〇〇さんのパーグーとチョコケンの動きは、16ビートの速さで踊っていてメリハリがあったよ。</li> </ul>	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>○仲間の発表を見る際は、「ビートを変えているか」「動きを組み合わせているか」の視点で見るように助言する。</li> <li>○互いのよさを認め合ったり、動きを選択する幅を広げたりすることができるようにする。</li> </ul>	
<p>9, 本時の学習を振り返り、まとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・はじめは16ビートの動きは難しかったけど、だんだん慣れてきて踊れてよかったな。</li> <li>・次時は、床を使った動きをやるのだな。どんな動きで踊れるのか楽しみだな。</li> </ul>	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学習カードで振り返る際は、「8又は16ビートで動く速さを変えながら、メリハリをつけて踊れたね。」等と共感しながら見守り、まとめができるようにする。</li> <li>○次時は、床を使った動きを工夫して、ダイナミックに続けて踊ることを伝え、学習の見通しを持てるようにする。</li> </ul>	

指導と評価の計画

学習段階		オリエンテーション	いろいろなリズムに乗って、簡単な動きを組み合わせで弾んで踊る				好きなリズムに乗って変化のある動きを組み合わせで続けて踊る		
時間のテーマ		簡単な動きでリズムに乗って踊ってみる	ヒップホップのリズム(音楽)	ヒップホップのリズム(音楽) 【本 時】	K-ポップのリズム(音楽)	ロックのリズム(音楽)	2～5時間目で使用した曲の中から選んだリズム(音楽)		
時		1	2(足の動き)	3(ビート)	4(床の動き)	5	6	7	8
学習の流れ	10	○オリエンテーション ・1年時の学習のふり返り  ・ダンスの特性、成り立ち  ・学習のねらい、学習内容、学習の進め方、約束事の確認  ・評価の方法  ・学習カードの使い方	1. ウォーミングアップ 2. 本時のめあてと学習内容の確認  3. 今日の音楽のリズムを捉え、みんなで踊る。 教師と一緒に、教師が主導する。  4. 簡単な動きを繰り返し踊る。 ①パーゲー(サイドステップ) ②パーケン ③チョキケン(ランニングマン) ④パーパー、ケンケン、ゲーゲー、チョキチョキ	3. 今日の音楽のリズムを捉え、みんなで踊る。 教師と一緒に、教師が主導する。  4. 簡単な動きを8又は16ビートで繰り返し踊る。 ①パーゲー ②パーケン ③チョキケン	3. 今日の音楽のリズムを捉えみんなで踊る。 教師と一緒に、教師が主導する。  4. 簡単な動きを繰り返し踊る。 【床を使った動き】 ⑤手について回る、歩く、キック、パー ⑥尻について回る、歩く ⑦腹について回る	3. 今日の音楽のリズムを捉えみんなで踊る。 教師と一緒に、教師が主導する。  4. 新しい動き⑧⑨とこれまで学習した動き①～④を繰り返し踊る。 【新しい動き】 ⑧クロスステップ ⑨ボックスステップ  (1)その場で動く。 (2)移動しながら動く。 (前後、左右、斜め) ☆グループで。	グループで活動しよう！ 3. 選んだリズムについて、これまでの動きを基にして踊ってみる。  4. 変化のある動きを組み合わせで踊る。  5. 動きを組み合わせでオリジナルダンスをつくる。	グループで活動しよう！ 3. 動きを組み合わせでオリジナルダンスをつくる。  (1)タイミング・人数(ソロ、デュエット、一斉等)	3. オリジナルダンスの発表や一緒に踊るなどの交流会を行う。
	20	○「8844221111」のリズム変化で踊ってみる。	5. 動きを組み合わせで踊る。 ①～④+αの動きを組み合わせる。  (1)その場で動く。 (2)移動しながら動く。 (前後、左右、斜め)  ☆グループで。	5. 変化のある動きを組み合わせで踊る。 8又は16ビートの①～③+αの動きを組み合わせる。  (1)移動しながら動く。 (2)ストップモーションを入れる。  ☆グループで。	5. 動きを組み合わせで踊る。 ①～⑦の動きを組み合わせる。  (1)ステップで移動しながら動く。 (2)床の動きを2つ入れる。  ☆グループで。	5. 変化のある動きを組み合わせで踊る。 ①～⑨の動きを組み合わせる。  (1)並び方・隊形(横1・2列、Vの字、円陣等)  ☆グループで。	ICT	ICT	
	30								
	40								
50									
主な指導	知識	①							②
	技能		② i	③ i ii	④ i	①	② ii iii		④ ii iii
	思・判・表				①		②	③	
	態度	①				③		②	
評価	知識	①							②
	技能		② i	③ i ii	④ i	①	② ii iii		④ ii iii
	思・判・表				①		②	③	
	態度	①				③		②	

# 「現代的なリズムのダンス」の学習を通して、これらの力を身につけていこう！！

2年 組 番 ( )

○現代的なリズムのダンスの学びにこんな姿勢で取り組めるといいな！

- ・現代的なリズムのダンスの学習に積極的に取り組むことができる。
- ・仲間の手助けをしたりアドバイスをしたりして、仲間の学習を助けることができる。
- ・簡単な創作や交流などの話し合いに参加することができる。
- ・1人1人の違いに応じた表現や交流の仕方を認めることができる。
- ・安全に留意することができる。



○現代的なリズムのダンスでこんな動きや踊りができるようになるといいな！

	全身でリズムに乗る	相手と対応しながら動く(踊る)	変化のある動きを組み合わせる	続けて踊る
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自然な弾みやスイングなどの動きで気持ちよく音楽のビートに乗りながら、簡単な繰り返しのリズムで踊ることができる。</li> <li>・体の各部位でリズムを取ったり、体幹部を中心にリズムにのったりして全身で踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相手の動きをまねしたり、反対の動きをしたり、離れたりくっついたり、合わせたりずらしたり、いろいろな関わり方で相手と対応しながら踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、キック、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る及び曲げるなどの動きができる。</li> <li>・これらの動きを素早く動いてみたり、止まったりすることを組み合わせ、踊ることができる。</li> <li>・空間を広く使って踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・短い動きを繰り返したり、遅い速い・大小・高低などの対立する動きを組み合わせたりして、続けて踊ることができる。</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>・音楽のビートに乗りながら、簡単な繰り返しのリズムで踊ることができる。</li> <li>・体の各部位でリズムを取って全身で踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相手の動きをまねしたり、合わせたりして相手と対応しながら踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、キック、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る及び曲げるなどの動きができる。</li> <li>・これらの動きを組み合わせ、踊ることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・短い動きを繰り返したり、動きを組み合わせたりして、続けて踊ることができる。</li> </ul>

○現代的なリズムのダンスの学びにおいて、こんなことが考えられるといいな！

- ・自分や友達の能力に適した課題を見つけることができる。
- ・互いの課題を見つけて、その課題解決に向けて見通しを立てたり、解決方法を考えたりできる。
- ・提示された動きのポイントや練習の仕方を理解し、自分のポイントやコツを見つけたり、自分なりに工夫して活動(練習)したりできる。
- ・自分や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。

○学習カードには、こんなことが書けるといいな！

	A	BB	B	BC	C
振り返りの欄	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分や友だちの動きの課題を見つけて、その課題解決に向けて自分なりに具体的に工夫したことや考えたことを書いている。</li> <li>・自分の課題から、めざす動きについて書き、具体的に意識していくことややることを書いている。</li> </ul> <p>【Very good! と記入】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分や友だちの動きの課題を見つけて、その課題解決に向けて、具体的に動きのポイントを挙げ、それを「練習した」や「意識した」ことを書いている。</li> <li>・自分の動きの課題から、めざす動きについて具体的に書いている。</li> </ul> <p>【good! と記入】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・具体的に動きのポイントを挙げて、それを「意識してやった」や「動きができた」と書いている。</li> <li>・自分の課題が書いてある。</li> </ul> <p>【無】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の動きができたorできなかった。</li> <li>・本時の動きのポイントがわかった。</li> <li>・本時の動きや動きのポイントを意識した。</li> </ul> <p>【無】</p>	<p>未提出→この人は、問題外です。</p>

※本時の学習のめあてに合った振り返りを書きましょう！  
 ※中学2年生にふさわしい学習カードの内容にしましょう！



この単元で「どんな力を身につけていけばよいか？」しっかりと理解し、自分なりの見通しを立てて、積極的に学習活動に取り組んで



## 現代的なリズムのダンス



### 【ダンスとは】

○ダンスは、イメージをとらえた表現や踊りを通じた（ **交流** ）によって、仲間との（ **コミュニケーション** ）を豊かにすることを重視した運動。（ **感じ** ）を込めて踊ったり、イメージをとらえて（ **自己表現** ）したりする楽しさや（ **喜び** ）を味わうことができる。

○ダンスはリズムカルな全身運動であることから、（ **柔軟** ）性、平衡性、（ **全身** ）持久力、筋持久力などの体力が高まる。

○中学校で学習するダンスの内容は、（ **創作** ）ダンス、現代的な（ **リズム** ）のダンス、フォークダンスがある。



### 【ダンスのはじまりと発展】

#### ○生活に密着した儀式としてのダンス

- ・人類の誕生とともに生まれた。
- ・人びとは祈りや（ **感謝** ）、喜びなどの感情を体のいろいろな動きで表し、誕生や（ **結婚** ）、戦いなど生活のあらゆる機会にダンスを踊った。

#### ○時代とともにいろいろな形式が生まれた

- ・その地域の文化のなかで（ **民族舞踊** ）やフォークダンスとして踊りつがれていった。
- ・洗練された芸術として（ **バレエ** ）やモダンダンスも誕生した。

#### ○みんなのダンス

・伝統的なダンスに加えて、ジャズや（ **ヒップホップ** ）、タップダンスなどのさまざまなジャンルのダンスが世界中のあらゆる（ **世代** ）で楽しまれている。

### 【現代的なリズムのダンスとは】

#### 〈特性や成り立ち〉



○ロックや（ **ヒップホップ** ）などの現代的な（ **リズム** ）の曲に乗って踊るダンスである。

○（ **リズム** ）のとり方や動きを工夫して仲間と（ **自由** ）に関わって踊ることが楽しい踊りである。

○ヒップホップやラップなどの音楽は1950年代に生まれたロックから派生した。サンバなどのラテン系音楽は、多くは（ **アフリカ** ）に起源を持つものである。

#### 〈ロックとヒップホップの違い〉



#### ○ロック

- ・1950年代（ **アメリカ** ）で生まれた若者向けの大衆音楽である。
- ・8（ **ビート** ）の解放感とあふれたリズムは踊る原点にも通じ、現代的なリズムのダンスの中心である。
- ・ヘソ（体幹部）を中心にはずむように踊る。



#### ○ヒップホップ

- ・1970年代後半から（ **アメリカ** ）の若者たちに広がった文化やダンスの総称で、今日最も流行しているダンスである。
- ・やや（ **スロー** ）なテンポで、1拍ごとにリズムを刻むような強い（ **アクセント** ）と細分化されたビートが特徴。（ **縦のり** ）の動きで体を上下に動かすなどして踊る。

### ◎ダンスの約束

恥ずかしがらずに堂々と！

思いっきり身体を動かそう！

お互いの考えや表現を認め合おう！



# 2年生 現代的なリズムのダンスの学習をふり返ろう!



年 組 番 ( )

「どんな力を身につけていけばよいか?」を理解し、毎時間自分の学びをふり返り、それだけの力が高まっているかを確かめましょう。

※1~5の数字に○をつけて「達成度」を評価しよう。

達成度 ⇒⇒⇒⇒⇒  
1 2 3 4 5

○こんな姿勢で取り組めるといいな!	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
	1	2	3	4	5	6	7	8
・現代的なリズムのダンスの学習に積極的に取り組むことができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・仲間の手助けをしたりアドバイスをしたりして、仲間の学習を助けることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・簡単な創作や交流などの話し合いに参加することができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・1人1人の違いに応じた表現や交流の仕方を認めることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・安全に留意することができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
○こんな動きや表現ができるようになるといいな!								
全身でリズムに乗る	・音楽のビートに乗りながら、簡単な繰り返しのリズムで踊ることができる。 ・体の各部位でリズムを取って全身で踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
相手と対応しながら動く(踊る)	相手の動きをまねしたり、合わせたりして相手と対応しながら踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
変化のある動きを組み合わせる	・手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、キック、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る及び曲げるなどの動きができる。 ・これらの動きを組み合わせて、踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
続けて踊る	短い動きを繰り返したり、動きを組み合わせてたりして続けて踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
○こんなことが考えられるといいな! 伝えられるといいな!								
・自分や友達的能力に適した課題を見つけることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・互いの課題を見つけて、その課題解決に向けて見通しを立てたり、解決方法を考えたりできる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・提示された動きのポイントや練習の仕方を理解し、自分のポイントやコツを見つけたり、自分なりに工夫して活動(練習)したりできる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
・自分や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

現代的なリズムのダンス  
【自分のめあて】



まとめ

1. 授業づくりにあたって（構想）

ダンス（現代的なリズムのダンス）の授業を構想するにあたり、次の3項目を重点とした。

- (1) 単位時間ごとに現代的なリズムのダンスにおける基本的な動きや動きの工夫の仕方を焦点化し、学習課題として提示する。
- (2) 学習に対して見通しをもって取り組めるように、毎時間の学習の流れを固定する。
- (3) 自分の資質・能力の高まりを確認する自己評価カードを活用する。

2. 授業の実際と評価

重点項目（1）について、生徒が運動の基礎・基本を確実に身に付けていくためには、各単元でどのようなことができるようになればよいのかを明確にし、単元の計画を立てていく必要がある。そこで、本単元の『現代的なリズムのダンス』では、最終的な目標を「オリジナルダンスの作成」とし、その作成に取り組む上で必要となる技能や知識の焦点化を図った。単元の追究過程で焦点化した技能や知識を、単位時間ごとに学習課題として生徒に提示することで、スモールステップでリズムダンスの基礎・基本を着実に身に付けられるようにした。焦点化した学習課題は、以下の表1のとおりである。

【学習課題の焦点化】

表1. 「追究する」過程（2～5時間目）学習課題

時間	学習課題
2時間目	①足の動き（ステップ）を工夫して踊る。
3時間目 (本時)	②動く速さ（8ビート、16ビート等）を工夫して踊る。
4時間目	③床の動き（高低差をつける）を工夫して踊る。
5時間目	①～③を組み合わせで踊る。

重点項目（2）について、生徒が毎時間、ダンスの授業に興味・関心をもって課題解決に前向きに取り組むためには、1時間の学習の流れを固定し、見通しをもって臨める環境を確保することが大切である。そこで、学習の流れを「ほぐす」→「やってみる」→「広げる」→「深める」→「認める」で構成し、授業づくりを行うこととした。「ほぐす」時間では、仲間と交流しながら楽しく心身を温める活動を設定する。「やってみる」時間では、本時の学習課題を解決するための基本の動きや参考となる動きを、指導者主導で生徒が一斉に試す活動を設定する。「広げる」時間では、「やってみる」時間で試した動きを基に、グループに分かれて繰り返しやってみたり、さらに工夫を加えたりしてみる活動を設定する。「深める」時間では、「広げる」時間を出し合った動きを組み合わせで続けてみんなで踊ってみる活動を設定する。そして、「認める」時間では、「深める」時間でグループごとに協力して考えた動きを他のグループに発表する活動を設定する。この活動を通して、互いの成果を認め合うことで、本時の学習課題の達成を実感できるようにした。

本時の学習の流れと生徒の様子は、以下のとおりである。

## 【学習の流れの固定】

### 「ほぐす」時間



2人組をつくり、『2人つきりだるまさんが転んだ』で、スキップで移動しながら、相手が振り返ったら、ポーズを工夫して止まってみよう。

### 「やってみる」時間



みんなで前時に学習した足の動き（チョコケン）を速くしてやってみよう。チョコ・ケン は、16ビートで動くと「ランニングマン」というステップになるね。

### 「広げる」時間



1番目のリーダーさんが考えた動きを、グループのみんなで真似してやってみよう。リーダーが変わると、違う動きの工夫も出てきて面白いね。

### 「深める」時間

みんなで出し合った動きの速さを変えながら、いろいろ組み合わせて続けて踊ってみよう。



16ビートでゲー・パーの動きもできそうだね。



考えられたから、横一列で踊ってみよう。

「認める」時間

グループで考えた動きを、他のグループにも見てもらおう。見せ合いが終わったら、お互いのよかったところをシェアして認め合おう。



重点項目（3）について、生徒は運動が「できた」や「わかった」などの経験を積み重ねていくことで、運動の楽しさを感じたり、動きをさらに高めたいという気持ちになったりしていく。その単元でどんな資質・能力がどこまで高まってきているのかを、生徒自身が学習過程で確認することが重要である。そこで、毎時間の終わりに、どんな資質・能力が高まったのかを具体的に評価するカードを活用することで、生徒一人一人が自分の達成度を理解することができるようにした。評価項目は、「主体的に学習に取り組む態度」「知識・技能」「思考・判断・表現」の3つの観点に合わせた内容をそれぞれ具体的に示し、達成度を5段階で評価できるように作成した。また、評価項目における達成度の低い生徒に対しては、そのつまづきを見付け、個に応じた指導に繋がられるようにした。以下の図は、本時における学習カードの生徒の振り返りと評価カードにおける単元1時間目から3時間目の生徒の変容を表したものである。

【生徒の学習カード及び評価カード】

(生徒A男子の場合)

前時に学習した足の動きを使って、動く速さを変えながらメリハリをつけて踊ることができた。また上半身も動かして踊りたいことも書いていた。

○こんな姿勢で取り組めるといいな！	11月17日(木)	11月18日(金)	11月19日(水)
現代的なリズムのダンスの学習に積極的に取り組むことができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
仲間の手助けをしたりアドバイスをしたりして、仲間の学習を助けることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
簡単な創作や交流などの話し合いに参加することができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
1人1人の違いに応じた表現や交流の仕方を認めることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
安全に留意することができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
○こんな動きや表現ができるようになるといいな！			
全身でリズムに乗る ・音楽のビートに乗りながら、簡単な繰り返しリズムで踊ることができる。 ・体の各部位でリズムを取って全身で踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
相手と対応しながら動く(踊る) ・相手の動きをまねしたり、合わせたりして相手と対応しながら踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
変化のある動きを組み合わせて踊る ・手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、キック、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る及び曲がるなどの動きができる。 ・これらの動きを組み合わせて、踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
続けて踊る ・短い動きを繰り返したり、動きを組み合わせたりして続けて踊ることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
○こんなことが考えられるといいな！伝えられるといいな！			
自分や友達的能力に適した課題を見つけることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
互いの課題を見つけて、その課題解決に向けて見直しを立てたり、解決方法を考えたりできる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
提示された動きのポイントや練習の仕方を理解し、自分のポイントやコツを見つけて、自分なりに工夫して活動(練習)したりできる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
自分や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

単元3時間目における「技能」の総合得点は、1時間目と比べると「10点(2+4+2+2)」から「16点(4+5+4+3)」に上昇した。

その他の評価項目の総合得点も上昇していった。学習を積み重ね、自分の学びの成果を実感することができた。

図1. 本時の学習カード

図2. 本時までの評価カード

(生徒B女子の場合)

3

11 / 30

動く速さを工夫してメリハリをつけて踊ってみよう。

ビート *very good*

ビートを8から16に変化させただけで同じ動きをやっていいるはずなのにちがったように感じたのよ!

回す動きが難しかった。でも回す前に進んだり、前に進んだら回すのは簡単だった。

動く速さを8ビートから16ビート、または2ビートに変えて踊ることができた。同じ動きであるのに、速さを変えるだけで違う動きのように感じたことを書いていた。

図3. 本時の学習カード

こんな姿勢で取り組めるといいな!	11月(日) (木)					11月(日) (火)									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
・現代的なリズムのダンスの学習に積極的に取り組むことができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
・仲間の手助けをしたりアドバイスをしたりして、仲間の学習を助けることができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
・簡単な創作や交流などの話し合いに参加することができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
・1人1人の違いに応じた表現や交流の仕方を認めることができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
・安全に留意することができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
こんな動きや表現ができるようになるといいな!															
全身でリズムに踊ることができる。 ・音楽のビートに乗りながら、簡単な繰り返しリズムで踊ることができる。 ・体の各部位でリズムを取って全身で踊ることができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
相手と対応しながら踊ることができる。 ・相手の動きをまねたり、合わせたりして相手と対応しながら踊ることができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
変化のある動きを組み合わせて踊ることができる。 ・手拍子、足拍子、スキャップ、片足上げ、両足上げ、キック、歩く、走る、おじる、回る、転がる、揺る及び曲げるなどの動きができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
自分や仲間の考えのことを他者に伝えることができる。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

単元3時間目における「技能」の総合得点は、1時間目と比べると「11点」から「18点」に上昇した。

1時間目で「1」や「2」だったものが「4」や「5」へと評価が上昇する項目があった。

図4. 本時までの評価カード

[本時の学習カードより] (○: 成果 ●: 課題及び改善点)

- 前時の足の動き (ステップ) を使って、動く速さを工夫して踊ることができたと答えた生徒が多く、本時の学習課題について多くの生徒が達成することができた。
- 前時と同じ足の動きであるが、8ビートから16ビートの速さに変えて踊るだけで、その動きが格好よく思えたり、メリハリをつけられたと感じたりすることができた生徒も多く、簡単な動きでリズムに合わせて踊れることを理解させることができた。
- 手や上半身も使って踊りたいと思っていた生徒もおり、動きの幅をさらに広げられる課題の提示や工夫の仕方を考えていきたい。

[評価カードより] (○: 成果 ●: 課題及び改善点)

次の表2は、各評価項目の合計点数を単位時間ごとに平均して示したものである。

表2. 評価カードの合計点数の平均点

評価項目 (合計点数)	1時間目	3時間目 (本時)	8時間目
技能・知識 (20)	13.2	15.9	18.1
思考・判断・表現(20)	12.9	15.0	17.8
姿勢・態度 (25)	19.1	21.5	23.1

○表2の結果から、どの評価項目においても、授業が進むごとにポイントが上昇していることが分かった。生徒は、学習が進んでいく中で資質・能力の高まりを感じながら、リズムダンスの基本的な動きができるようになったり、工夫の仕方が分かるようになったりしており、最後の時間には、仲間と楽しくダンスを踊ることができるようになったと考える。

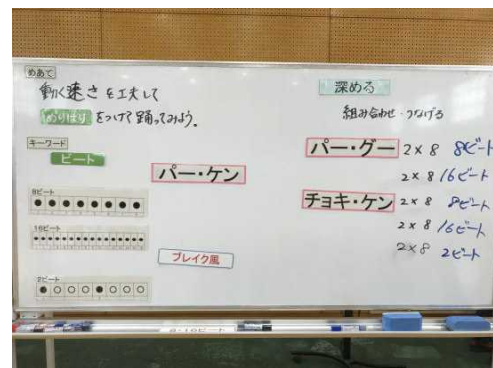
●各評価項目の内容は「B」を規準に、5段階で自己評価できるように作成した。すべての生徒が「5」の評価に到達できるように想定して作成したが、上記の結果を踏まえると、自己評価の程度には「個人差」が表れているのではないかと考える。生徒の

自己評価だけでなく、教師が単元の評価に活用できる評価カードの作成を引き続き進めていきたい。

[授業検討会より] ※参観者からの意見 (○：成果 ●：課題及び改善点)

- 8、16ビートや2ビートがどのような速さなのかを手拍子で試してみたり、掲示物で確認したりしたことで、本時の学習課題である「動く速さを工夫する」がどういうことか、生徒は理解しやすかった。
- 足ジャンケンの動きの指示は、生徒もイメージしやすく本時の課題の解決に迫りやすかった。
- 簡単な足の動き（前時学習した動き）であったため、その動きを使って動く速さを変えろという本時の課題は、生徒たちにとってつかみやすいものであった。
- 「やってみる」では、教師が様々な基本となる動きを提示したことで、「次の活動の動く速さを変化させる」という工夫へ円滑に繋がった。
- 単元を通して、学習形態を「ペア」→「一斉」→「グループ」→「ミニ発表会」と固定したことにより、生徒も安心して、学習を進めることができた。
- 「広げる」では、よい動きのグループに発表させるだけでなく、その動きを一緒にやってみる時間を設けたことで、さらに動きが広がった。
- ウォーミングアップの『2人つきりだるまさんが転んだ』のストップモーションの動きを取り入れられると、さらにメリハリがついた。
- 足の動きだけでなく、手の動きなどの上半身の動きも加えられるとよかった。
- 男女共習ではあったが、男女別のグループだったため男女混合のグループで活動させてもよかった。
- 「認める」では、よい動きをしていたグループを全体で紹介することもできると、さらに動きが広がったのではないかと感じる。
- 「認める」では、互いのよいところを伝え合うだけでなく、その動きを一緒に踊ってみることで、さらに動きの幅を広げることに繋がるのではないかと考える。
- タブレットで自分たちの動きを撮影し、生徒自身が動きを確認できる時間を設けられると、さらに技能の習得や向上を感じられるのではないかと思う。

[使用した掲示物]



### 3 成果と課題

本研究授業における全体の成果と課題は以下のとおりである。

#### 〈成 果〉

- 生徒たちは、小学校での表現運動の学習経験が少なく、中学1年時（昨年度）に「創作ダンス」を学習したものの、ダンスの学習に対してどう動いたらよいか、どう工夫したらよいか、仲間とどう協力すればよいか等の「不安」を抱く生徒も多くいた。そこで、生徒の学習経験・実態から生徒の「わからない」「できない」という不安を少しでも取り除き、生徒が安心して学習へ取り組める環境を整える必要があると感じた。その手立てとして、単元全体を見通し、系統性を考慮した単位時間の課題を設定したことは、生徒の段階的な技能の習得や学習意欲の向上に繋げることができたと考える。本単元の評価カードの最終的な生徒の様子から、どの評価項目も満点に近づく得点を得ることができた。生徒たちにとってダンスに対する不安要素が少しずつ取り除かれ、安心して学習に取り組めたのではないかと考えられる。これからも生徒が安心して学習に取り組むことのできる環境を、どの単元においても整えていきたい。
- 今回の研究授業を通して、多くの教員が指導に不安を抱える内容の一つでもある「ダンス」の単元において、指導者がどんな単元計画で進めればよいか、どんな内容を指導していけばよいかを具体的に提案することができた。インターネット等で動画を見る機会が増え、リズムに合わせて踊る映像を目にすることも、今の生徒にとっては身近なものであると考える。そのような状況にある生徒の「ダンス」に取り組む意欲の向上を図ったり、必要な技能を身に付けさせたりすることは、生涯にわたって心身の健康を保持増進させ、豊かなスポーツライフの実現に繋がっていくものと考えられる。また、完成しているダンスの振り付けをそのまま踊るだけでなく、自分たちで動きを考え、組み合わせて踊ったことは、自己の課題を発見し、合理的な解決に向けての方法を工夫し、課題を解決していくことに繋がられたと考える。
- 本単元では、今までのダンス授業の指導の蓄積を生かし、新たに単元全体をデザインし直した。単元を通して毎時間の学習の流れを固定し、課題解決までの道りを示したり、「学習課題」や「めあて」を明確に設定したりしたことで、生徒たちは学習の見通しを持ち、安心してそれぞれの課題の解決へ向けて、意欲的にダンスの学習へ取り組むことができたと考える。

#### 〈課 題〉

- ICTを活用した授業について、本単元においても単元後半で、タブレットで撮影した動きを確認する活動を設定した。動画で自分の動き、または自分の動きの変化を視覚的に感じることは、自らの技能や成果を実感したり、新たな課題を発見したりすることに有効であった。今後の体育授業でも、運動量を確保し、かつ技能の向上や思考を深めていくための効果的なICT活用について、今後も考え、実践を行っていききたい。