

1 単元名 表現運動 リズムダンス

2 単元について

(1) 一般的特性

【機能的特性】

- ・心と体を解き放ち、イメージやリズムの世界に没入してなりきって踊ったり、お互いの良さを生かし合って仲間と交流して踊ったりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

【構造的特性】

- ・仲間とのコミュニケーションが必要な運動である。
- ・自由に動きを工夫して楽しむ創造的な学習を進められる運動である。
- ・ひと流れの動きで即興的に踊ることと簡単なひとまとまりの動きにして踊ることで構成される運動である。

【効果的特性】

- ・自分で感じたことを表現したり、リズムに乗って全身で踊ったりすることにより調整力や持久力を高めることができる運動である。
- ・即興的な身体表現能力やリズムに乗って踊る能力、コミュニケーション能力を培うことができる運動である。

(2) 児童からみた特性

- リズムに乗って、自分の好きな音楽で踊ることができる運動である。
- ペアやグループと動きを合わせて踊ることを楽しめる運動である。

【関心・意欲を低下させる阻害要因として考えられること】

- ▲ 踊っているところを自分で見ることができない運動である。
- ▲ リズムに乗ることが恥ずかしかったり、即興的に動くことが難しかったりする運動である。

(3) 児童の実態(男子13名、女子12名、合計25名)

体を動かすことが「好き」「少し好き」と回答した児童は、96%であった。その理由として、「リレーやポートボールが楽しい」「みんなと一緒に運動するのが楽しい」「自分が得意なことができる」等、今まで経験してきた運動の中から、楽しかったことを挙げている。体を動かすことが「少し嫌い」と回答した児童は4%で、その理由として、「体力がない」「疲れる」と回答している。

リズムダンスの質問では、「好き」「少し好き」の回答が72%になり、「少し嫌い」が28%に増える。「好き」「少し好き」では、「栗っ子体操が楽しい」「花笠音頭が楽しい」「踊るのが好き」という理由を挙げている。運動会で音楽に合わせて踊る経験をしたことで、「楽しい」と感じている児童が多い。「少し嫌い」と答えた児童の理由では、全員が「恥ずかしいから」と答えている。リレーやボール運動は好きだが、リズムダンスは好まない、または苦手意識をもっている児童が多い。事前に行った実態調査では、ほとんどの児童が動画を見ながら動きを真似てリズムに乗ったり、踊ったりすることができた。しかし、音楽だけを流して、即興的に自由に踊ることに関しては、恥ずかしがらずに、踊れた児童はわずか5名で、他の児童はどう動いていいかわからず、立っただけであった。

(4) 指導観

○ 踊りを工夫するための手立て

児童が踊りを工夫できるように、以下の4つの変化を意識して指導する。

- ① 空間、場の変化（高い、低いなどの上下の動きを意識したり進む方向を変えたりする）
- ② 体の状態の変化（ねじる、思い切り伸ばす、大げさに上下の動きを意識したりする）
- ③ リズムの変化（速く、スローモーション、止まるなど）
- ④ 相手との関わりの変化（友達と動きを合わせる、反対の動きをする、隊形を変える）

4つの変化を入れることで、即興的な踊りを自分たちで考えたり、工夫したりし、踊ることに対する楽しさや喜びを味わえるようにする。

○ 踊ることに対し、恥ずかしがらずにチャレンジするための工夫

リズムに合わせて踊ったり、音楽を聴いて、即興的に踊ったりすることが苦手な児童には、動きのバリエーションを視覚化した「動きの宝箱」を掲示する。回る、跳ねる、ねじる、スキップ等の動きが視覚的にわかるようにし、それらを組み合わせたり、自分で工夫したりしながら、動きのバリエーションを増やせるようにする。どうしても踊ることに抵抗がある児童には、友達の動きを見て、真似するだけでもよい。できたときには、具体的にほめ、どんな動きでも受け入れられる、という雰囲気をつくるようにする。

○ 学び合うための手立て

学習の最後に、ダンス交流会を行い、その様子をグループごとにタブレットで撮影し合う。「4つの変化」が入っていたり、グループの工夫が見られたりするところは、次時の全体で話をするときに取り上げ、みんなで共有する。動画で撮影したものを見ることで、他のグループの踊りのヒントになるようにし、学び合いができるようにする。

3 単元の目標

- リズムダンスの楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、軽快なロックやサンバのリズムの特徴を捉え、体幹部（へそ）を中心に全身を使ってリズムに乗って弾んだり、友達と関わり合ったりして即興的に踊ることができるようにする。（知識及び技能）
- 自己の能力に適した課題を見つけ、リズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を工夫するとともに、自分が考えた動きを友達に伝えることができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）
- リズムダンスに進んで取り組み、誰とでも仲良く踊ったり、友達の動きや考えを認めたり、場の安全に気をつけたりすることができるようにする。（学びに向かう力、人間性等）

4 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
①リズムダンスのやり方を理解している。 ②軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして即興的に踊ることができる。	①リズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を工夫している。 ②自分で考えた動きやよい動きを友達に伝えている。	①軽快なリズムに乗って全身で踊り、運動に進んで取り組もうとしている。 ②リズムダンスの行い方のきまりを守り、友達と励まし合って練習や交流をしている。

5 指導と評価の計画

時間	1	2	3	4（本時）	5	6
0	オリエンテーション ・学習の見通しをもつ。 ・学習の約束を守る。 ・ダンスウォーミングアップ	① 集合・整列・挨拶 ②ダンスウォーミングアップ ③本時のめあての確認				
4 5	・ダンスウォーミングアップ ・ロックのリズムに合わせて踊る。	ねらい① ・ロックのリズムの乗り方の特徴を捉えて、踊る。			ねらい① ・サンバのリズムに合わせて、踊る。	
		ねらい② ・グループで動きを相談し、グループごとに即興で踊る。 ・ダンス交流会			ねらい② ・グループで動きを相談し、即興で踊る。 ・ダンス交流会	
		振り返り→整理運動→整列・健康観察→片付け				
知・技	①観察	②体の動き	→	観察 ICT	体の動き	観察
思		②伝える	→		①観察・カード	
態	健康・安全	→②観察	①観察・カード			観察

6 本時の指導（4／6）

（1）目標

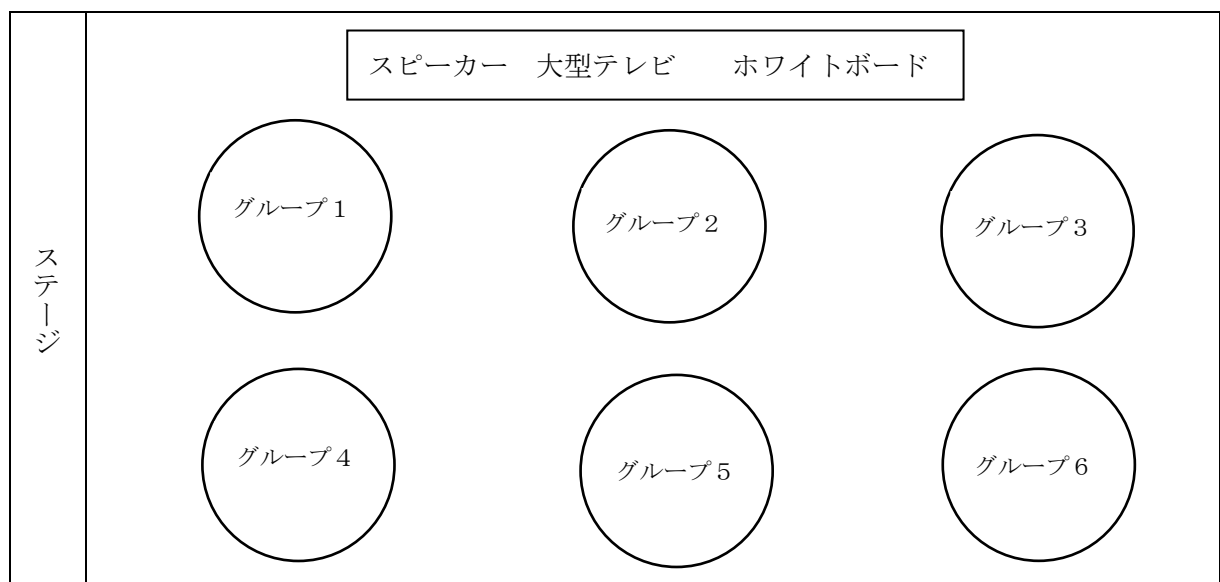
- ◎ ロックのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして即興的に踊ることができるようにする。（知識・技能）

（2）展開

過程	時間	学習内容と学習活動	指導（○）・評価（☆）	用具・資料
はじめ	5	1 場の確認、あいさつ、健康観察をする。 ・ダンスウォーミングアップをする。	○ 単元を通して行う動きを決め、リズムに乗りやすいようにする。 ○ 体幹部（へそ）でリズムに乗るように声掛けする。	スピーカー
なか	13	2 本時のねらいを確認する。 ロックのリズムに乗って、友達と関わりながら即興で楽しく踊ろう。 ・前時に踊ったロックのリズムの特徴を捉え、踊ってみる。	○ 前時に踊ったリズムの乗り方を振り返らせる。 ○ 曲を聞いている間に、体が自然とリズムに乗っている児童を具体的に褒めるようにする。	ホワイトボード 「動きの宝箱」の 掲示物 「4つの変化」の 掲示物
	12	3 ねらい①に取り組む。 ダンシングタイム1 ・やや速いテンポの曲に乗って、教師と一緒に自由に踊る。 ・前時に撮影した動画でよかったグループを紹介する。	○ 動きが止まってしまう児童には、スキップやジャンプでリズムに乗るように声掛けする ○ 撮影した動画で、①空間、場の変化、②体の状態の変化、③リズムの変化、④相手との関わりを意識したグループを紹介	タブレット 大型テレビ

な か	12	4 ねらい②に取り組む。 ダンスタイム2 ・グループの友達と相談する。 ・相談したことをもとにグループの友達と踊る。 ・グループ同士でタブレットを使い、撮影し合う。	し、本時の踊りのヒントにする。 ○ 2分程度に短くしたロックのリズムの曲を使用し、「4つの変化」を入れられるように声をかける。言葉で説明しにくい動きは、みんなで一緒に動きながら確認するようにする。 ☆ ロックのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして、即興的に踊ることができる。【観察・ICT】 ○ 即興的に踊れなかった児童に対しては、次時で流す動画をよくみて、友達の動きが真似できるように声を掛ける。 ○ 見ている児童には、一緒にリズムに乗ったり手拍子をしたりして、友達のよいと思った動きを見つけるように声掛けする。	タブレット
お わ り	3	5 本時のまとめをする。 ・本時の活動を振り返る。 ・整理運動をする。 ・健康観察を行う。 ・整列・挨拶をする。 ・後片付けをする。	○ 学習カードに記入するように声を掛ける。 ○ 使った部位をゆっくりほぐすようにする。また、けががないかも確認する。 ○ 健康観察を行い、次時の学習の確認をする。	学習カード

7 場の設定



※グループ（4人または5人）ごとに相談するときには、まとまって相談する。踊るときには、「4つの変化」の「①空間・場の変化」を考えて踊るため、体育館全体を使うようにする。

リズムダンス 年 名前 ()

学習のめあて

--

〈学習の振り返り〉

あてはまる◎ 少しあてはまる○ あてはまらない△

	1	2	3	4	5	6
深く心に残ること、感動することがあった						
今までできなかったことができるようになった						
「わかった。」「そうか。」と思うことがあった						
精一杯全力をつくして運動ができた						
楽しく活動できた						
自分から進んで学習することができた						
自分のめあてにむかって何回も練習できた						
友達と協力して、仲よく学習できた						
友達とお互いに教えたり、助けたりできた						

① 月 日

② 月 日

③ 月 日

④ 月 日

⑤ 月 日

⑥ 月 日

⑦ 月 日

リズムダンスの学習感想

