

中学校第1学年及び第2学年 「現代的なリズムのダンス」

ロックやヒップホップのリズムに乗って-リズムを感じて自由に踊ろう-

1 授業の基本的な構想

(1) 授業のねらい

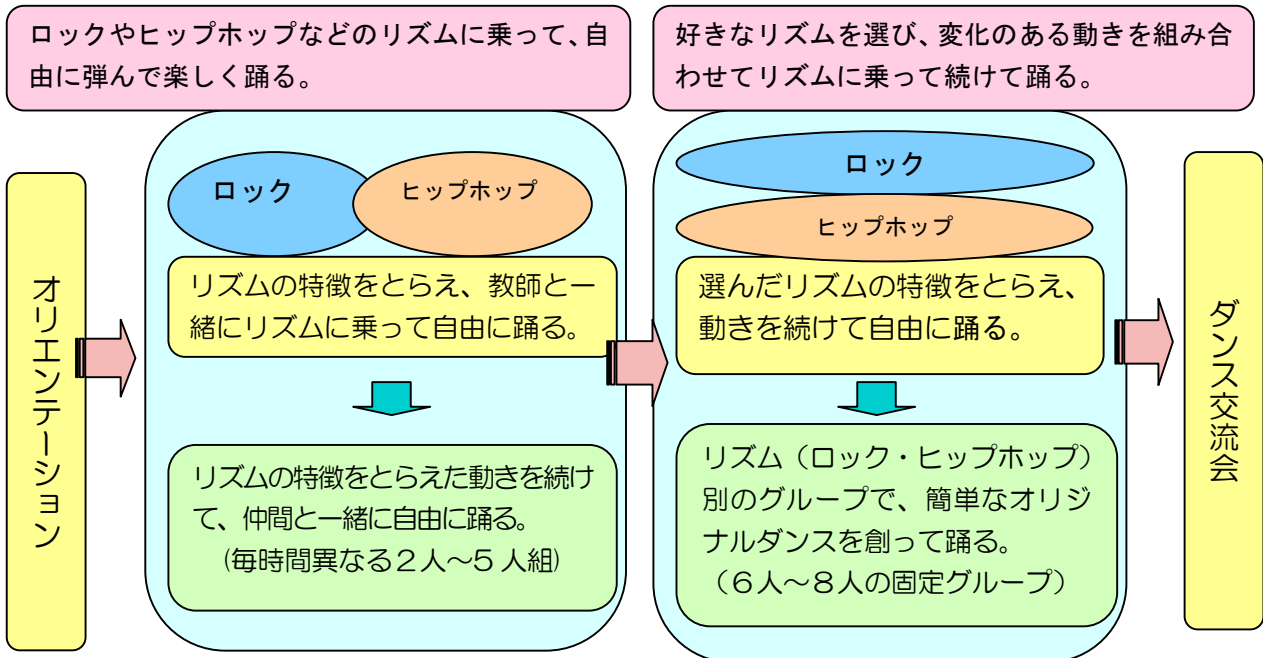
現代的なリズムのダンスでは、リズムに乗って全身で自由に弾んで踊る楽しさや爽快感をもてるようにします。そのためには人前で踊ることの恥ずかしさを解消する必要があります。自分を表現するために、内側から湧き出てくる感覚をリズムに乗せて、笑顔で全身で踊ることができるようにします。本事例では、ロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえ、決められたステップや形にとらわれるのではなく、自由な踊りを仲間と一緒に踊ったり見せ合ったりしながら交流することを中心にしていきます。

(2) 授業づくりの考え方

本事例では、導入としてストレッチなどを適宜取り入れて心や体をほぐし、踊ることや仲間との交流を楽しむようにします。単元前半では、ロックとヒップホップのリズムを毎時間取りあげ体幹部を中心にリズムをとったり、強いアクセントやビートを強調しながら踊ります。教師は誰にでもすぐにできるような動きを取り入れながら、一緒に踊って雰囲気を作ります。単元後半では、グループで好きなリズムと音楽を選び簡単な動きでも動きに強弱（スピードを上げたりおとしたり、止まったり）を付けたり、グループでの動き方などを工夫することで、変化のある動きになることを伝えていくようにします。

なお、仲間のよさを認め合い、お互いに教え合いながら学習する「態度」や、現代的なリズムのダンスの特性・由来などの「知識」、課題に応じた練習方法や場の設定を行う「思考・判断」についてもバランスよく指導するようにしていきます。

<単元の展開例>



2 単元の目標

- (1) 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、リズムに乗って全身で自由に踊ることができるようにする。 (技能)
- (2) 分担した役割を果たそうとすることや、仲間の学習を援助することができるようにする。 (態度)
- (3) 現代的なリズムのダンスの特性、踊りの由来と表現の仕方を理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。 (知識、思考・判断)

3 単元の評価規準

	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
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・分担した役割を果たそうとしている。 ・仲間の学習を援助しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・交流の場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で自由に踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ①リーダーや各係など分担した役割を果たそうとしている。 ②仲間とお互いに動きの手伝いをしたり助言をしたりしようとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①課題に応じた練習方法を選んでいる。 ②交流の場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 	<ol style="list-style-type: none"> ①全身で、リズムに乗って弾んで踊るための動きができる。 ②ロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って踊ることができる。 	<ol style="list-style-type: none"> ①現代的なリズムのダンスの特性や踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。




好きなリズムを選んでグループでオリジナルダンスを創って踊ろう！



4 指導と評価の計画(例)

ロックやヒップホップのリズムに乗ってーリズムを感じて自由に踊ろうー

学習の段階		ロックやヒップホップなどのリズムに乗って、自由に弾んで楽しく踊る					
毎時間の小テーマ		オリエンテーション ダンスの特性を知る	軽快なロック	ビートの強いロック	簡単なヒップホップ	アクセントのきいた ヒップホップ	
時 数		1	2	③	④	5	
第二 学 年	一 時 間 の 学 習 の 流 れ ↓	0	1 現代的なリズムのダンスの特性を知る 2 ヒップホップの歴史を知る ・過去の発表作品などの視聴 3 学習の見通しを持つ ・学習カードの使い方 4 簡単な動きでのリズムの取り方				
		10	3 ロックのリズムの特徴をとらえてみんなで踊る ・教師と一緒にリズムに乗って踊る ・体幹部を中心に全身で弾んで楽しく踊る		3 ヒップホップのリズムの特徴をとらえてみんなで踊る ・教師のリードで縦ノリの特徴をとらえた動きで、リズムに乗って自由に楽しく踊る		
		20	軽快なロックのリズムの曲で、スキップ、ジャンプなどを取り入れる	すばやいターンやねじる動きなど動きに変化をつける	座った状態で、首や上半身だけで上下の動きをすするなど、段階を付ける	アクセントを強調させ、体をくねらせたり、止まったりするなどの変化を付ける	
		30	4 簡単な繰り返しのリズムで踊る ・ペアで踊る ・動きを合わせたり、ずらしたりして踊る		4 変化のある動きを組み合わせ続けて踊る ・2人組で、先攻は前進してアピールする動きをし、後攻は後進する ・4・5人組で、「はないちもんめ」などのように前進したとき、相手に対してアピールする動きをする		
		40	向かい合って足じゃんけんをし、負けた方が自由に踊る	同じ動きを前後にずらしたり、左右対称に動いたり、合わせてみる	ダンスバトル 		
50	5 リズムの特徴をとらえた動きを続けて、2~5人組で自由に踊る ・仲間と動きを見せ合ったりして踊る ・仲間と対応して踊る(ダンスバトル)						
		学習カードの記入(授業内容、仲間との関わりについて、個人の課題及び感想)					
評価の 観 点	運動への 関心・意欲・ 態度		② (観察)				
	運動について の思考・判断				① (観察・学習カード)		
	運動の技能			① (観察)		①・② (観察)	
	運動について の知識・理解	① (学習カード)					

※時数を○で囲んだものは「本時の目標と展開」を例示した。

現代的なリズムのダンス 中学校第2学年（9時間）

好きなリズムを選び、変化のある動きを組み合わせてリズムに乗って続けて踊る			
グループでのオリジナルダンスづくり			オリジナルダンスの交流会
6	⑦	8	9

リズムをとり)心と体をほぐす

3 グループで選んだロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえ動きを続けて自由に踊る

- 好きな音楽、自由な隊形で、仲間と一緒に自由に踊る
- 仲間と動きを合わせたり、すらしたりしながら、時には掛け合って踊る

単元の前半で踊った動きを組み合わせたたり、入れ替えてみたりする

常に同じ場所で踊ることがないように、隊形移動を工夫する

スピードやアクセントに強弱を入れることで変化を付ける

4 自分で選んだリズム別(ロック・ヒップホップ)のグループで、自由な動きをもとにして、オリジナルダンスをつくる

- グループごとに分かれて、選曲や変化のある動きの構成を工夫して、仲間と一緒にオリジナルダンスをつくる

3 オリジナルダンスの交流会を行う

- 学んだリズムで交流会をする
- 教える役と教わる役に分かれ、一緒に踊ることで、交流させる

4 みんなでアンコールダンスの交流会

- アンコールグループの動きを全員で踊る




・リーダーのまねや各自自由に動く→気に入った動きをつなぐ→変化を付ける→最初と最後のポーズ

5 オリジナルダンスの交流会を行う。学習のまとめ

5 単元のまとめ

- 学習カードの記入

	① (観察)	② (観察)	
		① (学習カード・観察)	② (学習カード・観察)
			② (観察)


5-1 本時の目標と展開

【第2学年 現代的なリズムのダンス 「ビートの強いロック」 3/9時間】

(1) 本時の目標

- ロックのリズムの特徴をとらえ、全身で弾んで踊ったり、動きに変化を付けて自由に踊ることができるようにする。 (技能)
- 仲間とお互いに教え合いながら取り組むことができるようにする。 (態度)
- 課題に応じた練習方法を選択することができるようにする。 (知識、思考・判断)

(2) 展開 ※ 本時では、運動の技能を主として評価する。

	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価 (☆)
はじめ 10分	1. ウォーミングアップ ・ペアでストレッチ ・前時に取り上げた軽快なロックのリズムで踊る。 ・アイソレーションを取り入れて踊る。 2. 本時のねらいと学習内容の確認 ・前時の振り返りからの課題設定を学習カードで確認する。	・生徒が来る前から音楽を流し、雰囲気を出す。 ・体調の確認及び見学者への指示 (ビデオ撮影など) をする。 ・本時の学習内容を伝えるとともに、ホワイトボードに約束事を記入して、常に意識させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> ・仲間と助言し合おう ・適切な練習を選ぼう </div> ・前回の学習カードを見ての課題や質問について確認させる ・体の一部分を動かしたり、リズムに乗って、簡単な動きと一緒に踊る。
なか 35分	3. ビートの強いロックのリズムの特徴をとらえて、教師と一緒に全身で自由に踊る。 ・教師を囲むような半円の隊形をとる。  ・オンビート、アフタービートの違いを手拍子で理解する。 ・ビートの強いリズムの曲を選択し、スキップやジャンプなど誰でもできる動きを取り入れて踊る。 ・体幹部で後打ちのリズムをとり、すばやいたーンやねじる動きなど変化を付けた動きで踊る。 ・両隣とハイタッチをしたり、腕を組んで回転したりして踊る。 4. 簡単な繰り返しのリズムで踊る。 ・ペアで向かい合い、足じゃんけんなどでどちらが先に主動するか決め、お互いの踊りをまねしたり、左右対称で踊ったりする。 5. リズムの特徴をとらえた動きを続けて自由に踊る。 ・4・5人のグループを作り、大きく全身で踊る。 ・交替でダンスリーダーになり、動きをまねしたり、ずらしたり、逆の動きをしたりして踊る。	・縦横の列を揃える必要はなく、周りに関わりやすい隊形になるよう考慮する。また、教師と一緒に踊る際に見やすい隊形にしたり、教師も移動して空間をダイナミックに使うようにする。 <div style="background-color: #e0f2f1; padding: 10px; border: 1px solid #ccc;"> ・ウンタ、ウンタのリズム (後打ち) で体幹部を中心に全身を弾ませる動きを確認する。 ・スキップなどの跳びはねる動きを多く取り入れると、心も開放的にする。 </div> ・体の各関節をしっかり伸ばしきる、縮めることで、動きが大きく見えることを伝える。 ・音楽は止めずに流しっぱなしにし、ペアの交替のタイミングを指示する。 ・大きく全身で踊っているグループがあれば他のグループに見させ、そのまねから入らせるなどの指示をする。 <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto;"> ☆全身でリズムに乗って弾んで踊るための動きができる。【技能①】 (観察) </div>
まとめ 5分	6. 本時の振り返りと課題の設定 ・学習カードに自己評価と次時の課題を記入する。 ・次時の学習内容の確認・あいさつ	・本時の学習への取り組み状況や課題の達成状況についての確に振り返りをさせる。 ・具体的な課題が設定できるように、例を示しながら説明する。 ・次時の学習内容を伝え、見通しを持たせる。


5-2 本時の目標と展開

【第2学年 現代的なリズムのダンス 「簡単なヒップホップ」 4/9時間】

(1) 本時の目標

- ヒップホップの縦ノリの特徴をとらえ、仲間と対応して踊ることができるようにする。 (技能)
- 仲間とお互いに教え合いながら取り組むことができるようにする。 (態度)
- 仲間のよい動きや工夫した点を指摘し合うことができるようにする。 (知識、思考・判断)

(2) 展開 ※ 本時では、運動についての思考・判断を主として評価する。

	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価 (☆)
はじめ 10分	1. ウォーミングアップ ・ペアでストレッチ ・前時に取り上げたビートの強いロックのリズムで踊る。 2. 本時のねらいと学習内容の確認する。 ・前時の振り返りからの課題設定を学習カードで確認する。	・生徒が来る前から音楽を流し、雰囲気を演出する。 ・体調の確認及び見学者への指示 (ビデオ撮影など) をする。 ・本時の学習内容を伝えるとともに、前回の学習カードを見ての課題や質問について確認させる。
なか 35分	3. ヒップホップのリズムの特徴をとらえて教師と一緒に踊る。 ・縦のりの動きの特徴をとらえ、体が上下する際にアクセントをつけ、リズムに乗って踊る。  <p>しっかり縦ノリ！ 体幹部を意識して</p> ・リズムを感じ、その曲に乗れる動きを選択して自由に踊る。 4. 変化のある動きを組み合わせて続けて踊る。 ・ペアで向かい合い、足じゃんけんなどでどちらが先に主動するか決め、お互いの踊りをまねしたり、左右対称で踊ったりする。 5. ヒップホップの動きを組み合わせ、仲間と対応して踊る。 ・4・5人のグループで、お互いのグループが向かい合い、相手のグループと対応しながら踊る。  <p>「どうだ～！すごいだろ！？」 しっかりアピール！「やるなっ!!!」</p>	・動きの特徴をとらえさせるために、なるべくスピードが遅く、低音が強い曲を選択する。 ・教師がおおげさにアクセントを強調させて踊ってみせる。(ダウンのアクセントで上下するなど誰にでもできる簡単な動きで) ・難しい振りやステップにならないよう、動きを変化 (スピードを上げたりおとしたり、止まったり) させることによって、変化のある動きになることを理解させる。 ・上下の縦ノリの動きを生かした簡単なステップに、すばやいたーンやストップ (ポーズ) を入れて変化を付けて続けて踊れるようにする。 ・最初は、2人組で向かい合い、交替で前後に動きながら「はないちもんめ」を行い、それをヒップホップの音楽に乗せて行ってみる。 ・自由にいろんな動きをおりませながら、相手に対してアピールする動きで掛け合いができるようにアドバイスする。
まとめ 5分	6. 本時の振り返りと課題の設定 ・学習カードに自己評価と次時の課題を記入する。 ・次時の学習内容の確認・あいさつ	・本時の学習への取り組み状況や課題の達成状況についての確に振り返りをさせる。 ・具体的な課題が設定できるような、例示で説明する。 ・次時の学習内容を伝え、見通しを持たせる。

☆交流の場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。
 【思考・判断②】 (観察・学習カード)



5-3 本時の目標と展開

【第2学年 現代的なリズムのダンス 「グループでのオリジナルダンスづくり」 7/9時間】

(1) 本時の目標

- グループで選んだリズムの特徴をとらえた変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って踊ることができるようにする。 (技能)
- リーダーや分担した係など、自分の役割を果たそうとすることができるようにする。 (態度)
- 表現の仕方を理解し課題に応じた練習方法を選択することができるようにする。 (知識、思考・判断)

(2) 展開 ※ 本時では、運動への関心・意欲・態度を主として評価する。

	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価 (☆)
はじめ 10分	1. ウォーミングアップ ・ペアでストレッチ ・前に学習したロックやヒップホップのリズムに乗って先生と一緒に踊る。 2. 本時のねらい、学習内容、課題を確認する。 ・前時の振り返りからの課題設定を学習カードで確認する。	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒が来る前から音楽を流し、雰囲気を出す。 ・体調の確認及び見学者への指示 (ビデオ撮影など) をする。 ・これまで生徒たちが踊った動きなども紹介する。 ・本時の学習内容を伝えるとともに、前回の学習カードを見ての課題について確認させる。
なか 30分	3. ロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえた曲に合わせながら、グループで自由に踊る (曲は前回の授業と同じ曲)。 ・グループ内で、リーダーを交代しながら、リーダーの動きをまねして踊る。 ・互いに踊りで自由に掛け合う部分も入れる。 4. リズム別のグループで、オリジナルダンスをつくる。 ・前回の授業での復習を行う。(できあがっているダンスをグループ毎に確認する) ・リズムや音楽の特徴が生きるように、変化のある動きを組み合わせたり、隊形移動を工夫したりする練習方法を選んで取り組む。 ・グループで、合わせて踊る部分 (ユニゾン)、1人ずつ自由に踊る部分、2人組で踊る部分など組み合わせ変化をつける。	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と向かい合ったり、仲間の周りをまわったり、踊る空間の変化を意識させる。 ・動きのスピードを上げたり、落としたり、時には止まったりと、変化を付けて踊るようながす。 ・踊りの掛け合いを行わせる。 ・教師も生徒たちの周りを、リズムをとりながら踊って回る。 ・グループ編成は4グループぐらい (6人~8人組) ・座った話し合いにならないように、教師がつねにグループを回り、指示をする。 ・生徒が難しい振り付けなどにとられないようながす。 ・常にグループ全員で踊る必要はなく、ソロやペアなどで踊ることによって、グループとしての踊りの変化が付くことを伝える
		 <p>最後はアンコールグループの踊りを全員で踊る</p>
まとめ 10分	5. オリジナルダンスの交流会 (メドレー形式) を行い、学習のまとめを行う。 ・学習カードに自己評価と次時の課題を記入する。 ・次時の学習内容の確認・あいさつ	<ul style="list-style-type: none"> ・他のグループの踊りの出来栄を見て積極的に参考にさせる。 ・本時の学習への取り組み状況や課題の達成状況についての確に振り返りをさせる。 ・次時の学習内容を伝え、見通しを持たせる。

☆リーダーや各係など分担した役割を果たそうとしている。【態度①】 (観察)

《参考資料》

導入の工夫と曲の選択の視点

導入としては、座った状態で、小さな動きでリズムに乗る動作からスタートし、恥ずかしがらずに取り組めるようにしている。(手拍子でじゃんけんなど。わらべ歌も利用できる。)

使用する曲は、スキップなどの弾む動き(技能の重点)にあった曲や、生徒たちの中で流行っている曲の使用で、解放的な雰囲気を作るようにしている。また、ヒップホップは、しっかり縦ノリができるスピードの曲を選択するようにしている。

リズムの乗り方の特徴

[ロック]

- ・体幹部を中心とした弾む動き
- ・アフタービート(弱強)の後打ちのアクセント

[ヒップホップ]

- ・縦ノリ(体の上下運動)
- ・強いアクセント

ダンス交流会の進め方(例)

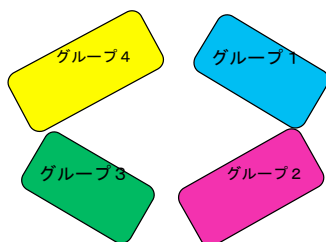
現代的なリズムのダンスでは、発表会に代わる活動として「交流会」を設け、一緒に参加しダンスを体験できる場になるように、様々な交流を工夫している。下記の例は、メドレー形式で、互いの踊りを次々と交代して踊るものです。

その他にもワークショップ形式(互いの踊りを教え合い交換し合って踊る)や分担形式(同じ曲の中で、主役と脇役を交代して踊るなど)・バトル形式(リズムの乗りを競って踊る)などがあります。

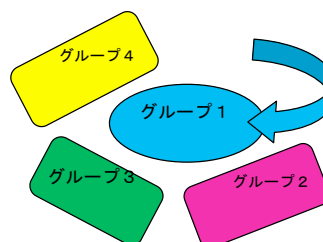
〈メドレー形式の進め方〉

1. 中央に踊る空間を作り、その周りを各グループが囲むようにする。
2. 音楽が流れ出したら、手拍子や左右にステップを踏んでリズムをとる。
3. 各グループ順番に中央の空間に入り踊る。
4. グループが変わる際は、次のグループを指名したり、アピールしたりして交替する。
5. 最後は全グループで踊る。

〈最初の隊形〉



〈交流会スタート!〉



〈進め方の工夫〉

- 音楽は4グループが同じ曲を使うなら、自動で繰り返しができるように設定する。違う曲なら編集をし、音楽が途切れないようにしている。
- 周りのグループは、中央のグループが踊りやすい雰囲気を作るために、まねをして踊ってみたり、自分の踊りを合わせてみるなども可能です。
- 曲の長さは長くなりすぎないように、「A メロ～サビ」または、「サビ～ A メロ～サビ」ぐらいの長さ(時間でいうと1分半ぐらい)が考えられる。
- グルーピングも大事で、ダンスが上手い生徒というよりも、男女区別なく誰とでもコミュニケーションが上手くとれる生徒を各グループに分けられるよう配慮している。

三つのダンスの魅力をダイジェストに味わって踊ろう

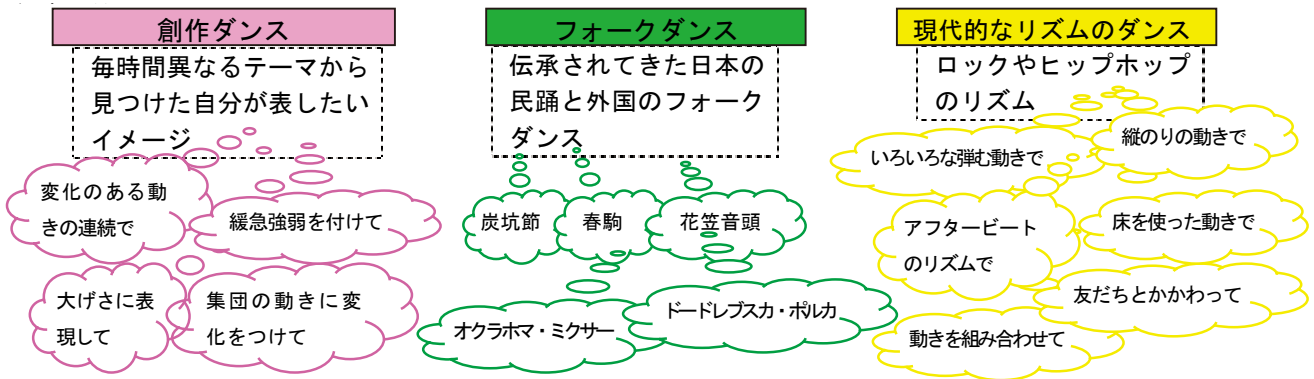
1 授業の基本的な構想

(1) 授業のねらい

本事例は、中学校で取り扱うダンスの三つの内容（創作ダンス・フォークダンス・現代的なリズムのダンス）を一単元でまぐるしく学習できるようにしたものです。それぞれのダンスの特に大切にしたい内容を絞って取り上げ、三つのダンスの特徴を理解できるようにしています。
〔三つのダンスの特性や魅力〕

創作ダンス	イメージをとらえ、即興的な表現や、変化のあるひとまとまりの表現で踊る
フォークダンス	伝承されてきた踊りの特徴をとらえ、音楽に合わせてみんなで交流して踊る
現代的なリズムのダンス	リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、全身で自由に弾んで踊る

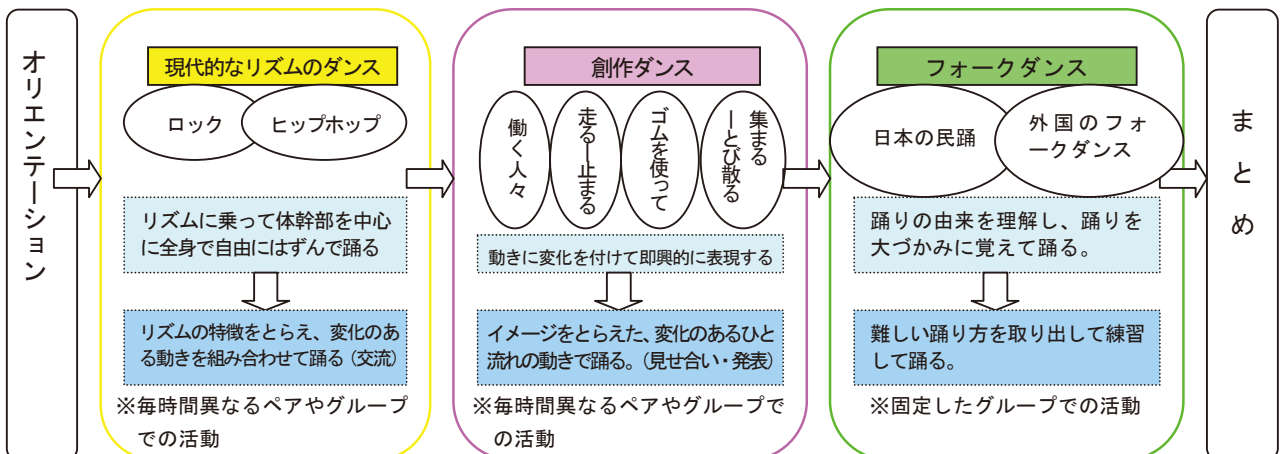
<三つのダンスで大切にしたい指導内容>



(2) 授業づくりの考え方

本事例で取り上げる内容は、「現代的なリズムのダンス」「創作ダンス」「フォークダンス」の順としています。はじめに生徒の興味関心が高く身近な内容である「現代的なリズムのダンス」を取り上げ、だれとでも楽しく自由に踊れるようなダンスの学習によって、「創作ダンス」の学習へのスムーズな展開が期待できます。創作ダンスでは、すぐに動き出せる具体的な動きがあるものやダイナミックな動きが引き出せるテーマを取り上げています。フォークダンスでは、日本と外国の踊りの両方を取り上げ、踊りのレパートリーを増やしながらか、みんなと楽しく踊ります。なお、「技能」はもちろんのこと、お互いの個性を認めあい学習に積極的に取り組もうとする「態度」や、課題に応じた運動の取り組み方の工夫を行う「思考・態度」、そして、三つのダンスの特性や踊りの由来と表現の仕方について理解する「知識」についての学習を、バランスよく指導できるようにしています。

<単元の展開例>



2 単元の見目

- (1) 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、イメージをとらえた表現や踊りを通した交流ができるようにする。(技能)
- ・創作ダンスでは、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まとまりの表現にしたりして踊ること。
 - ・フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることができるようにする。
 - ・現代的なリズムのダンスでは、ロックやヒップポップなどのリズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができるようにする。
- (2) ダンスに積極的に取り組むとともに、互いのよさを認め合おうとすることができるようにする。(態度)
- (3) ダンスの特性、踊りの由来と表現の仕方を理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識、思考・判断)

3 単元の評価規準

	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
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ・よさを認め合おうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 ・課題に応じた練習方法を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・創作ダンスでは、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、変化のあるひとままとまりの表現にしたりして踊ることができる。 ・フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることができる。 ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 ・踊りの由来について、学習した具体例を挙げている。 ・表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。
学習活動に即した評価規準	<p>①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、イメージをとらえた表現や踊りを通して交流することに積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②互いの個性や表現を認め合って、だれとでも踊りに楽しく取り組もうとしている。</p>	<p>①発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。</p> <p>②難しい踊り方の練習方法を適切に選んでいる。</p>	<p>①現代的なリズムのダンスでは、リズムに乗って、体幹部を中心に全身で弾みながら自由に踊ることができる。</p> <p>②創作ダンスでは、表したいイメージをとらえ、変化のあるひと流れの動きで踊ることができる。</p> <p>③フォークダンスでは、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることができる。</p>	<p>①ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。</p> <p>②現代的なリズムのダンスは、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が楽しい運動であることを学習した具体例を挙げている。</p> <p>③創作ダンスは、自分たちのイメージを自由に表現することが楽しい運動であることを言ったり書き出したりしている。</p> <p>④フォークダンスは、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊り、みんなで交流することが楽しい運動であることを学習した具体例を挙げている。</p>

4 指導と評価の計画（例）

三つのダンスの魅力ダイジェストに味わって踊ろう

内容配列とその考え方			「現代的なリズムのダンス」				
学習の段階		オリエンテーション	ロックやヒップホップのリズム特徴をとらえ、リズムに乗って自由に弾んで踊る				
毎時間の小テーマ			ロック①	ロック②	ヒップホップ①	ヒップホップ②	テーマA 身近な生活や 日常動作 「働く人々」
時数		1	②	3	4	5	6
第一学年	0	学習の進め方とダンスの三つの内容について知る	1 ウォーミングアップ(心と体のほぐし) 2 本時のねらいと学習内容の確認				
	10		3 本時のロックやヒップホップのリズムに乗って、自由に踊る (1) 先生と一緒に踊る。 (2) 2人組で自由に踊る。				
	20		4 本時のリズムの特徴を生かし工夫した動きで踊る (1) 本時のリズムの特徴を知る。 (2) 2人組で動きを工夫する。 (3) 他のペアと交流して踊る				
	40		いろいろな「全身で弾む動き」を見つけて踊る。	「アフタービート」のリズムの特徴をつかんで踊る。	「縦のりの動き」や「リズムのとり方の変化」を取り入れて踊る。	「対立する動き」を取り入れて踊る。	日常動作を大きさに表現する。
	50		5 学習のまとめ				
評価の観点	運動への関心・意欲・態度		① (観察・学習カード)		② (観察・学習カード)		
	運動についての思考・判断			① (学習カード・観察)			
	運動の技能					① (観察)	
	運動についての知識・理解	①② (学習カード・観察)					

※時数を○で囲んであるものは「本時の目標と展開」を例示した。

創作ダンス・フォークダンス・現代的なリズムのダンス 第1学年（14時間）

「創作ダンス」			「フォークダンス」				三つのダンス
<p>「現代的なリズムのダンス」の自由に踊る学習を継続しながら、多様なテーマによるイメージの表現へと学習へスムーズに移行させる。</p>			<p>単元前半で経験してきた自由に即興的に踊る楽しさとは違った、決まった踊り方の特徴をつかんで踊る学習へと移行させる。</p>				
<p>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て踊る。</p>			<p>伝承されてきた踊りの特徴をとらえ、みんなで交流して踊る。</p>				ま と め
<p>テーマB 対極の動きの連続 「走るー止まる」</p> <p>⑦</p>	<p>テーマE ものを使う 「ゴムを使って」</p> <p>8</p>	<p>テーマD 群の動き 「集まるーとび散る」</p> <p>9</p>	<p>「炭坑節」(福岡) 「春駒」(岐阜)</p> <p>10</p>	<p>「花笠音頭」(山形)</p> <p>11</p>	<p>「オクラホマ・ミクス」(アメリカ) 「ドードレブスカ・ポルカ」(旧チェコスロバキア)</p> <p>⑫</p>	<p>フォークダンス メドレー</p> <p>13</p>	
<p>1 ウォーミングアップ(心と体のほぐし) 2 本時のねらいと学習内容の確認</p>			<p>1 ウォーミングアップ(心と体のほぐし) 2 本時のねらいと学習内容の確認</p>				<p>3 日本の民踊を踊る</p> <p>4 外国のフォークダンスを踊る</p> <p>単元を振り返り、三つのダンスを踊る</p> <p>「現代的なリズムのダンス」</p> <p>↓</p> <p>「創作ダンス」</p> <p>↓</p> <p>「フォークダンス」</p> <p>単元のまとめ</p>
<p>3 本時のテーマから即興的に表現して踊ろう。(2~3人組で。第9時は、6人組)</p>			<p>3 踊りの由来を理解し踊りを大づかみに覚えて踊る。</p> <p>掘ったり、担いだりトロッコを押すような体の使い方 で踊る。</p> <p>バルソビアナポジションからパートナーチェンジをスムーズに行う。</p>				
<p>4 本時のテーマから表したいイメージをとらえ、変化のあるひと流れの動きで踊ろう。 (1) 動きの工夫の方法を知る。 (2) イメージをとらえた表現に動きを工夫する。 (3) 工夫した表現の見せ合い(発表)</p> <p>変化のある動きを連続させて踊る。</p> <p>新しい動きを発見し、緩急強弱を付けて踊る。</p> <p>集団の動きの変化を付けて踊る。</p>			<p>4 みんなで交流して踊る難しい踊り方を取り出して練習したのち。</p> <p>土木作業の調子付けを意識し、掛け声も調子よく入れる。体を前に突っ込みながらジャンプし、躍動的な動きで踊る。</p> <p>花笠の操作を歯切れよく行う。</p> <p>ポルカ・ステップをスムーズに行う。</p>				
<p>5 学習のまとめ</p>			<p>5 学習のまとめ</p>				
<p>① (学習カード・観察)</p>			<p>② (学習カード・観察)</p>				
<p>② (学習カード・観察)</p>			<p>② (学習カード・観察)</p>				
<p>② (観察)</p>			<p>③ (観察)</p>				
<p>③ (学習カード・観察)</p>			<p>④ (学習カード・観察)</p>				
<p>③ (観察)</p>			<p>①②③ (観察)</p>				

5-1 本時の目標と展開

【第1学年 現代的なリズムのダンス「ロック①」 2 / 14 時間】

(1) 本時の目標

- ロックのリズムに乗って、全身で弾む動きで自由に踊ることができるようにする。 (技能)
- ロックのリズムに乗って全身で自由に弾んで踊る学習に積極的に取り組むことができるようにする。 (態度)
- 仲間のよい動きや表現を指摘することができるようにする。 (知識、思考・判断)

(2) 展開 ※ 本時では、運動についての関心・意欲・態度を主として評価する。

	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価 (☆)
はじめ5分	1 ウォーミングアップ (心と体のほぐし) 2 本時のねらいと学習内容の確認。 <div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> ロックのリズムに乗って、弾む動きで友だちと自由に踊ろう。 </div>	・ 2人組になり、音楽のリズムに乗って、全身で自由に弾んで踊ることを伝える。
なか40分	3 先生と一緒に、ロックのリズムに乗って、簡単な弾む動きで踊る。 	・ 手拍子で音楽のリズムを確認する。 ・ 音楽のリズムに合わせて、その場でスキップしたり両足ジャンプをしたりして、リズムに乗るということを説明する。 ・ 自然な弾みや簡単なステップの動きで、短い動きをくりかえして示し、一緒に踊る。 ・ 手をつないで回るなどの2人組の動きを示す。 ・ スキップなどで、移動する動きを示す。 <div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 先生のまねをして踊るよ。正確にまねなくていいから、弾む動きの特徴をすばやくキャッチして </div>
	4 ロックのリズムの特徴を生かし工夫した動きで踊る。 (1) 活動の仕方を知る。 <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ・ じゃんけんで勝った人がリーダーになる。リーダーは、ロックのリズムに乗って、弾む動きで踊る。じゃんけんに負けた人は、必ずリーダーの動きをまねして踊る。途中、先生の合図でじゃんけんをし、その度にリーダーを交代する。足を止めてはいけない。動きに困ったら、移動する動きで踊る。 </div>	・ いろいろな弾む動きで、自由に踊り、いろいろな動きを自分たちで見つけるように促す。
	(2) 2人組でリーダーの動きをまねしながら自由に踊り、気に入った動きをつなげて踊る。 <div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 移動の動きを工夫しよう </div> <div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 自由に踊るって楽しいな。 </div> 	・ 動きのヒントやよい動きを賞賛する言葉がけを行い、足を止めないで活動できるよう助言する。 <div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 動きに困ったら、移動の動きを入れたり、先生と一緒に踊ったときの動きを思い出してしてみよう。違う動きをつなげ、動きを繰り返して踊るといいよ。 </div>
	(3) 他のペアと動きを紹介しあって踊る。	・ 自分たちの動きと他のペアの動きをつなげ、さらに長く音楽のリズムに乗って踊ることを説明する。 <div style="background-color: #a4c639; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 動きを紹介し合うことで、動きの種類も増えるね！ </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ☆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、イメージをとらえた表現や踊りを通して交流することに積極的に取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度①】 (観察) </div>
まとめ5分	5 本時のまとめをする。 ・ 本時の授業記録をまとめる。 ・ 学習の成果や課題などを発表する。	・ ダンスの学習に積極的に取り組むことができたか、自己評価させる。また、積極的に取り組んでいる仲間の様子を発表させる。


5-2 本時の目標と展開

【第1学年 創作ダンス テーマB 対極の動きの連続「走る-止まる」 7/14時間】

(1)本時の目標

- 本時のテーマ「走る-止まる」の動きを手がかりに、変化のあるひと流れの動きで表したいイメージを表現することができるようにする。(技能)
- 本時のテーマによる学習に積極的に取り組むことができるようにする。(態度)
- 仲間のよい動きや表現などを指摘することができるようにする。(知識、思考・判断)

(2) 展開 ※ 本時では、運動についての思考・判断を主として評価する。

	主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価(☆)
はじめ5分	1 ウォーミングアップをする。 2 本時のねらい・学習内容を確認する。 「走る-止まる」から、変化のあるひと流れの動きで自分のイメージを表現しよう。	・いろいろな動きを仲間とかかわりながら自由に行って、生徒の心と体をほぐす。
なか	3 本時のテーマ「走る-止まる」を手がかりに対極の動きの連続による即興的な表現を楽しむ。 (1) 活動の仕方を知る。 ・教師のリードで、「走る-止まる」の対極の動きの連続をひと流れで動く。特に「止まる」ときは、周りの空気も止めてしまう緊迫感が出せると表現的になることを理解できるようにする。 ・2人組になり、一人は自由に「走る-止まる」動きを即興的に行う。もう一人はその動きをまねしながら追いかける。2人の役割を交代して活動を繰り返し、いろいろな「走る-止まる」動きの連続を即興的に見つけることができるようにする。 (2) 2人組で「走る-止まる」の表現を即興的に行う。 いつ止まるか分からないからスリルがあるね  次は回りながら走ってみるぞ しっかり止まるぞ 4 気に入った「走る-止まる」動きを使って、表したいイメージに合った変化のあるひと流れの動きを、工夫する。 泥棒を追いかけるイメージで 枯れ葉が舞うイメージで 空を飛ぶ紙飛行機のイメージで ・他のペアと動きを見せ合い、感想を発表する。	・「対極の動きの連続(走る-止まる)」の動きを手がかりに、2人組で即興的に踊ったり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりすることを伝える。 ・本時のテーマについて説明し、友達とかかわりながら即興的に表現を楽しむよう促す。 ・2人組になり、どちらが先に走る役割を行うか決めてから、一斉に活動を行わせる。途中で役割を交代させながら、次第に動きが発展していくよう、支援する。 ○空間を広く使って踊よう促す。 ○いろいろな「走る-止まる」動きの連続を見つけるよう促す。 ○動きと動きの間がとぎれないよう、言葉かけを行う。 「飛ぶように走る!」「力強く止まる!」「軽やかに走る!」「体をねじって止まる!」動きながらどんなイメージが浮かぶかな。 ○繰り返しの効果と変化のあるひと流れの動きを例示する。 ○実際に動きながら、動きの発展を考えさせる。 ○はじめとおわりのポーズを決めさせる。 強調する動きを決めて、その動きを数回繰り返してみよう。 「急激に止まる感じ」や「ゆっくり止まる感じ」の動きの変化とつながりを意識して! ☆発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【思考・判断①】(観察・学習カード) ○お互いの動きのよさを認め合うよう促す。
まとめ5分	5 本時のまとめ ・学習カードを記入する。	○「対極の動きの連続(走る-止まる)」で、各組の動きの工夫などを確認し、仲間のよい動きや表現などを学習カードに記入させる。