

第3学年4組 体育科学習指導案

1 単元名 リズムダンス

2 運動の特性

リズムダンスは、軽快なロックやサンバなどのリズムに乗って全身で弾んで踊ったり、友達と自由に関わり合ったりして踊ることが楽しい運動である。

3 児童の実態

(1) 知識・技能の状況について

本学級の児童は、1，2年時に表現リズム遊びの学習を大半の児童が行っている。リズムダンスで扱うロックとサンバについては、ロックは日頃から聞き慣れている曲に多いこともあり、6割近くの児童が知っている。それに対してサンバを知っている児童は少ない。それぞれのイメージを「かっこいい」「楽しそう」「にぎやか」と挙げている児童がほとんどで、リズムの特徴やへその動きの違いについてまで理解している児童は少ない。

実態調査は表現の学習時に行ったダンスウォーミングアップの児童の様子から見取った。周りを気にせず踊れるかについては、児童の自己評価では誰とでもできると3割近くが答えた。しかし、実際は誰とでもできる児童は4名で、大半の児童は特定の仲が良い友達とならできていた。周りを気にしてしまい、恥ずかしがって上手く踊れない児童も数名いた。リズムに乗って踊れるかについては、大半の児童がリズムに乗って踊ることができていた。ロックとサンバのリズムの違いに気付いて変化を付けて踊ることができている児童は6名であった。また、リズム関係なく体を動かしている児童も5名いた。どのように動いたらよいのかわからず、周りの友達を見て踊っていたり、踊っていない仲間同士で集まって何となく体を動かしたりしている様子が見られた。

(2) 思考・判断・表現の状況について

自分のめあてをもって学習することができるかについては、できると答えている児童が9割以上いる。中でも、資料があればできると答えた児童は3割近くいる。また、めあてを達成したり、解決したりするためにどうするかという質問に、多くの児童が「何回も練習する」「めあてを何度も確認する」と答えている。自分に合っためあてを考え、課題解決をする方法を具体的に理解していない児童が多くいることがうかがえる。

リズムダンスの学習では、多くの児童が、「リズムに乗って踊りたい」「色々な動きができるようになりたい」という思いを持っており、友達と関わり合って踊ることよりも、自分の踊りを高めることに興味を持っている児童が多いことがわかる。

仲間と協力して学習することができるかについては、仲の良い友達とならできると答えている児童が3割近くいる。理由としては、「喧嘩しそうだから」「話しづらい人もいるから」「ふざける人がいるから」と考えている。また、仲間に考えを伝えたり、称賛したりするなどの仲間との関わりに対して、できないと答えている児童もあり、仲間との関わりに関して不安を感じている児童がいる。

(3) 主体的に学習に取り組む態度の状況について

本学級の児童は、概ね体育の学習が好きだと答えている。運動が好きで、習い事やこれまでの学習経験から得意な運動ができ、人に褒められるなどの経験を通して楽しさを感じている児童が多くいることがわかる。それに対して、体育の学習があまり好きでないと答えている児童は3名いる。表現リズム遊びの学習については、とても好きという児童が減り、あまり好きでないと答える児童が1名増えた。表現リズム遊びをして楽しいと思う理由に、「みんなで盛り上がったとき」「自分の動きを褒めてもらったとき」などを挙げている児童が多く、楽しくないと思う理由に、「みんなが楽しくなさそうにしているとき」「友達に指摘されたとき」などを挙げている。表現リズム遊びの学習では、学級全体の雰囲気や友達との関係が大きく影響していることが考えられる。

リズムダンスの学習に対しては、9名の児童がやりたくないと答えており、表現リズム遊びに比べて、否定的に捉えている児童が増えている。理由としては、「恥ずかしいから」「友達に見られるのが嫌だから」などが挙げられており、学年が上がったことにより、周りの視線を気にする児童が増えたことが影響していると考えられる。

4 研究の視点と学習の手立て

(1) 市教研体育部の研究主題

生涯にわたって健康を保持増進し、運動に親しむ子どもを育てる体育学習

(2) 研究の視点と手立て

視点1 課題を見付け解決できる学習過程の工夫と指導内容の明確化

<手立て>

○よりよい動きを見付け、運動を楽しめるようにするための学習過程の工夫

本学級の児童は、仲間と協力して学習することに対して不安感をもっている児童がいたり、周りの目を気にしてしまい恥ずかしくて思い切り踊ることができない児童がいたりする。そこで、毎時間の始めにダンスウォーミングアップの時間を設け、心と体を解放し、楽しく学習できるようにしていく。学習に意欲的に取り組みやすいようにクラス全体で円形コミュニケーションを行ったり、二人組で関わり合いながらダンスウォーミングアップを行ったりしていきたい。クラス全体が楽しく盛り上がる雰囲気を作ることで、心と体も解放され、どんな児童も学習に意欲的に取り組むことができるであろうと考えた。

児童が楽しく運動をするためには、曲に合わせてどのように動けばよいか動き方を多く知っている必要があると考えた。そこで、円形コミュニケーションでは意図的に様々な動きを味わわせるようにしていく。そうすることで、児童はダンスウォーミングアップの動きの中から動きを選んだり広げたりつなげたり組み合わせたりしながら、自分の踊りへとつなげていき、動き方が分からず意欲的に取り組むことができない児童を減らすことができると考えた。

(円形コミュニケーションで意図的に取り入れたい動き)

- ・体の様々な部分を意識した動き（へそ・首・頭・肩・おしりなど）
- ・高さを意識した動き（低く・高く）
- ・速さに変化をつけた動き（ゆっくり、速く、ストップなど）

- ・工夫した動き（ねじる、回る、弾む、ジャンプなど）
- ・手拍子や掛け声を入れる

児童の実態調査を見ると、「面白い曲が流れたときに楽しさを感じ、面白くない曲が流れると楽しくないと感じる」とあり、児童が意欲的に学習に取り組むためには学習で踊る曲が大切だと考えた。そこで、本単元では学習活動①で曲調の違う3曲を踊った後、学習活動②でその3曲の中から1曲を選んで踊りこむようにする。学習活動②の学習で踊りこんだ曲は、次の学習の学習活動①でもう一度踊るようにする。前時の学習で踊りこんでいるため児童にとって踊りやすいし、自分のめあてに取り組みやすくなると考えた。前時で増やした動きの財産を生かしてもう一度踊ることで、よりよい動きをすることもできるようになり、技能の向上にもつながると考えた。

また、学習活動①と学習活動②の間に「まねっこタイム」という時間を設けるようにしたい。まねっこタイムでは、学習活動②で踊りこむ曲を、3人組グループで順番にリーダーを変え、他の児童がリーダーの真似をして踊るようにする。恥ずかしがって踊れない児童や動きのバリエーションが少ない児童も他の児童の動きを真似しながら一緒に踊ることで、学習活動②で動きを工夫して意欲的に取り組むことができると考えた。互いのよい所をたくさん言い合えるように、踊っている際は、グループの友達を意識して踊るようにさせ、互いに協力し合って学習を進めていくようにしていきたい。

○指導内容を明確化し、動きの幅を広げるポイント表

リズムダンスの学習では、曲調の違うロックとサンバのリズムの特徴に気付き、そのリズムに合った動きをすることが求められる。しかし、曲調の違いに気付くことはできてもどのように動いたらよいのか分からず、意欲的に学習に取り組めない児童が出てくることが考えられる。そこで、児童に指導する内容を整理し、学習で指導する際に活用できるようにしたい。曲調とへその動きの違いに関しては、オリエンテーション時に児童に十分に味わわせるようにする。曲調によるへその動かし方の違いを理解することがロックとサンバのリズムの違いに気付く上で重要なため、オリエンテーションで丁寧に指導し、学習活動①で意欲的に踊ることができるようしていきたい。また、よい動きをクラスで共有し、児童の言葉を拾いながら掲示物にまとめ、動きを広めていくようにする。学習が進むにつれ、児童自ら曲調の違いをとらえ、工夫した動きができるように指導していきたい。

(指導内容を明確化し、動きの幅を広げるポイント表)

	ロック	沖縄調ロック	サンバ
曲調	・軽快なテンポのリズム 「ンタ・ンタ・ンタ・ンタ」の後打ちのリズム ・ビートの強いリズム 「ウンタ・ウンタ」の後打ちのリズム	・沖縄民謡のリズムを主とし、ゆったりとしたリズム	・「ンタッタ・ンタッタ」のシンコペーションのリズム ・打楽器の小刻みなビートのリズム
へそ	・へそを上下に弾ませて、全身で跳ぶように体を弾ませながら踊る。	・体をリラックスさせ、へそを中心に横に揺れて踊る。	・へそを前後左右にスイングして踊る。

動き	・ねじる、回るなどの動きを入れて変化を付ける。 ・ゆっくり、速く、ストップなどでリズムに変化を付ける。	・指先までリズムに乗る。 ・体をスイングする感じで踊る。 ・膝や手を柔らかく全身の力を抜いて踊る。 ・三味線を弾くように踊る。 ・手を上げて阿波踊り風に踊る。	・ねじる、回るなどの動きを入れて変化を付ける。 ・ゆっくり、速く、ストップなどでリズムに変化を付ける。 ・手をひらひらさせてリズムをとる。 ・ステップを細かくして、腰をたくさん動かす。
----	--	---	---

視点2 運動の楽しさや喜びを膨らませる関わり合いの工夫

＜手立て＞

○どの児童も安心して学習に取り組むことができるグループの工夫（単元を通しての3人組グループ）

本学級の児童は、リズムダンスの学習に対して、「人前で踊るのが恥ずかしい」「仲の良い友達となら踊れる」と感じており、友達との関わり方に不安を感じている児童が多くいる。また、どのように動いたらよいのか分からず、周りの友達の動きを見て体を動かしている様子も多く見られる。しかしリズムダンスの運動の特性として、「友達と自由に関わり合ったりして踊ることが楽しい運動である。」とあるように、友達と関わり合う中で動きを深めたり、踊ることの楽しさを味わっていったりすることはとても重要であると考え。そこで、本単元では、教師が意図的な3人組のグルーピングを行い、そのグループで単元を通して協力して学習を進めるようにしていきたい。グループの編成は、リズムダンスの技能や恥ずかしがらずに踊れるか、人間関係等を考慮していく。グループを単元通して変えないことで、恥ずかしくて踊ることができない児童も学習が進むにつれて同じグループの友達に慣れ、踊ることの抵抗感が減り、安心して学習できるようにしていきたい。

学習活動①や学習活動②では、3人組グループ関係なく、クラス全体で踊ることになる。ただ、学習の始めは、恥ずかしかったり動き方が分からなかったりする児童にとっては、3人組が決まっていることで、困ったときに同じグループの友達の真似をすることができ、学習に安心して取り組むことができる考える。また、「まねっこタイム」で、3人組グループで順番に真似をして踊る時間を設けることで、慣れ親しんだ友達の良い動きを真似することができ、意欲的に友達の動きを自分のものにすることができる考えた。

5 単元の目標

- (1) リズムダンスの行い方を理解するとともに、ロックやサンバの特徴や動きの違いに気付き、軽快なリズムに乗って、全身で踊ることができるようにする。(知識及び技能)
- (2) 自己の能力に適した課題を見付け、課題に応じた活動をし、友達の良い動きを見付け、自分の踊りに取り入れたり、考えたことを他者に伝えたりすることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- (3) リズムダンスに進んで取り組み、誰とでも仲よく活動したり、場の安全に気を付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)

6 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リズムダンスの行い方について、言ったり書いたりしている。 ②ロックやサンバのリズムの特徴や動きのポイントを理解している。 ③軽快なリズムに乗って、全身で弾んで踊ることができる。 ④友達と関わり合って踊ることができる。	①自己の能力に適した課題を見付け、課題に応じた活動をしている。 ②友達の良い動きを見付け、自分の踊りに取り入れたり、考えたことを他者に伝えたりしている。	①リズムダンスに積極的に取り組もうとしている。 ②きまりを守り、誰とでも仲よく活動しようとしている。 ③場の安全に気を付けて活動しようとしている。

7 指導と評価の計画

	1	2	3	4	5 (本時)	6
0 ↓ 4 5	オリエンテーション ・学習の進め方と約束の確認 ・学習カードの使い方の確認 ・ダンスウォーミングアップ ・曲調の違いの確認	ダンスウォーミングアップ 学習活動① いろいろな曲のリズムにのって、自由に踊って楽しむ。 まねっこタイム 学習活動② 1つの曲でのり方を工夫し、踊って楽しむ。				リズムダンスパーティー
知・技			① (カード・観察)	② (カード・観察)	④ (観察)	③ (観察)
思・判・表		① (カード・観察)	② (カード・観察)	① (カード・観察)	② (カード・観察)	
態度	①③ (観察)	② (観察)				① (観察)

8 指導計画

はじめ	オリエンテーションをする。 ○学習のねらいと道すじを知り、学習の進め方に見通しをもつ。 ○学習の約束を決め、安全やマナーについて知る。 ○学習カードの使い方を理解する。 ○ダンスウォーミングアップをする。 ○曲調の違う曲（ロック、沖縄調ロック、サンバ）で踊り、違いを確認する。 ◇リズムダンスに積極的に取り組もうとしている。【態度①】 ◇場の安全に気を付けて活動しようとしている。【態度③】																
	学習内容と活動 教師の支援（○）・評価（◇）																
なか／6	1 ダンスウォーミングアップを行う。 ○ダンスウォーミングアップの例 ・円形コミュニケーション ・2人組 ・両手ブラブラ、全身ユラユラ ・なべなべ回れ ・足ふみタッチ ・コーヒークップ ・ブーメラン ・股くぐり 2 本時のめあてと学習の進め方を確認する。 3 学習活動①をする。																
学習活動① いろいろな曲のリズムにのって、自由に踊って楽しむ。																	
	・リズムや曲調の違う3曲をメドレーで流し、踊る。 ・曲調の違いによる踊り方の違いを確認する。 （各時間で踊る曲調） <table border="1" data-bbox="240 1585 831 2031"> <tr> <td rowspan="3">2 時間目</td><td>ロック</td></tr> <tr> <td>沖縄調ロック</td></tr> <tr> <td>サンバ</td></tr> <tr> <td rowspan="3">3 時間目</td><td>ロック</td></tr> <tr> <td>沖縄調ロック</td></tr> <tr> <td>サンバ</td></tr> <tr> <td rowspan="3">4 時間目</td><td>サンバ</td></tr> <tr> <td>ロック</td></tr> <tr> <td>沖縄調ロック</td></tr> <tr> <td rowspan="3">5 時間目</td><td>沖縄調ロック</td></tr> <tr> <td>ロック</td></tr> <tr> <td>サンバ</td></tr> </table> ○ポイント表をもとにより動きをしている児童を称賛し、自分の動きに取り入れるよう声をかけるようにする。 ○恥ずかしくて動けない児童には、グループの友達の真似をするよう助言したり、教師が寄り添い一緒に踊ったりするようにする。 ○ロックとサンバの曲調の違いを意識して踊れている児童を称賛し、そのよさを全体に広げていくようにする。 ○児童から出たよい動きを掲示物にまとめ、動きの幅を広げていくようにする。 ◇ロックやサンバのリズムの特徴や動きのポイントを理解している。【知・技②】	2 時間目	ロック	沖縄調ロック	サンバ	3 時間目	ロック	沖縄調ロック	サンバ	4 時間目	サンバ	ロック	沖縄調ロック	5 時間目	沖縄調ロック	ロック	サンバ
2 時間目	ロック																
	沖縄調ロック																
	サンバ																
3 時間目	ロック																
	沖縄調ロック																
	サンバ																
4 時間目	サンバ																
	ロック																
	沖縄調ロック																
5 時間目	沖縄調ロック																
	ロック																
	サンバ																

4 まねっこタイムをする。 ・学習活動②で踊る曲に合わせて3人組で踊る。 ・リーダーの動きを他の2人が真似して踊る。 (リーダーは15秒ずつで変えていく。) 5 学習活動②をする。	○友達のよい動きを真似し、活動②で自分の踊りに生かすとよいことを助言する。 ○互いのよい動きをたくさん褒め合うように声をかけをする。 ◇友達の良い動きを見付け、自分の踊りに取り入れたり、考えたことを他者に伝えたりしている。 【思・判・表②】								
学習活動② 1つの曲でのり方を工夫し、踊って楽しむ。									
・学習活動①で踊った曲の中から1曲選び、のり方を確認した後、全員で繰り返し踊る。 (各時間で踊りこむ曲調) <table><tr><td>2時間目</td><td>ロック</td></tr><tr><td>3時間目</td><td>サンバ</td></tr><tr><td>4時間目</td><td>沖縄調ロック</td></tr><tr><td>5時間目</td><td>ロック</td></tr></table>	2時間目	ロック	3時間目	サンバ	4時間目	沖縄調ロック	5時間目	ロック	○曲のリズムを確認し、曲の特徴に合ったのり方で踊るように助言するようにする。 ○友達のよい動きを真似して、自分の動きを深めるように声をかけるようにする。 ○友達とかかわり合いながら踊れている児童を称賛し、そのよさを全体に広げるようにする。 ○4つのくずしを意識して踊ると動きがよくなることを助言するようにする。 ◇自己の能力に適した課題を見付け、課題に応じた活動をしている。 【思・判・表①】 ◇きまりを守り、誰とでも仲よく活動しようとしている。 【態度②】 ◇友達と関わり合って踊ることができる。 【知・技④】
2時間目	ロック								
3時間目	サンバ								
4時間目	沖縄調ロック								
5時間目	ロック								
6 学習の振り返りをする。 ・よい動きをしていた子を紹介する。	○自分の活動を振り返り、がんばったことや次の時間にやってみたいことを書くよう伝え、次時への見通しをもたせるようにする。 ○友達のよいところ、まねしたいと思ったことを書かせ、自信をもって学習に取り組めるようにする。 ○よい動きをしていた子やグループを紹介し、全体で共有することで、次時の学習の意欲づけにつなげるようにする。 ◇リズムダンスの行い方について、言ったり書いたりしている。 【知・技①】								

な か 6	1 ダンスウォーミングアップを行う。 2 ダンスパーティーをする。 ・今まで使った曲をメドレーで流して踊る。 3 学習の振り返りをする。	○今まで踊ってきた動きをたくさん取り入れながら踊るように助言する。 ○曲の特徴に合ったのり方で踊るように助言する。 ◇軽快なリズムに乗って、全身で弾んで踊ることができる。 【知・技③】 ◇リズムダンスに積極的に取り組もうとしている。 【態度①】
ま と め	学習のまとめをする。 ○リズムダンスの行い方を理解するとともに、ロックやサンバの特徴や動きの違いに気付き、軽快なリズムに乗って、全身で踊ることができたか。 ○自己の能力に適した課題を見つけ、課題に応じた活動をし、友達の良い動きを見付け、自分の踊りに取り入れたり、考えたことを他者に伝えたりすることができたか。 ○リズムダンスに進んで取り組み、誰とでも仲よく活動したり、場の安全に気を付けたりすることができたか。	