

保健体育科学習指導案

令和7年11月7日（金） 第6校時

三加茂中学校 1年 組 名

指導者 西谷 真由美

1 単元名 ダンス 「創作ダンス」

2 単元について

（1）教材観

第1学年及び第2学年では、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じた交流ができるようにする。その際、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。また、ダンスの学習に積極的に取り組み、仲間の学習を援助することや一人一人の違いに応じた表現や役割を認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにすることが大切である。

（2）生徒観

本学級の生徒は、明るく素直で、何ごとにも意欲的に活動することができる。小学校では、題材の特徴を捉え全身で踊ったり、リズムに乗ったりして踊ることや、表したい感じをひと流れの動きで表現したり、リズムや踊りの特徴を捉えたりして踊ることを学習している。中学校では、体育祭に向けて現代的なリズムのダンスを学習した。踊ることが好きな生徒が多く、リズムカルに音楽に合わせて体を動かしたり、仲間との交流を楽しんだりする様子が見られた。創作ダンスの表現運動は初めてであるため、恥ずかしさから動きが小さく、消極的な生徒もいると予想される。また、近年SNSの普及によって、決まった動きを踊ることには慣れているが、自分たちで創作することには慣れていない。また、身体でイメージを表現することに関しては難しく、正解がないことを不安に感じている生徒が多いと思われる。

（3）指導観

「誰もが参加し、活躍できること」それがダンスの魅力である。そのため、本単元では中学生に馴染みのあるヒップホップなど様々な音楽に合わせてイメージを表現する創作ダンスに挑戦したい。リズムに合わせて体を揺らし、ステップを踏みながらイメージを動きにすることで、楽しんで自然に表現することができると考えている。さらに、全身でダイナミックに踊ったり、動きをデフォルメしたりすることで、表現する楽しさや喜びをより味わわせたい。ダンスの授業を通して、自己表現をする大切さや、相手の思いを感じ取ることでできる感性を身に付け、互いに認め合いながらよりよい人間関係を築いていけるように指導する。さまざまな仲間との交流や、リズムに乗って踊り心身を解放することで、楽しく意欲的に活動してほしいと考えている。

3 単元の目標

- (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、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た交流をすることができるようにする。

(知識及び技能)

- (2) 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。

(思考力、判断力、表現力等)

- (3) 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、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。

(学びに向かう力、人間性等)

4 単元の評価規準

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		
①ダンスは、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を楽しさや喜びを味わえる特性があることについて言ったり、書き出したりしている。	①身近なテーマから連想を広げてイメージを出し、思いついた動きを即興的に踊ってみたり、仲間の動きをまねたりすることができる。 ②動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けたりして、ひと流れの動きで表現できる。	①提示された踊りのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間やグループの課題や出来映えを伝えている。 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。	①ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②簡単な作品創作などの話合いに参加しようとしている。 ③一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。

5 単元計画（全8時間）

	時	1	2	3	4	5	6	7	8(本時)
学習の流れ	0	オリエンテーション	健康観察・本時のねらいの確認						
	10		ダンスウォーミングアップ						
			ダンスバトル	走一跳一転	走一止	集まるー飛び散る	レッツおそうじ	学校あるある	スポーツいろいろ
	20	8 8 4 4 2 2 1 1 1 1 のリズム ダンス	【ヒップホップ気分 で】	【ダイナミック】	【メリハリ】	【群の変 化】	【リズムに のって】 【デフォル メ】	【リズムに のって】 【デフォル メ】	【リズムにの って】 【デフォル メ】
	30								
	40								
	50		ペア・グループで見せ合い 学習の振り返り・次時の確認						
評価機会	知	①							
	技			①					②
	思				①		②		
	態		①			②		③	
評価規準	知	①ダンスは、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える特性があることについて言ったり、書き出したりしている。							
	技	①思いついた動きを即興的に踊ってみたり、仲間の動きをまねたりすることができる。 ②動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けたりして、ひと流れの動きで表現できる。							
	思	①提示された踊りのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間やグループの課題や出来映えを伝えている。 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。							
	態	①ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②簡単な作品創作などの話合いに参加しようとしている。 ③一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。							

6 本 時（8／8時）

（１）目 標 スポーツの特徴を捉えてデフォルメし、リズムに乗って踊ることができる。

（２）展 開

時間	学習活動	指導上の留意点	学習活動における 具体の評価規準	評価 方法
5分	1 出欠・体調の確認			
	2 ダンスウォーム アップ			
5分	3 本時の目標、流れを 確認する。	○前時のダンスMV Pを発表する。		
	ダンスキーワード(DKW) 「リズムに乗って」 「デフォルメ」			
5分	4 デッサンをする。	○思いつくスポーツをたくさんあげる よう助言する。 ○動きの特徴を捉えてすぐに動いてみ るよう指示する。		
5分	5 リズムに乗って動 く。	○全身でリズムに乗って動かせる。一 番表したい動きをデフォルメし、強 調して踊るように伝える。		
20分	6 グループで創作す る。	○選んだスポーツの中で、一番表した い動きを決めるよう指示する。 ○動きをデフォルメして踊るよう助言 する。 ○リズムに乗った踊りの中に、運動課 題を取り入れた踊りを組み合わせる よう助言する。	○動きを誇張した り、繰り返した り、動きに変化 を付けたりし て、ひと流れの 動きで表現でき る。	○観察
5分	7 発表会	○最後まで気持ちを切らさずに、全力 で踊りきるよう助言する。	【技能②】	
5分	8 学習の振り返り	○工夫したところや仲間の良かったと ころを発表させる。		

（３）評価及び指導の例

「十分満足できる」と 判断される状況	・動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けるなどの動 きを、リズムに乗りながら全身でダイナミックに踊り、ひと流れ の動きでスムーズに表現できる。
「おおむね満足できる」状況を 実現するための具体的な指導	・動きを誇張したり、繰り返したり、動きに変化を付けるなどの動 きが難しい生徒には、仲間の動きを参考にして、同じ動きを繰り 返したり、高さや向きを変えたりして踊るよう個別に助言する。