

保健体育科学習指導案

平成28年12月6日(火) 第5校時 体育館
2年5・6・7・8組 男子70名 女子70名 計140名
教諭 大橋 和彦 (T1)・教諭 柏 悦郎 (T2)
教諭 小池 康弘 (T3)・教諭 小野まりな (T4)

1 単元名 「ダンス」(現代的なリズムのダンス)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

ダンスはリズムカルな動きの連続を楽しむ運動である。創作ダンスは、イメージや思いを自由に表現し、動きを工夫して作品をつくり、発表したり鑑賞したりして楽しむ。また、フォークダンスは、みんなと一緒に同じステップやリズムで踊って楽しむ。さらに現代的なリズムのダンスは、いろいろなリズムを動きでとらえ、踊って楽しむ。人間はリズムに合わせて体を動かすことによって、心地よさを感じることができる。ダンスはその象徴的な運動であり、リズムに合わせて動くことができたときに楽しさや喜びを感じることができる。

(2) 生徒からみた特性

ダンスは音楽に合わせて体を動かし、タイミングよく踊り体を大きく使えたときに喜びや楽しさを感じることができる運動である。一方で、人前で踊るということに恥ずかしさを感じることもある。社会の風潮としてダンスの認知度が高くなり、最近ではダンスに対する抵抗感が少なくなっていると感じるが、得意不得意がはっきりと分かる運動でもある。しかし、仲間と一緒にリズムを合わせることができたり、隊形を工夫したり、グループの一員としての存在感を得られた時や、協力して一つの作品をつくりあげられた時には達成感を味わうことができる。技能の部分だけではなく、コミュニケーションの部分でもとても意義があり、互いに声を掛け合ったり、アドバイスをしたりして達成感や喜びを感じたり、あるいは絆を深めることができる運動である。

3 生徒の実態

1年生の時に男女共修でダンスの授業を行った。エアロビクスでのアップや基本的なステップ、「アップ」や「ダウン」といった重心を動かすことを学習し、最終的には10人程度のグループで「銀河鉄道999」を1曲分すべて踊り切った。昼休みにも自主的に練習に取り組むなど、意欲的な生徒がとても多かった。踊りが上手でなくても、みんなと楽しむという雰囲気が強く、1年生の時にはとても意欲的に活動を行っていた。2年生になり、恥ずかしさや照れ、異性を意識する様子などは見られるが、普段から一生懸命に授業に取り組む雰囲気がある。しかし、苦手意識からか動きが止まってしまう生徒が数名いる。また、仲間とコミュニケーションをとるのが苦手な生徒も多い。また心と生活のアンケートにおいても、信頼自己や信頼他者の項目が低い生徒も数名いる。

4 教師の指導観

音楽に合わせて体を動かすことは、幼少期から心地よく楽しいと感じた経験をしてきている。しかし、成長に伴い恥ずかしさを感じるようになり、それが抵抗となってダンスを意欲的に取り組めなくなってしまう例が多い。小学校での教育活動に目を向けると、小学校では必ず男女共修で授業を行ってきており、男女と一緒にダンスを行うことには抵抗感が少ない。中学校になって恥ずかしさを感じる要因の一つとして、男女別修があげられるのではないかと考えた。そこで1年生の時にはグループこそ男女別であったが、男女共修で授業を行った。今年度もこの環境を維持し、男女がお互いのよさを認め合える環境づくりを実践したい。

3年間を見通して、3年生においては各自が動きを考える場面を増やしていきたいと考えているが、そのためには考えるベースとなる動きを身に付け、動きのポイントを理解していなければならない。そこで、1年生の時には様々な動きを取り入れた体操やアップ、ステップなどを学ばせた。特に「アップ」と「ダウン」の動きに着目をさせ、体の末端だけではなく重心を動かすことにより動きにキレやメリハリが出ることを指導してきた。2年次では「アイソレーション」の動きを学ぶことを加え、やわらかい動きや体の一部のみを動かしたりするなど、さらにメリハリのある動きを学ばせていきたい。

また、ICTを有効的に利用し、動きの例示や各グループの動きの確認に活用するなど、教育の効果を高める工夫を実践していきたい。

5 本校の研究主題との関連

豊かなかわり合いを通して、主体的に学ぶ生徒の育成 (本時の展開内で「@」表示)

～ICTの効果的な活用と、アクティブ・ラーニングの工夫改善による指導と評価の一体化～

①アクティブ・ラーニング・・・課題発見と解決に向け、グループ学習を通して思考すること

②ICT活用・・・正しい動きと、自己の振り返りに反映させる視聴覚機器の利用の工夫

6 単元の目標

- ・ダンスの学習に積極的に取り組むとともに、相手のよさを認め合い、仲間と協力して運動に取り組もうとしたり、分担した役割を果たしたりすることができるようにする。 **【関心・意欲・態度】**
- ・自己のテーマに応じた練習方法を選び、練習することができる。また、発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを分析、記述することができるようにする。 **【思考・判断】**
- ・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ための動きができるようにする。 **【技能】**
- ・ダンスの特性や踊りの由来、表現の仕方について、文章で記述したり体を使って表現したりすることができるようにする。 **【知識・理解】**

7 単元の評価規準（学習活動に即した評価規準）

	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	ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるよう、互いの違いやよさを認め合おうとすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。	生涯にわたってダンスを豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	ダンスの特性に応じて、交流や発表ができるよう、イメージを深めた表現や踊りをするための動きを身に付けている。	ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、体力の高め方、交流や発表の仕方などを理解している。
学習活動に即した評価規準	① ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 ② よさを認め合おうとしている。 ③ 仲間と協力して運動に取り組もうとしている。 ④ 健康・安全に留意している。	① 課題に応じた練習方法を選んでいる。 ② 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。 ③ 学習した安全上の留意点を仲間と学習する場面に当てはめている。	① リズムの特徴をとらえ、アイソレーションや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ための動きができている。	① ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 ② 表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 ③ ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。

8 単元の計画

(1) 学習過程（本時は○印）

	1	2	3・4	5・6・7・⑧	9
	はじめ	なか			まとめ
	運動の特性を理解し学習のねらいと見通しを立て、学習の仕方を知ろう。	ねらい1 昨年度学んだダンスのポイントやステップを復習しよう。	ねらい2 アイソレーションの動きを身に着け、「I wish for you」の振りを覚えよう。	ねらい3 グループで隊形やポーズを工夫し、グループの踊りをつくりあげよう。	学習したことを評価して、まとめをしよう。
10	オリエンテーション *ブリーフィング	*ブリーフィング			
20	1 集合・あいさつ 2 学習の進め方、ねらいの理解	1 用具準備 2 集合・あいさつ・ねらいの確認 3 ウォーミングアップダンス（「スーパーキレイ」「EX ダンス体操」）	4 動きの学習 アイソレーション	4 練習・創作 「I wish for you」	
30	3 授業の約束事の確認 4 ウォーミングアップダンスの理解	4 復習 「銀河鉄道999」アップ・ダウンランニングマン	4 「I wish for you」	隊形の工夫 ポーズ・振りの工夫	ダンス発表会 ダンス鑑賞会
40	5 学習カードの記入方法の理解 6 ダンスに必要な知識の理解	5 整理運動 6 グループでの振り返り			
50	7 目標の設定 8 まとめ・あいさつ *ブリーフィング	7 まとめ・あいさつ *ブリーフィング			単元のまとめ
関	①	②		③④	
思			③	①	②
技				①	①
知	②	①③	②		②

*ブリーフィングとは指導開始前などに緊急対応等を全員で確認して共有化する打ち合わせのこと。

(体育活動時等における事故対応テキスト ～ASUKAモデル～ より)

(2) 学習と指導・評価

段階	学習のねらい・活動	指導・評価（指導：○ 評価規準：◆）	評価方法
はじめ 50分 × 1	<p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">運動の特性を理解し学習のねらいと見通しを立て、学習の仕方を知ろう。</p> <p>オリエンテーション *ブリーフィング</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 集合・あいさつ 2 学習の進め方、ねらいの理解 3 授業の約束事の確認 4 ウォーミングアップダンスの理解 「スーパーキレイ」 「EXダンス体操」 5 学習カードの記入方法の理解 6 ダンスに必要な知識の理解 今年度のテーマ：アイソレーション 7 目標の設定 8 まとめ・あいさつ *ブリーフィング 	<p>○学習カードを配付し、説明する。 ○授業の流れを説明する。 ○約束事や単元の目標を説明する。 ○準備運動の内容を確認する。 ○ウォーミングアップダンスの復習をし、内容を理解させる。 ○記入方法や提出方法を説明する。 ○「アイソレーション」について説明する。 ○映像を用いて、イメージをもたせる。 ◆表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 【知②】 ○「I wish for you」のお手本ダンスの映像を見せる。 ○映像を用いてイメージをもたせ、技能のポイントを説明する。 ○学習カードに記入させる。 ◆ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 【関①】</p>	<p>カード</p> <p>カード</p>
なか 50分 × 7	<p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ねらい1 昨年度学んだダンスのポイントやステップを復習しよう。</p> <p>*ブリーフィング</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 用具準備 2 集合・あいさつ・ねらいの確認 3 ウォーミングアップダンス 「スーパーキレイ」 「EXダンス体操」 4 復習 「銀河鉄道999」 「アップ」 「ダウン」 「ランニングマン」 5 整理運動 6 グループでの振り返り 7 まとめ・あいさつ 	<p>○学習カードを配布し、本時のねらいと流れを確認させる。 ○T1 ステージで示範する。 ○今年度のダンスにつながる動きを意識させる。 ○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。 ○映像を用いて動きの復習をさせる。 ○T1 ステージで示範する。 ○今年度のダンスにつながる動きを意識させる。 ○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。 ○動きのポイントを理解させる。 ◆よさを認め合おうとしている。 【関②】 ○本時の学習を振り返り、カードに記入させる。</p>	<p>観察 カード</p>

<p>*ブリーフィング</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>ねらい2 アイソレーションの動きを身に着け、「I wish for you」の振りを覚えよう。</p> </div> <p>*ブリーフィング</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 用具準備 2 集合・あいさつ・ねらいの確認 3 ウォーミングアップダンス 「スーパーキレイ」 「EX ダンス体操」 4 動きの学習 「アイソレーション」 ・首 ・胸 ・腰 ・ボディウェーブ 「I wish for you」 5 整理運動 6 グループでの振り返り 7 まとめ・あいさつ <p>*ブリーフィング</p>	<p>◆ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 【知①】</p> <p>◆ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 【知③】</p> <p>○学習カードを配付し、本時のねらいと流れを確認させる。</p> <p>○T1 ステージで示範する。</p> <p>○今年度のダンスにつながる動きを意識させる。</p> <p>○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。</p> <p>○映像を用いて動きの学習をさせる。</p> <p>○動きのポイントを理解させる。</p> <p>○イントロ、サビ、メロディーに分けて学習させる。</p> <p>○T1 ステージで示範する。</p> <p>○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。</p> <p>○今まで学習してきた動きをイメージさせて躍らせる。</p> <p>◆学習した安全上の留意点を仲間と学習する場面に当てはめている。 【思③】</p> <p>○本時の学習を振り返り、カードに記入させる。</p> <p>◆表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 【知②】</p>	<p>カード</p> <p>カード</p> <p>観察 カード</p> <p>カード</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>ねらい3 グループで隊形やポーズを工夫し、グループの踊りをつくりあげよう。</p> </div> <p>*ブリーフィング</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 用具準備 2 集合・あいさつ・ねらいの確認 3 ウォーミングアップダンス 「スーパーキレイ」 「EX ダンス体操」 4 練習・創作 「I wish for you」 隊形の工夫 ポーズ・振りの工夫 	<p>○学習カードを配付し、本時のねらいと流れを確認させる。</p> <p>○T1 ステージで示範する。</p> <p>○今年度のダンスにつながる動きを意識させる。</p> <p>○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。</p> <p>○ミーティングと練習を交互に実施させる。</p> <p>○互いに積極的に意見を出させる。</p> <p>○ビデオを設置し、練習に活用させる。</p> <p>○T1 ステージで示範や指示をする。</p>	<p>カード</p>

	<p>5 整理運動 6 グループでの振り返り 7 まとめ・あいさつ *ブリーフィング</p>	<p>○昨年度の動きや、動きをそろえるポイント、タイミングを意識させる。 ○T2・T3・T4 巡回し、評価活動及び配慮が必要な生徒へ支援を行う。 ◆仲間と協力して運動に取り組もうとしている。【関③】 ◆健康・安全に留意している。学習した安全上の留意点を仲間と学習する場面に当てはめている。【関④】 ◆リズムの特徴をとらえ、アイソレーションや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ための動きができています。【技①】 ◆課題に応じた練習方法を選んでいる。【思①】</p> <p>○本時の学習を振り返り、カードに記入させる。</p>	<p>観察 観察 カード 観察 観察 カード</p>
<p>ま と め 50 分 × 1</p>	<p>まとめ 学習したことを評価して、まとめをしよう。 *ブリーフィング 1 用具準備 2 集合・あいさつ・ねらいの確認 3 ウォーミングアップダンス 「EX ダンス体操」 4 練習 「I wish for you」 5 発表会 4グループずつの発表を4セット行う 6 整理運動 7 グループでの振り返り 8 まとめ・あいさつ *ブリーフィング</p>	<p>○学習カードを配付し、本時のねらいと流れを確認させる。 ○T1 ステージで示範する。 ○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。 ○発表のダンスにつながる動きを意識させる。 ○発表前の最終確認を行わせる。 ○T1 ステージで示範や指示をする。 ○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。 ○T1 全体の進行を支持する。 ○T2・T3・T4 巡回し、配慮が必要な生徒へ支援を行う。 ○ビデオでダンスを録画し、記録をとる。 ◆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②】 ◆リズムの特徴をとらえ、アイソレーションや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ための動きができています。【技①】 ◆表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。【知②】</p> <p>○本時の学習を振り返り、カードに記入させる。</p>	<p>カード 観察 カード</p>

	<p>4 グループ練習</p> <ul style="list-style-type: none"> グループでの練習とグループミーティングを交互に実施する。 各グループの決められたスペースで練習する。 自分たちの動きを見ながら踊りたいグループは、ステージ前で撮影しながら踊る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><技能のポイント></p> <ul style="list-style-type: none"> アイソレーションの動きを意識する シンメトリー、アシンメトリーを工夫する グループ内での動きのタイミングを工夫する 隊形を工夫する </div>	<p>○安全に配慮し、スペースを有効に活用できるように指示する。</p> <p>○ミーティングの際に、積極的に意見を出し合えるように指導する。</p> <p>○T1 全体指導をする。評価活動を行う。</p> <p>○T2・T3・T4 巡回し、各グループへの支援と評価活動を行う。</p> <p>◆仲間と協力して運動に取り組もうとしている。【関③】</p> <p>◆リズムの特徴をとらえ、アイソレーションや変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊るための動きができています。【技①】</p>
--	--	--

<p>展開 25分</p>	<p>グループ練習の図</p> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 20px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <table style="border-collapse: collapse; margin: 0 auto;"> <tr> <td style="border: none; padding: 10px;">⑬</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑭</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑮</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑯</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="border: none; text-align: center;">-----</td> </tr> <tr> <td style="border: none; padding: 10px;">⑨</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑩</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑪</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑫</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="border: none; text-align: center;">-----</td> </tr> <tr> <td style="border: none; padding: 10px;">⑤</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑥</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑦</td> <td style="border: none; padding: 10px;">⑧</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="border: none; text-align: center;">-----</td> </tr> <tr> <td style="border: none; padding: 10px;">①</td> <td style="border: none; padding: 10px;">②</td> <td style="border: none; padding: 10px;">③</td> <td style="border: none; padding: 10px;">④</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="border: none; text-align: center; padding-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 30px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> ステージ </div> </td> </tr> </table> </div>	⑬	⑭	⑮	⑯	-----				⑨	⑩	⑪	⑫	-----				⑤	⑥	⑦	⑧	-----				①	②	③	④	<div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 30px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> ステージ </div>			
⑬	⑭	⑮	⑯																														

⑨	⑩	⑪	⑫																														

⑤	⑥	⑦	⑧																														

①	②	③	④																														
<div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 30px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> ステージ </div>																																	

<p>整理 10分</p>	<p>5 整理運動</p> <p>6 振り返り (グループ)</p> <ul style="list-style-type: none"> グループでの振り返りをする。(@) 個人での振り返りをする。(@) <p>7 集合・整列・健康観察・本時のまとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時の活動の振り返りと次回へ向けての課題を意識させる。 <p>8 あいさつ・片付け</p> <p>*ブリーフィング</p>	<p>○運動で使用した部位を意識して行わせる。</p> <p>○グループ内評価、自己評価を通して学習を振り返らせる。</p> <p>○本時のまとめをし、次回への課題を明確にさせる。</p> <p>○努力を称賛し、次回への意欲をもたせる。</p> <p>○活気あるあいさつを行わせる。</p> <p>○教員間で情報交換、安全確認を行う。</p>
-------------------	--	---