

ダンス

1 特性

- (1) 日常生活での様々な感動や、自分の思ったことを表現することで、感性や創造性が豊かになる。
- (2) 仲間とかかわりあいながら体を動かすことで、自分や仲間の体に気付くことができたり、楽しさを味わうことができる。
- (3) ダンスの経験を通して、仲間のアイデアや考え方を知るなど、色々な価値観に接することができ、より深い交流が図れる。

2 単元の目標

- (1) 仲間とのかかわりを生かした教材で、楽しみを味わいながら動きづくりをすることができるようにする。
- (2) 体ほぐしの運動を行うことで、自己の体に気付き、調整力を高めることができるようにする。
- (3) 運動課題から、いろいろな動きや作品づくりを通して創る楽しさを知ることができるようにする。

3 学習内容及び指導計画

時 間	1 2 3	4 5 6	7 8 9	10
ねらい	ダンスの理解 (楽しく踊ろう) 体ほぐしの運動 (体への気付き)	楽しくひと流れを つくろう	小作品をつくろう	発表
内 容	オリエンテーショ ン 体ほぐしの運動 ・鬼ごっこ ・足じゃんけん ・寝による ・手遊びゲームなど リズムダンス ・一連のリズムダン スを練習する	体ほぐしの運動 ・だるまさんが転んだ ・お地蔵さん遊び ・みしりさしり ・リズムダンスなど ・影 運動課題 ・走る - 止まる - 見る ・走る - 跳ぶ ・走る - 跳ぶ - 回る ・伸びる - 縮む - 回る ・新聞紙 群課題 ・集まる - 離れる	体ほぐしの運動 ・動きの伝言リレー ・群像 ・ストレスマネーজে ント 小作品づくり ・いろいろなイメージ から	躍り込み 発表

4 本時の実際

- (1) 指導区分 4 / 10
- (2) 指導対象 1年男女
- (3) 本時のねらい
ア 仲間と体ほぐしの運動をすることで、楽しく交流する。
イ 運動課題に取り組むことで、興味をもたせ動くことの喜びを味わい、創る楽しさを知る。
- (4) 学習過程

過程	学習内容・学習活動	指導上の留意点
導	1 集合 ・あいさつをし、出席確認を受ける。 2 本時の内容の把握 ・本時の学習のねらいや内容を知る。	健康観察を行い、見学者へ指示をする。 本時の学習内容をりかいさせる。

<p>入 10 分</p>	<p>ねらい1 仲間と音楽に合わせて楽しく体ほぐしをする。</p> <p>3 体ほぐしの運動 音楽に合わせて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 一人でランニングをする。 ・ 二人でランニングをする。 ・ 二人で手遊びゲームをする。(アルプス一万尺) ・ グループでリズムダンスとストレッチ運動をする。 	<p>仲良く声を掛け合い，思いっきり動き，体温を上げさせる。</p> <p>誰とでもパートナーが組めるようにさせる。</p>
<p>展 開</p>	<p>ねらい2 運動課題を手掛かりに，イメージのあるひと流れの動きをつくる。</p> <p>4 運動課題への取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 新聞紙を使って動く。(一人，二人) ・ 走る - 止まる - 見る (一人，二人) ・ 走る - 跳ぶ (一人，二人) ・ 走る - 跳ぶ - 回る (一人，二人) ・ 伸びる - 縮む - 回る (一人，二人) ・ 捻る - 回る - 見る (一人，二人) <p>5 群課題への取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 集まる - 離れる (グループ) <p>6 イメージのあるひと流れの動きづくり (グループにて)</p> <p>7 見せ合い</p>	<p>動きやスピードを変化させたりして楽しくやらせる。</p> <p>空間を広く使わせ，伸び伸びと動かせる。</p> <p>運動課題での動きを工夫させる。</p> <p>タイトルがつけられるようにさせる。 楽しい雰囲気の中で見せ合いをさせる。</p>
<p>整 理 7 分</p>	<p>8 本時の反省</p> <p>9 体ほぐしの運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 手足を振動させる。 ・ 下肢を中心にストレッチングをする。 <p>10 次時の連絡</p> <p>11 あいさつ，後始末</p>	<p>印象に残ったことを発表させる。 リフレッシュした気分させる。</p> <p>グループで話し合いながら記入させる。 簡潔に要点を押さえて説明する。 皆で協力して後始末をさせる。</p>

(5) 評価

ア 仲間と楽しく動くことができたか。(関心・意欲・態度)

イ 運動課題を手掛かりにして，ひと流れの動きが創れたか。(技能)

ウ 運動課題を手掛かりにして，イメージのあるひと流れの動きが創れたか。(思考・判断)

『これからの学校体育を考える - 新教育課程・高等学校編 - 』
平成 14 年 3 月 鹿児島県総合体育センター刊より