

保健体育科学学習指導案

【全校研究テーマ】

生徒の学習力を育てる授業づくり
～「教えて考えさせる授業」の実践～

【保健体育科研究テーマ】

基礎技能を習得し、一人ひとりが自分の
課題を追究していく体育学習
～動きのイメージをつかみ自分の課題を追究
していくための視聴覚機器利用のあり方～

日時 平成22年10月29日（金）

授業学級 1年3・4組 ダンス選択生徒

単元名 「現代的なリズムのダンス」
～色々なステップを使ってリズムに乗って踊ろう～

指導者 南信教育事務所指導主事 西村政春先生

授業者 田中 耕史教諭

～目次～

| | | |
|-----|------------|---|
| I | 研究テーマ | 1 |
| II | 研究テーマ設定の理由 | 1 |
| III | 研究の概要 | 2 |
| IV | 研究の仮説 | 5 |
| V | 学習指導案 | |
| 1 | 単元名 | 6 |
| 2 | 単元設定の理由 | 6 |
| 3 | 単元の目標 | 6 |
| 4 | 単元計画 | 7 |
| 5 | 本時案 | 8 |
| 6 | 教材研究 | 9 |

千曲市立更埴西中学校

保健体育科学習指導案

千曲市立更埴西中学校

I 研究テーマ

基礎技能を習得し、一人ひとりが自分の課題を追究していく体育学習

～動きのイメージをつかみ自分の課題を追究していくための視聴覚機器利用のあり方～

II 研究テーマ設定の理由

保健体育科においては、自ら運動する意欲を培い、生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力を育成していくこと、さらには基礎的な体力を高めることが重視されてきている。しかしながら、運動に興味を持ち、活発に運動する生徒と、そうでない生徒に二極化していたり、今までの運動経験の中から、苦手意識を持ってしまって積極的に運動に取り組めない生徒が多くなってきている。このような現状においては、生徒の願いが生かされ、生徒の実態に応じた授業が実践されていく中で、生徒が基礎技能をもとにして自分の課題を追究していくことが重要になってくる。

本校の生徒の実態を見ると全校生徒のおよそ2/3が運動部活動に所属し活動を行っている。それらの生徒は週5日以上、1日2時間程度の運動を行っていることになる。このように、多くの生徒がほぼ毎日運動に親しんでいるのではあるが、授業の中では、運動種目によって意欲的に取り組める種目とそうでない種目に分かれてしまっているのが実際である。

球技については、多くの生徒が「楽しい」とか、「〇〇のことが出来るようになってうれしい」といった感想を持っているのだが、陸上競技や水泳、器械運動などは「疲れる、怖い、できない」といった理由、ダンスでは「人前で踊るのが恥ずかしい」という理由で積極的に取り組めない生徒が多くなっている。これは、小学校時代を含め、今までの運動経験や体育・保健体育の学習が影響しているのではないかと考える。

このような現状を踏まえ、今までの指導の見返しをしてみると次の2つが課題であると考えられる。

①運動を取り上げるときに、基礎技能の定着が低いまま取り組ませてきたのではないだろうか。

本来のゲームの形にとらわれすぎたり、今持っている技能で運動を楽しむだけでは、技能面での向上はあまり望めない。また、生徒の実態に合わせて運動を易しくしたり、自分の技能の高まりに目を向けさせたりすることがあまりなかったことにも原因があると考えられる。

②一人ひとりの課題を明確にしていなかったのではないだろうか。

生徒は、示範や説明などからおよその動きのイメージはつかめているものの、いざ自分でその動きに取り組んだときに、自分のどこが課題で、どんな練習をしていけば記録が伸びたり、技能が習得できるようになったりするのかがつかめていなかったのではないだろうか。

この課題を踏まえ

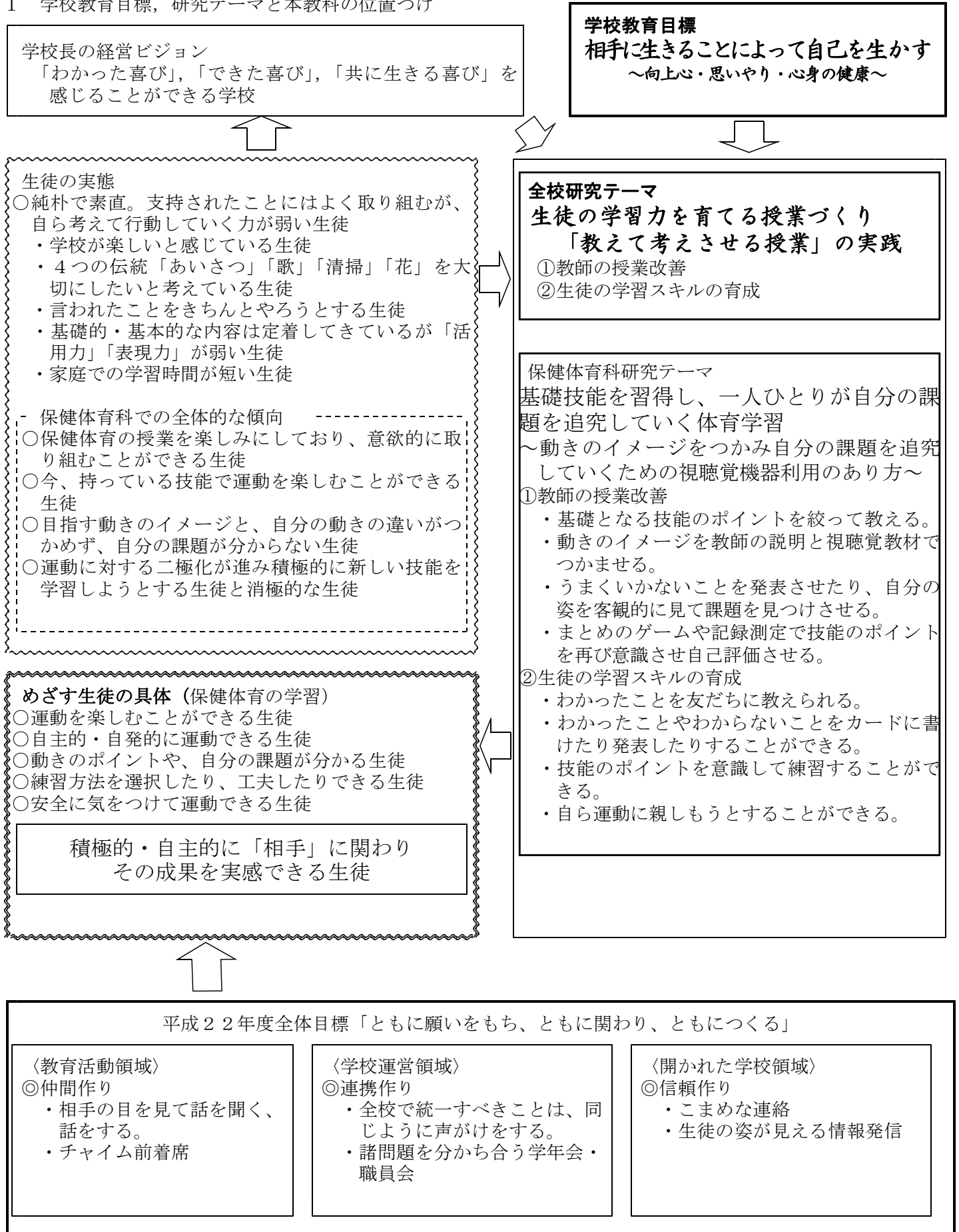
①技能のポイントを明確にし、具体的な練習方法を指導することで基礎技能を定着させる。

②個々の課題や、自分の技能の高まりを意識できるような手立てを講じることで、単元や1時間の授業の中で「これができるようになるためにこういう練習をする。こういうことに気をつけて練習する。」という見通しを持たせ、自分の課題を追究させる。

以上のことから本テーマを設定した。

Ⅲ 研究の概要

1 学校教育目標、研究テーマと本教科の位置づけ



- 2 生徒の学習スキルを育成するための「教えて考えさせる授業」の導入とと保健体育科の「授業展開の方法」
- 本校では今年度、生徒の学習スキルを育成するため、東京大学大学院教授市川伸一先生の提唱する「教えて考えさせる授業」に全校をあげて取り組んでいる。「教えて考えさせる授業」と最初に聞くと、「あたりまえの話」「自分もやっている」と安易に捉えたり、「型にはまった授業」「教師主導の授業」と反発したりする教師もあるが、その目的が『『わかる授業』『子どもが充実感を感じられる授業』をめざして提案されたもの』であることを知ると、興味や関心を高めて、この授業を自分の授業に取り入れようと取り組む教師が増えてくる。
- このように、私たちは常に、「わかる授業」「子どもが充実感を感じられる授業」をめざして、授業研究をし、授業改善を重ねてきた。そして、その結果、各教科では、よりよい「授業展開の方法」を確立してきている。ここでは、この「授業展開の方法」と、「教えて考えさせる授業」の関係を比較した。

| 教えて考えさせる授業 | | 保健体育科の「授業展開の方法」 | |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教えて | <p>教師からの説明</p> <ul style="list-style-type: none"> 教材、教具、操作活動などを工夫して、わかりやすい教え方をする。 子どもたちとの対話や発言・挙手から、理解状態をモニターする。 | はじめ | <p>1 準備運動や練習を行う</p> <p>2 課題解決の見通しをもつ</p> <p>○「めざす動きやイメージや技術的なポイント」を理解し共有する</p> <ul style="list-style-type: none"> ビデオやDVDの動画や教師・子どもの示範などを通して、「めざす動き」のイメージをもつ。 めざす動きと自分の実際の動きとのちがいを静止画や示範からつかみ、「技術的なポイント」を探る。 <p>○お互いの「課題」を共有する</p> <ul style="list-style-type: none"> 互いの「課題」に沿った願いや悩みを語り合い、理解し合う。 <p>○「練習方法」を共有する</p> <ul style="list-style-type: none"> 教師が吟味し示した練習方法などから「課題解決につながる効果的な練習方法」を選択したり工夫したりする。 |
| | <p>理解確認</p> <ul style="list-style-type: none"> 「教科書や教師の説明したことが理解できているか」を確認する子どもどうしの説明活動や教え合い活動を入れる。 <p>理解深化</p> <ul style="list-style-type: none"> 誤解していそうな問題や、教えられたことを使って考えさせる発展的な課題を用意する。 小グループによる協同的問題解決場面を設定する。 | なか | <p>3 課題解決に向けた練習・ゲーム</p> <p>4 課題や追求方法の見返し（自己評価・相互評価）</p> <p>・課題解決に向けた練習やゲームを行う</p> <p>○「動きのよさや改善点」を共有する</p> <ul style="list-style-type: none"> グループやペアで写真・ビデオ・アドバイスカード・分析カードなどを活用しながら、「自分（自分たち）の動き」について理解を深める。 「動きのよさ」「めざす動きとのちがい」を明らかにし、必要に応じ「新たな課題」や「練習方法」を設定する。 |
| | <p>自己評価</p> <ul style="list-style-type: none"> 「授業でわかったこと」「まだよくわからないこと」を学習カードに記述させる。 | まとめ | <p>5 動きの高まりや友とのかかわりのよさの自覚</p> <p>○「理解の深まりや動きの高まり」「学び方のよさ」を共有する</p> <ul style="list-style-type: none"> 互いの学習成果を認め合う。（相互評価） 学習カードなどを使い、課題に沿って学習を振り返る。（自己評価） 他のグループのよい動きや気づきから、新たな技術や戦術のポイントをつかむ。 |

上記のように、「教えて考えさせる授業」と、これまで研究してきた本教科の「授業展開の方法」とは、流れがほとんど同じで、共通する部分も多いことが確認できた。

* 『保健体育科』の授業展開の方法については、「平成22年度教育課程・学習指導の改善」（長野県教育委員会 教学指導課発行）を参考にさせていただいた。

3 事前授業から示唆されたこと

6月17日に、本校全職員そして、近隣の先生方のご協力も得ながら事前授業および研究会を行った。バドミントンのスマッシュの技能を習得する場面で次の2点の手立てを講じて授業を行った。

- ①技能のポイント「身体の前で打つ」「打つときに手首を返す」の2つに絞って指導した。
- ②示範の動きをDVDのスロー再生やストップモーションを使って見せ、自分の動きを映像遅延装置を使って振り返らせた。

この授業から示唆されたことは以下の通りである。

①についての参加者の声

- 技能ポイントについては、2つのうち「手首をかえす」はよかったが「前」はポイントとしてはわかりにくかったかもしれない。「半身」とか「体を開いて」という伝えの方が生徒にはわかりやすかったと思う。その点でも反省でも視聴覚教材でも『形』としてわかりやすい部分での反応が多かったのではないかと。「教える」内容はあとで「考えさせる」場面でより有効なものに絞ることの有効性を学ばせていただきました。
- 今日は何に注目して、自分の技能を高めたらいのか、明確に二つあったことはわかりやすかった。だが、なぜそれが大切だったのかの押さえがなかったか。①「前で」のポイントの目的は、ラケットに適切にヒットさせるため、同じ打点でとらえるためのポイントであると思う。そこまで理解させたい。そうすると左手でシャトルを取る練習の意味がわかる。ここまで教えたい。②「手首を返す」は次の段階、威力ある球を打つためではないかと思う。ここをねらう生徒もいたが、何のためには押さえたい。そこまで教えて理解しあったとき、向上への追求が始まる。



- ・ポイントを絞って教えることは有効であるが、その絞り込み方が生徒にとって本当にわかりやすいポイントであるかどうかの教材研究を十分に行うことが必要だということが改めて分かった。また、ポイントを絞ることに注意が向きすぎると個に応じた指導が足りなくなってしまうということも大切に扱っていく。

②についての参加者の声

- DVDを視聴して模範となる動きを確認できた点はとても良かったと思う。スローにしたり、ストップモーションにしたり焦点づけしやすかったと思う。映像遅延装置もすばらしい機器だったが、生徒達が自分の姿を振り返るまでは活用されていなかったように思う。M生は手首を返すポイントを丁寧に追求していたが、良い結果としてつながらなかった。
- 視聴覚機器の活用は有効だったと思います。生徒達はしっかりと意識していました。M生はH生の映像を見て「振りが早い」「俺も次おもいきりやってみよう」とつぶやきました。すると次に上手にスマッシュが決まりました。ただ、そのときに「適当にやってみた」という表現をしていました。この言葉の裏には何があるのか。それはきっとM生の中にはスマッシュを打てるようになるという目標を持ちつつも、ネットに引っかかたくない、相手コートに入れたいという気持ちが強いいため、どうしても振りがゆっくりになってしまう。だから、その気持ちを捨ててネットに引っかかってもいいというくらいの気持ちで思いっきりやったら上手くできたのではないかと。それがM生の「適当にやった」ということではないか。そうすると今日の授業の中で、まずネットを「無し」にしてシャトルとラケットのミート時の角度に注目して徹底させても良かったと思います。すると「身体の前」「手首を返す」がよりいっそう定着するのではと考えます。その後、ネット間で行う。するときとネットにかかるので「なぜかかるのか」を考えさせると、生徒自身の中から「高い打点で」が自然発生的に導き出されるのではないかと考えました。



示範のDVDを見てイメージを持つ生徒



映像遅延装置で、自分の動きを振り返る生徒



- ・示範の映像を見せることは、技能のイメージを持たせる上で有効であることが分かったが、自分の動きを振り返らせるために映像を使う場合には、ペアやグループなどで映像を共有し、さらに課題追究ができるような「見せ方」に工夫の余地がある。特に映像遅延装置は即時性、操作の簡易性という点では有効だが自分の映像を何度も振り返るといった面では検討の余地がある。さらに生徒への映像提示の仕方について検討が必要。

IV 研究の仮説

このような生徒が

○純朴で素直。支持されたことにはよく取り組むが、自ら考えて行動していく力が弱い生徒

- ・学校が楽しいと感じている生徒
- ・4つの伝統「あいさつ」「歌」「清掃」「花」を大切にしたいと考えている生徒
- ・言われたことをきちんとやろうとする生徒
- ・基礎的・基本的な内容は定着してきているが「活用力」「表現力」が弱い生徒
- ・家庭での学習時間が短い生徒

保健体育の授業での姿

○保健体育の授業を楽しみにしており、意欲的に取り組むことができる生徒

○今、持っている技能で運動を楽しむことができる生徒

○目指す動きのイメージと、自分の動きの違いがつかめず、自分の課題が分からない生徒

○運動に対する二極化が進み積極的に新しい技能を学習しようとする生徒と消極的な生徒

このような手立てで（本単元によせての手立て）

| 段 階 | 技能のポイントを絞って教える | 視聴覚機器・教材の活用 |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教える | <ul style="list-style-type: none"> ・めざす動きのイメージを持たせ、技能のポイントを教える。 ※技能のポイントは多くても2つ。生徒にとってわかりやすく体の使い方をイメージしやすいものにする。 ・イメージに近づけるように技能のポイントを意識しながら模倣させる。 ※ダンスの経験がない生徒がほとんどなので、模倣から行わせる。 やってみてポイントが理解できたのか、分からなかったのかが実感できる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・ビデオやDVDの動画の示範を通して、「めざす動き」のイメージをもたせる。 ・スロー再生や、ストップモーションを使って技能のポイントがわかりやすくなるように見せる。 |
| 理解確認 | <ul style="list-style-type: none"> ・やってみて「わかったこと、わからなかったこと」をペアで話し合い、共有させる。 ・やってみて自分が気づいたコツや、分からなかったことを自分の言葉でペアに伝えさせる。 ・分からなかったことを解決する練習方法を指示したり、練習の仕方を工夫したりさせる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・教師が生徒の実態把握と理解確認の資料になるよう、必要に応じて生徒の動きを撮影し、ペアでの話し合いの時に見させる。 |
| 理解深化 | <ul style="list-style-type: none"> ・ペアで教え合ったり、見合ったり、一緒にやってみたりさせる ・その都度アドバイスをしあわせる | <ul style="list-style-type: none"> ・ペアでの練習場面を撮影し、お互いの動きを比較させたり、示範の映像と比較させたりする。 |
| 自己評価 | <ul style="list-style-type: none"> ・自分ができるようになったこと、まだできないことを技能のポイントを中心に振り返らせ、1時間の学びを学習カードに評価させる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・生徒の技能の高まりや、理解の深まり、学び方の良さを実感させるために必要に応じて提示する。 |

こうなるだろう

保健体育科でめざす生徒の具体

～基礎技能を習得し一人ひとりが自分の課題を追究していく生徒～

- 運動を楽しむことができる生徒
- 自主的・自発的に運動できる生徒
- 動きのポイントや、自分の課題が分かる生徒
- 練習方法を選択したり、工夫したりできる生徒
- 安全に気をつけて運動できる生徒

V 学習指導案

1 単元名 「現代的なリズムのダンス」～色々なステップを使ってリズムに乗って踊ろう～

2 単元設定の理由

(1) 現代的なリズムのダンスの特性と年間計画での位置づけ

- ・色々な音楽のリズムに乗って、心や体を弾ませて踊ることが楽しい運動である。
- ・仲間と関わり合いながらリズムの取り方を工夫したり、動きを同調させたりして踊ることが楽しい運動である。
- ・1年生ではフォークダンスを必修とし、全学年で、ダンス（現代的なリズムのダンス）と武道のどちらかを選択して履修させている。

(2) 現代的なリズムのダンスによせた生徒の実態

- ・文化祭などで踊る友だちの姿や、テレビなどを見て、自分もリズムに合わせて踊りたいという願いを持っているが、それを身体で表現できない生徒が多い。
- ・友だちの動きや、映像の動きを真似ることはできるが、ステップをさらにアレンジして踊ることができない生徒が多い。
- ・1年生は、小学校の時の運動会のダンスなどの経験はあるものの、現代的なリズムのダンスは未経験である。
- ・基本的なステップや身体の動かし方、リズムの取り方を理解していない生徒がほとんどである。

(3) 運動の工夫や指導の手立て

- ・基本的なステップや身体の動かし方、リズムの取り方、アレンジの仕方をわかりやすく身につけられるようにするため、ねらい1では教えて考えさせる学習過程を取り入れる。
- ・視聴覚教材を使い、一つひとつのステップを映像でわかりやすくし、模倣するところから導入する。
- ・細かい動きや速い動きにとらわれすぎないようにし、リズムに乗って楽しく踊れるようにする。

(4) つける力

- ・軽快なリズムに乗って色々な動きを組み合わせて踊る楽しさを味わうことができる。

3 単元の目標

(1) 関心・意欲・態度

- ・友だちと自由に関わったりしながらリズムに乗って楽しく踊り、協力して練習したり、互いの良さを認め合うことができる。

(2) 思考・判断

- ・自分がわかったことを友だちに教えたり、まだわからないことを教えてもらいながら練習したりすることができる。

(3) 技能

- ・色々なステップを身につけ、身体全体でリズムカルに動くことができる。

(4) 知識・理解

- ・基本的なステップの動き方やリズムの取り方を理解することができる。

4 単元計画

(1) 時間計画

| 時間 | 1 | 2～7 | 8～13 | 14 |
|-------------|-----------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------|
| ね ら い | 学習内容・単元の展開や学習の仕方を理解する | 【ねらい1】 基本的なステップを覚え、リズムに乗って楽しく踊ることができる。 | 【ねらい2】 動きをアレンジして簡単な作品をつくり、選曲した音楽に合わせて楽しく踊ることができる。 | 友達の演技を見る |
| 0 | 1 学習の進め方を知り見通しを持つ | 1 準備運動 挨拶 本時のねらい確認 | | |
| 10 | 2 視聴覚機器の活用の仕方を知る | 2 基本的なステップを教える 視聴覚教材からイメージをつかむ 教師がポイントを教える | 2 基本的なステップを組み合わせ て作品を構想する 3 グループで部分練習 4 通し練習 | 発表会を行う |
| 20 | | 3 ペアで練習 | | |
| 30 | 3 ペア作りをする。 | 4 ペアで理解確認 練習方法提示 | | |
| 40 | | 5 ペアで練習 | | |
| 50 | | 6 全員で踊る | | |
| | | 7 カード記入 片付け 次時の確認 挨拶 | | |

(2) 単元計画 (教えて考えさせる学習によせて)

| 時間 | 教える ※ポイント | 理解確認 | 理解深化 | 自己評価 |
|------|------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------|
| 1 | ボックス ①□の4つの角を踏む ②腕を大きく振る | ○ペアで練習 ・スローで踊る | ○ペアで練習 ○映像で比較 ペアと 示範と | ・できるようになったこと、まだできないことがわかったか。 ・既習のステップで楽しく踊ることができたか。 |
| 2 | ウォーク ①足を開くときに腰を引く ②足を閉じるときに腰を出す | | | |
| 3 | スマーフ ①大きくクロスステップ ②肩を左右に振る | ・わかったこと、まだわからないことを相互説明 | ○さらに練習 | |
| 4 | パドブレ (本時案参照) ①3角形の辺の上を動く ②2歩目を大きくクロス | | ○全員で踊る | |
| 5 | ポップコーン ①縄跳びの後ろかけ足 ②1と2と3と…のリズムで | | | |
| 6 | ニュージャックスイグ ①上半身のダウンアップと腕の前後を交互 ブルックリン ①両拳交互に後ろに引き、踵とつま先で身体を捻る | | | |
| 7 | リヤレビット ①後ろで足をクロスしながらスクエーティング | | | |
| 8～13 | 基本のステップを組み合わせ、動きをアレンジして簡単な作品をつくる | | | |
| 14 | 発表会を行う | | | |

5 本時案

(1) 主眼 ボックス、ウォーク、スマーフのステップを学んできた生徒が、技能のポイントを意識して、友だちと教え合ったり、自分の動きを見返したりして練習することを通してパドブレのステップを身につけ、音楽に合わせて身体全体で踊ることができる。

(2) 本時の位置 14時間扱い中の第4時

前時 スマーフのステップを練習し、既習のステップと組み合わせ、音楽に合わせて身体全体で踊ることができた。

次時 ポップコーンのステップを練習し、既習のステップと組み合わせ、音楽に合わせて身体全体で踊ることができる。

(3) 指導上の留意点

①常にペアで練習させ踊るたびにアドバイスをしあわせる。

②視聴覚教材は右足から動いているが、生徒は鏡の動きとし、左から動くようにさせる。

(5) 本時の展開

| 過程 | 学習活動と予想される生徒の反応 | 教師の支援 | 時間 |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 予習 教師から えの 説明 る | 1 前時の終了時に本時学習するパドブレの映像を見せる。 | <ul style="list-style-type: none"> パドブレのイラストを体育館に掲示しておく。 | 15 |
| | 2 学習の準備 ・ウォーミングアップ 既習のステップを使って踊る 3 出席確認 挨拶 4 学習内容を知る 単元の目標 色々なステップを身につけてリズムに乗って踊ろう ・今日はパドブレというステップだな ・難しそうだな ・三角形に動けば良さそうだ ・ゆっくりなら踊れそうだ | | |
| 理解 確認 え さ 理 解 | 5 ペアで練習する ・はじめはゆっくり 徐々に速くしていく 6 わかったこと、まだわからないことをペアで話し合い、全体で共有する。 ・向きを変えるときに腕を引くといい ・1と2と3と・・・のリズムでうごくといい ・1との「と」の時つま先の向きを変えるといい | <ul style="list-style-type: none"> 視聴覚教材で踊り方を知る。基本のステップ8呼間で2回 三角形にそって足を運ぶことと2歩目を大きくクロスすることを示範しながら指導する。 ゆっくりとしたスピードで一斉にやらせる。 全員で映像の模倣をさせる はじめは8呼間で2回のスピードで練習させ、できるようになったら倍の速さで練習させる。 学習課題：三角形の辺の上を動き、2歩目を大きくクロスしてパドブレを踊ろう。 | 8 |
| | 7 ペアで練習する ・向かい合って練習 ・並んで練習 ・見合って練習 | | <ul style="list-style-type: none"> 踊るたびにアドバイスをしあわせる Webカメラの前でペアで踊らせ録画→再生をしペアで比較させたり、示範の |

| | | |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| せ 深 る 化 | <ul style="list-style-type: none"> ・ ゆっくりならでできるけれど速いスピードについていけない →一緒にカウントして少しずつ速くしていこう ・ 基本のステップに工夫をしてみよう 1 歩目と3 歩目のステップの方向を変えてみよう 腕の動きをつけてみよう アップやダウンの動きを取り入れてみよう 8 既習のステップを使ってみんなで踊る。 パドブレ→ボックス→ウォーク→スマーフ→パドブレ→自分の踊りたいステップ | <ul style="list-style-type: none"> 映像と比較させたりしてさらに課題を持たせる。(7) ・ 自分たちの映像を見返すときには、技能のポイントや自分たちの課題に沿って観点を決めて見させる。(9) ・ 基本のステップができた生徒は、DVDを見ながら応用編に挑戦させる。 ・ 個別指導が必要な生徒に支援をする。(5) ・ 応用編のDVDをエンドレスで流す。 ・ 音楽に合わせて踊らせる。 ・ ステップとステップがうまくつなげない生徒はその場でのウォーキングやサイドステップなどでつなぐようにさせる。 |
| | <p>9 学習カードに本意を振り返って自己評価をする。</p> <p>10 次時の学習内容を聞き、片付けを行う。</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 机間指導をし、発表させる生徒に声かけをする。 ・ 数人の生徒に発表させる ・ 次時のステップのDVDを見せる |

(6) 実証の観点





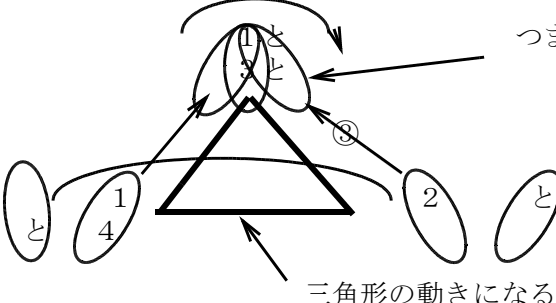
- ①技能のポイントを「三角形の辺の上を動き、2歩目を大きくクロスする」ことに絞って教えたことはパドブレのステップを獲得するのに有効であったか。
- ②動きのイメージを持たせるために示範のDVDを見せたことや、自分たちの動きをWebカメラで録画して見返しをさせたことは、生徒が自分の課題を見つけて練習したり、身体表現の工夫をしたりするのに有効であったか。

6 教材研究

(1) 教材研究

- ①現代的なリズムのダンスの特性に触れている生徒の姿
現代的なリズムのダンスでは音楽のリズムに心や体に乗って自由に踊ることが楽しいという特性があるので、次のような姿が考えられる。
 - ・ 自分のできるようになったステップを組み合わせてリズムに乗って自由に踊る。
 - ・ リズムの取り方や動き方を工夫して踊る。
 - ・ 仲間と自由に関わって踊る。
- ②本単元で基本とする内容
ア：リズムの取り方
 - ・ オンカウント (on count) とエンカウント (and count)
手拍子でカウントをとったとき、1 (叩く) 開く 2 (叩く) 開く・・・8 (叩く) 開くとなり 1 2・・・8がオンカウント 開くがエンカウントになる。
本単元では1と2と3と・・・と扱う。
 - ・ アップとダウン
オンカウントで身体を伸ばしてリズムをとることをアップ、オンカウントで身体を沈めることをダウン
イ：ステップ
 - ・ 生徒は今までのステップを習った経験が少なく、踊るときには雑誌や映像などを見よう見まねで行うことが多かった。しかし、ポイントも分からないまま行っていたので、習得に時間がかかったり、最後までできなかつたりということが多かった。また、いくつかの動きを組み合わせでダンスをつくっていくときにもいくつかのステップを知っている友だちに頼って、その動きを真似るだけになってしまう生徒が多かった。自分でいくつかのステップを習得し、それらを工夫して組み合わせれば、自分自身が楽しくリズムに乗って踊ることができると考え、ダンスの基礎としてステップを位置づけた。そこで、本単元のねらい1では、1つずつステップを教えて習得させていく学習過程を仕組むことにした。
 - ・ それぞれのステップでポイントとする内容は、単元計画を参照。ここではパドブレについて。

パドブレとは、両足をクロスしながらリズムを取るステップで、ハウス、ジャズ・ダンス、バレエなどすべてのダンスに共通して行われる、ダンスの基礎中の基礎ステップといわれている。右足から始める場合、右足を左足の斜め後ろにクロスする→左足を左方向に引き寄せ、右足とそろえる→右足を右横方向にスライドさせながら踏み出す。左足はその逆で行う。ステップでイラストで示すと以下ようになる。ステップ集の中では右から動くようになっているが、映像を鏡のように模倣するのでここでは左からの動きにしてある。

| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |
| 動き 左足を踏み出す | 右足を左足によせる エンカントは左足 | 右足を踏み出す | 左足を右足によせる エンカントは右足 |
| リズム 1と (ワンエン) | 2と (ツーエン) | 3と (スリーエン) | 4と (フォーエン) |
| 足の運び |  <p>つま先の向きを変える</p> <p>②の動きの時に、三角形の辺の上を左足が大きく動いてクロスすると自然と①の足のつま先が動くことになるよって三角形の辺の上を動き、2歩目を大きくクロスすることでパドブレの動きが習得しやすいと考えた。</p> <p>三角形の動きになる</p> | | |

(2) 本時に関わる視聴覚教材・機器とその活用について

①示範DVD：HIP HOPダンスステップ集（民衆社）

- ・DVDのひとつのステップのクリップが10秒前後と短く、生徒が取り組みやすい長さである。
- ・ステップのリズムがはじめは8呼間で左右1回の速さ、その後8呼間で左右2回ずつの倍の速さで構成されている。本單元では、8呼間で左右1回のステップを基本とする。これはかなりゆっくりな動きなので運動の苦手な生徒でも取り組みやすい。
- ・基本ステップ（遅いと速い）とその応用編という構成になっていてそれらの組み合わせだけでもアレンジをした感じが出る。

②DVD再生・投影：DVDプレーヤ プロジェクタ スクリーン

③音楽再生：ワイヤレスアンプ

- ・スピードコントロール機能付きなのでCDの速さを生徒の実態によって変えることができる。

④撮影・再生：DVDカメラとテレビ

電子黒板とWebカメラ

- ・これらの機器でペアで踊る場面を撮影、再生し、スクリーンでの師範映像と比較させる。