

# 表現運動系領域部会

東京都小学校体育研究会 研究主題

「自ら学び続ける力を、仲間と共に身に付けていく体育学習」  
～運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通して～



## 【部内授業】

|     |                         |
|-----|-------------------------|
| 授業日 | 令和6年 7月5日(金)            |
| 場所  | 文京区立林町小学校               |
| 单元名 | 第4学年表現運動<br>表現「オーバーな1日」 |
| 授業者 | 主任教諭 塚越 潤               |

hyogenbu\_shotaiken

表現運動系領域部会の  
HPをチェックしてね!



これまでの  
指導案や資料は  
こちらから!



保存して  
あとで見る

いいね! : dancingjun、他15,702人  
#小体研 #表現部 #表現運動 #表現 #リズムダンス #部員募集  
#激しい感じ #大変だ #課題解決 #イメージスライド #貯金箱

表現運動系領域部会 部内授業

研究主題

「自ら学び続ける力を、仲間と共に身に付けていく体育学習」  
～運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通して～

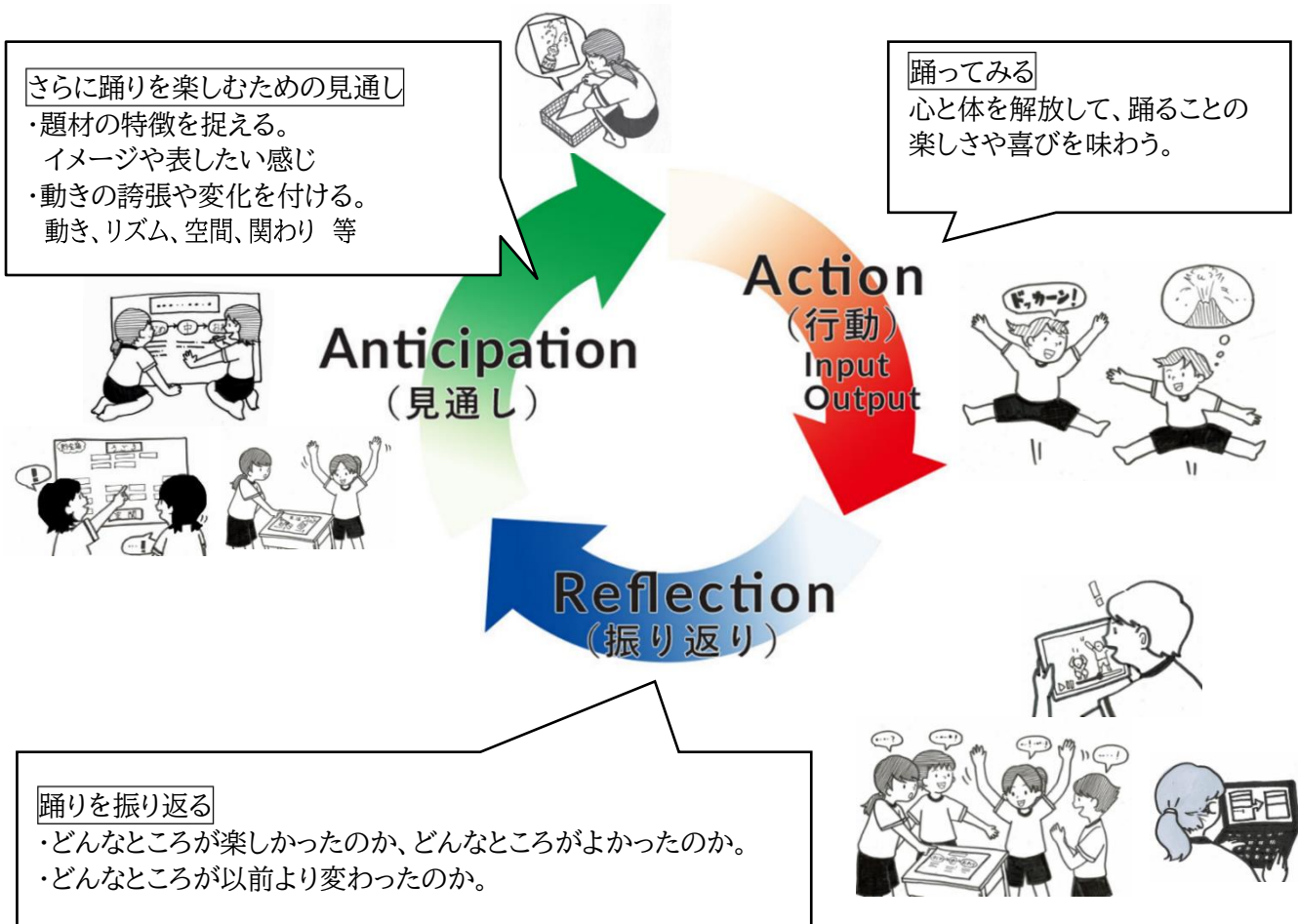
1 研究主題に向けた部会の考え方

表現運動は、自己の心身を解放して、イメージやリズムの世界に没入してなりきって踊ったり、互いのよさを生かし合って仲間と交流して踊ったりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、一人一人がそれぞれ異なるゴールイメージに向けて取り組む学習であり、自由に動きを工夫して楽しむ創造的な学習をすすめられるという特徴がある。

今年度の研究主題を受けて本部会では、

- ①心と体を解放し、表現運動系の楽しさや喜びを味わうこと
- ②表現運動系の学習を楽しむために最低限必要な知識及び技能を身に付けること

の2つが保証されることで、自ら学び続けることができると考えた。その上で、『自ら学び続ける力』を「ひと流れの動きにして踊る」「ひとまとまりの動きにして踊る」場面で、学びのサイクルを回し続ける姿と捉えた。本部会の考える『学びのサイクル』を以下のとおりである。



## 2 本部会の学習課題の捉え

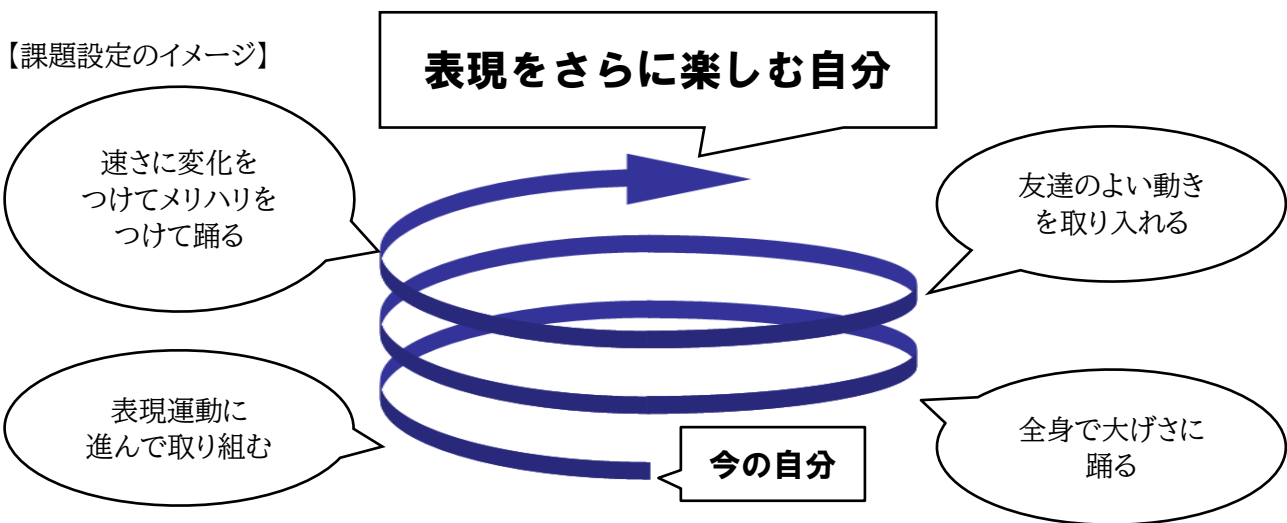
小学校学習指導要領解説 体育編 4 各領域の内容 (1)運動領域の内容

カ 表現運動系

自己の心身を解き放して、イメージやリズムの世界に没入してなりきって踊ったり、互いのよさを生かし合  
って仲間と交流して踊ったりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

「表現」と「リズムダンス」は、内容は異なるものの、学習の進め方としては、いずれも自由に動きを工夫し  
て楽しむ**創造的な学習**で進められるところに共通の特徴がある。

表現運動系領域は「創造的な学習」という特徴があることから、学習課題は一単位時間を通して一つ設定し  
て解決していくというよりは、「表現をもっと楽しむためにどうするか」を繰り返し見いだししていくものであると考  
える。(子供によっては、継続して一つの学習課題を設定する場合も想定される。)



学習課題が移り変わっていくことで、楽しさが深まっていく。

### 【想定される学習課題】

| 知識及び技能に関する<br>学習課題  | 思考力、判断力、表現力等に関する<br>学習課題  | 学びに向かう力、人間性等に関する<br>学習課題   |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○表したいイメージにふさわしい動きを見つけて踊る。</li> <li>○全身を使って、大きさに表現(誇張)して踊る。</li> <li>○動きに変化を付けてメリハリをつけて踊る。</li> <li>○動きを連続させ、気持ちも途切れずに踊る。</li> </ul> <p>※以上の学習課題を解決するための4つの工夫の観点</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動き ・リズム</li> <li>・空間 ・関わり</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○表現を楽しむための学習課題を見付ける。</li> <li>○友達のよい動きを取り入れて踊る。</li> <li>○友達が工夫したよいところを伝える。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○表現に進んで取り組む。</li> <li>○表現に取り組む際に、誰とでも仲よくする。</li> <li>○友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認める。</li> <li>○友達とぶつからないようにする。</li> </ul> |

## 学習指導案

### (1) 部内授業実施校等

文京区立林町小学校

第4学年1組 児童:35名 指導者:主任教諭 塚越 潤

### (2) 単元

表現運動 表現「 オーバーな1日 」

### (3) 単元の目標

|              |  |
|--------------|--|
| 知識および技能      | 表現の行い方を知るとともに、表したい感じを表現することができるようにする。                                |
| 思考力、判断力、表現力等 | 自己の能力に適した課題を見付け、題材の特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 |
| 学びに向かう力、人間性等 | 表現に進んで取り組み、誰とでも仲良く踊ったり、友達の動きや考えを認めたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。       |

### (4) 単元の評価規準

| 観点            | 学習活動に即した評価規準  |
|---------------|---|
| 知識・技能         | ①表現運動の行い方について、言ったり書いたりしている。<br>②題材の主な特徴を捉え表したい感じをひと流れの動きで即興的に踊ることができる。                                      |
| 思考・判断・表現      | ①題材の特徴や動きのポイントを知り、自己に合った課題を見付けている。<br>②特徴を捉えた動きや変化のある動きなど、よかったところを友達に伝えていたり、自己の動きに取り入れたりしている。               |
| 主体的に学習に取り組む態度 | ①表したい感じやイメージを表現したりする運動に進んで取り組もうとしている。<br>②互いの動きや考えのよさを認め合おうとしている。<br>③誰とでも仲良く踊ろうとしている。<br>④運動する場の安全を確かめている。 |

### (5) 児童の実態

本学級では、5月に実施した運動会でダンスを披露した。その際、子供たちはリズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合って踊ったりする中で、踊る楽しさに触れていた。しかし、これまで表現リズム遊びや表現運動の学習の経験が乏しく、表したい題材の主な特徴や感じをとらえて、ひと流れの動きで即興的に表現する力は身に付いていない。さらに、子供が自ら課題を見だし解決する経験も乏しいため、自己の学びを振り返る必要感を感じることができていない。

そこで、本単元では表現運動の経験が乏しくても、子供が題材の特徴を捉えやすいように題材設定を工夫したり、子供たちが見つけた「よい動き」を毎時間書きためたりすることで、課題を解決する手助けにしていく。また、毎時間の振り返りでは、学習カードを一枚ポートフォリオの形式にすることで、自らの学びの成果を実感できるようにしていく。これらの手立てを講じることで、自立した子供を育て、子どもが自ら学び続け、自己の課題を解決していくことよき気付くとともに、仲間と共に踊る楽しさや喜びを味わわせたい。

## (6) 研究主題を実現するための手立ての工夫

### ① 学習過程の工夫

本部会では、予想される子供の思いから学習活動を考え、子供が自ら学び続ける力を仲間と共に身に付けていくための学習過程を作成した。

表現運動は、自己の心身を解き放して、リズムやイメージの世界に没入してなりきって踊ったり、互いの良さを生かし合って仲間と交流して踊ったりする楽しさや喜びを味わうことができるという特性がある。また、ゴールフリー的な「探究型」の学習を基本にし、「やってみる（習得）」から「ひろげる（活用）」への学びの循環を繰り返しながら、「深める（探究）」へと発展させ、そのプロセスへの総体が「探究型」の学習になっているのが特徴である。（村田芳子 表現運動-表現の最新指導法より）

表現運動系領域部会として、「心と体を解放し、表現運動系の楽しさや喜びを味わうこと」、「表現運動系の学習を楽しむために最低限必要な知識及び技能を身に付けていること」の2つが保障されることで、自ら学び続けることができると考える。

単元前半では、「みんなでやってみる（習得）」時間と、「ひと流れの動きにして踊る（活用）」時間を設定し、イメージを膨らませて表現運動の楽しさを味わわせるとともに、いろいろな動きを見付けたり、工夫したりできるようにした。そして、単元後半の「ひと流れの動きにして踊る（探究）」時間には、踊りたいイメージを友達と共有し、これまでに学習したことを生かして踊ることで学習を深められるようにした。このように、習得と活用を繰り返し、探究的な活動につなげることで、子供が自ら学び続ける力を仲間と共に身に付けていけるようにしていく。

### ② 題材設定の工夫

小学校学習指導要領解説(体育編)には、中学年の表現運動では「身近な生活などの題材から主な特徴や感じを捉え、表したい感じをひと流れの動きで踊ること」とある。「身近な生活などの題材」については、「具体的な生活からの題材」やそれと対比する「空想の世界からの題材」など、ダイナミックで変化に富んだ多様な表現に取り組みやすい題材」との記述があり、例示は以下のようにになっている。

- 具体的な生活からの題材－「○○づくり」（料理、粘土造形など）  
「1日の生活」（洗濯物、掃除、スポーツなど）
- 空想の世界からの題材－「○○探検」（ジャングル、宇宙、海底など）

本部会では、今年度の研究を「身近な生活などの題材」で例示されている「1日の生活」を題材とし、「家庭編」「学校編」「休日編」の3つの小テーマに分けた。ひと流れの動きにして踊る時間に、学びのサイクルを回し続けるためには、見通しをもつ段階で、一人一人が題材の特徴を捉えることが大切である。そのために子供が表したい感じを広げられるよう、より多くの子供が生活の中で経験していることから、イメージを選定した。

### ③ よい動きを書きためた掲示物「動きの貯金箱」

動きのポイントが見て分かる掲示物「動きの貯金箱」を作成する。子供たちが見つけたよい動きや工夫のポイントを毎時間書きためていくことで、できたことの実感や次の見通しをもつことへの手助けになるようにした。「動きの貯金箱」を見て、「○○な感じが表せたな。」と自己評価したり、「次は～なイメージを表したいな。」と次の学習課題を見いだしたりすることにも活用できると考えた。



「動きの貯金箱」に入る言葉は、子供たちから出た言葉を使って作成し、動きをよりよくするための工夫の視点として、「動き」「リズム」「空間」「関わり」の4つを取り上げる。

④ 一枚ポートフォリオの活用

子供が「自ら学び続ける力」を育てるためには、自己評価の質を高めることが重要だと考える。本部会の学習カードは一枚ポートフォリオ評価の形を取り入れ、学びの履歴を振り返りやすくし、自己の変容に気づきやすいように設定した。また、子供に「表現を楽しむために大切なことは何ですか。」と初めと終わりに同じ質問をすることで、単元終了後の学びの深まりが表れるようにしている。

毎時間の振り返りでは「今日一番大切だと思ったことを書きましょう。」と発問することで、子供がその時間に学んだことを振り返ったり、次時に向けての学習課題を見いだしたりすることができる考えた。さらに、子供の実態に合わせて、紙のカードに書くことや ICT を活用して入力ができるように、子供が自分に適した方法で振り返りができるようにした。

単元の中心発問

2～6時間目  
 その日の授業で一番大切だと思ったこと

「オーバーな1日」 振り返りカード

4年 組 番 名前

表現運動を楽しむために大切なことは何ですか。

**スタート**

**1** 今日の感想

**2** 表現運動を楽しむために、今日一番大切だと思ったことを書きましょう。

**3** 表現運動を楽しむために、今日一番大切だと思ったことを書きましょう。

**ゴール**

**6** 表現運動を楽しむために、今日一番大切だと思ったことを書きましょう。

**5** 表現運動を楽しむために、今日一番大切だと思ったことを書きましょう。




**4** 表現運動を楽しむために、今日一番大切だと思ったことを書きましょう。

スタートとゴールを比べて気付いたことを書きましょう。

単元の中心発問

単元終了後  
 学習前と学習後の学びを比べて変わったこと

(7)学習過程

| 時間  | 1  | 2   | 3   | 4 (部内授業) | 5  | 6 (実証授業) |
|---|--|---|---|----------|--|----------|
| 段階  | 運動との出会い  |   | 習得・活用   |          | 探究   |          |
| 学習活動・内容   |  <p>どんなことをするのか楽しみだな。<br/>早く踊ってみたいな。<br/>踊るのが苦手だから不安だな。</p>  |   |  <p>前回よりも表現を楽しみたい。<br/>もっと激しく踊りたい。<br/>イメージに合わせて動きを工夫して踊りたい。</p>   |          |  |          |
|   | <p><b>心と体をほぐす</b></p> <p>友達と関わりながら心と体をほぐす運動に取り組む。<br/>(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>スキップ&amp;ストップ</li> <li>体じゃんけん</li> <li>窓拭き</li> <li>足踏み</li> <li>バランス崩し</li> <li>スローボクシング</li> <li>リズムダンス など</li> </ul>   |   | <p><b>みんなでやってみる【習得】</b></p> <p>イメージバスケットでイメージを広げ、教師のリードに合わせて踊る。いろいろなイメージや教師が価値付けたことを自分もやってみる。動きの貯金箱に動きの工夫を貯めていく。</p>  |          | <p><b>ひと流れの動きにして踊る【探究】</b></p> <p>踊りたい小テーマを選び、好きなゾーンに行き行って踊る。掲示物を見たりイメージスライドをめくったりしながら、第4時までの学びを生かして、「オーバーな1日」をもっと楽しむ。</p>   |          |
|   | <p><b>みんなでやってみる</b></p> <p><b>運動との出会い</b></p> <p>イメージバスケットで身近な生活の中の出来事を出し合う。</p> <p><b>教師のリードに合わせて踊る</b></p> <p>教師のリードで踊ってみる。教師が価値付けたことを自分もやってみる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">しゃぼん玉</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">給食配膳</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ゲーム</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">書写</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">風呂そうじ</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">水族館</div> </div> <p>ほかにもあったら面白い「オーバーな1日」を選び、教師のリードで踊ってみる。</p> <p><b>学習の見通しをもつ</b></p> <p>第2時からどのように取り組んでいくかみんなで考え、学習の見通しをもつ。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;">家庭編</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;">学校編</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px;">休日編</div> </div> |   | <p><b>みんなでやってみる【活用】</b></p> <p>イメージスライドを使って、いろいろな「オーバーな1日」をひと流れの動きにして踊る。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>次は、もっと激しく踊りたい。動きに変化を付けて踊ったら、もっと楽しく踊れそう。</p> <p><b>【見通しをもつ】</b><br/>題材の特徴、イメージや表したい感じを捉える。動きの誇張や変化を付ける。(動き・リズム・空間・関わり等)</p> </div> <div style="text-align: center; width: 20%;">  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>踊るのが楽しいな。～して踊ってみよう。イメージしたことをもっと表現したいな。</p> <p><b>【踊ってみる】</b><br/>心と体を解放して、踊ることの楽しさや喜びを味わう。</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>みんなで踊るのが楽しかった。動きを工夫できた。前より激しく踊れた。</p> <p><b>【踊りを振り返る】</b><br/>どんなところが楽しかったのか、よかったのか。どんなところが以前より変わったのか。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>踊るのが楽しいな。～して踊ってみよう。イメージしたことをもっと表現したいな。</p> </div> </div> |          | <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;">家庭ゾーン</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;">学校ゾーン</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;">休日ゾーン</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;">お話ゾーン</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 45%;"> <p>全身を使って、大きめに表現しながら踊りたいな。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 45%;"> <p>イメージや表したい感じをもっと表現できるように、動きの貯金箱を見て動きを取り入れてみよう。</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 45%;"> <p>友達が動きを工夫して踊っている。友達の踊りを見たら、よい動きを見付けられた。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 45%;"> <p>川遊びとシャボン玉をつなげて踊ってみたい楽しそうだな。</p> </div> </div> |          |
|   | <p><b>振り返り</b> 本時の学習の振り返りをする。</p>  |   | <p><b>振り返り</b> 単元の振り返りをする。</p>  |          |  |          |
| <p>楽しく踊れるようになりたい。<br/>もっと動きを工夫して踊りたい。<br/>友達と一緒に協力して踊りたい。</p> |  | <p>友達の真似をしてみたり、一緒に踊ってみたいすることが大切だな。そうすると楽しく踊れることに気付いた。<br/>掲示物を見たら、イメージに合う動きを見付けられた。<br/>友達からアドバイスをもらったら、工夫して踊ることができた。</p> |   |          |  |          |
| <p>表現運動は楽しいな。ほくでもできた！次は何をするのかな。</p>                           |  | <p>表現運動で大切なことが分かった。友達と一緒に踊ると楽しかった。友達にアドバイスをもらって、激しく踊れた。他の学習でもアドバイスをし合いたい。</p>   |   |          |  |          |

(7)-2

指導と評価の計画

| 時<br>段階 | 1  | 2   | 3   | 4 (部内)                              | 5   | 6 (実証) |
|---------|--|---|---|-------------------------------------|---|--------|
|         | 運動との出会い  | 習得・活用<br>心と体をほぐす  |   |                                     | 探究  |        |
| 学習内容・活動 | 友達と関わりながら心と体をほぐす運動に取り組む。   |   |   |                                     |   |        |
|         | みんなでやってみる  | 表現遊び みんなでやってみる【習得】  |   |                                     | ひと流れの動きにして踊る【探究】  |        |
|         | <p>&lt;運動との出会い&gt; イメージバスケットで身近な生活の中の出来事を出し合う。</p> <p>&lt;教師のリードに合わせて踊る&gt; 教師のリードで踊ってみる。教師が価値付けたことをやってみる。</p> | <p>イメージバスケットでイメージを広げ、教師のリードに合わせて踊る。いろいろなイメージや教師が価値付けたことを自分もやってみる。</p> |   |                                     | <p>踊りたい小テーマを選び、好きなゾーンに行って踊る。掲示物を見たり、イメージスライドをめくったりしながら第四時までの学びを生かして「オーバーな1日」を楽しむ。</p> |        |
|         | 学習の見通しをもつ  | 小テーマ「家庭編」   | 小テーマ「学校編」                                 | 小テーマ「休日編」                           |   |        |
|         | <p>出し合ったイメージを基に、第2時からどのように取り組むか考える。</p>  | <p>(例1) 洗濯物<br/>(例2) ゲーム</p>  | <p>(例1) そうじ<br/>(例2) ドッジボール</p>           | <p>(例1) ジェットコースター<br/>(例2) サッカー</p> |   |        |
|         | 経験させたい動き   |   |   |                                     |   |        |
|         | <p>★跳ぶ、転がる、ねじる、回る、スローモーションなどの変化をつけた動き。</p>   | <p>★対立したり、対応したりする動き。特徴を捉えた大きな動き。</p>                                  | <p>★集まる、離れる、合わせて動く、自由に動くなど、人数を生かした動き。</p> |                                     |   |        |
|         | ひと流れの動きにして踊る【活用】   |   |   |                                     |   |        |
|         | イメージスライドを使って、いろいろな「オーバーな1日」をひと流れの動きにして踊る。  |   |   |                                     |   |        |
|         | <div style="text-align: center;"> </div>   |   |   |                                     |   |        |
|         | 振り返り 本時の振り返りをする。   |   |   |                                     |   |        |
| 評価      | 知・技  |   | ①   | ②                                   |   |        |
|         | 思・判・表  |   |   | ①                                   | ②   | ①      |
|         | 態度   | ① ④   | ③   |                                     |   |        |



(8)本時の学習

① 本時のねらい

特徴を捉えた動きや変化のある動きなど、よかったところを友達に伝えたり、自己の動きに取り入れたりする。【思考力, 判断力, 表現力等】

② 本時の展開(6時間中の4時間目)

| 学習内容・活動   | ○教師のかかわり ◎配慮児童への支援  | □評価  |
|---|---|--|
| <p>1 学習活動の確認をする<br/>・今日の学習活動を全体で確認する。</p> <p>2 心と体をほぐす<br/>・スキップ&amp;ストップ<br/>・リズムダンス 等</p> <p>3 みんなでやってみる<br/>・イメージバスケットでイメージを広げ、教師のリードに合わせて踊る。<br/>(例1)ジェットコースター<br/>(例2)サッカー</p> <p>4 ひと流れの動きにして踊る<br/>・「休日編」のイメージスライドを使って、いろいろな「オーバーな1日」を即興的に踊る。<br/>(例)野球、ドライブ<br/>川遊び、花火<br/>水族館、シャボン玉</p> <p>5 クーリングダウンをする</p> <p>6 学習の振り返りをする</p> | <p>○休日からイメージを広げ、人数を工夫したり、友達と合わせるなどの相手の動きを意識したりできるような活動を取り入れる。</p> <p>○動きの貯金箱を見て取り入れたことを確かめたり、新しい工夫を書き加えたりしていく。</p> <p>○最初と最後はポーズで決めることで、踊りの始めと終わりを意識させる。</p> <p>○踊りをもっと楽しむためにはどうしたらよいかを問いかけ、よかったところを伝えたり、自己の動きに取り入れたりすることが自分たちの踊りをよりよくすることにつながると気付かせる。</p> <p>◎支援を要するグループ、ペアや児童には、教師リードと一緒に踊ったり、具体的な動きを言葉かけしたりする。動きに少しでも変容が見られたら称賛する。</p> <p>○本時の学習を振り返りながら、心と体を落ち着かせられるようにする。</p> <p>○今日の学習を通して表現を楽しむために大切だと思うことを記入できるようにする。</p> | <p>□特徴を捉えた動きや変化のある動きなど、よかったところを友達に伝えていたり、自己の動きに取り入れたりしている。<br/><br/>(観察)</p> |