

平成30年 東京都小学校体育研究会

表現運動系領域部会

東京都小学校教育研究会 研究主題

三つの資質・能力の関係性を明確にし、
運動や健康についての課題に主体的・協働的に取り組む児童の育成



授業日	平成30年10月12日(金) 13:45~14:30
会場	台東区立根岸小学校 体育館
指導者	小板橋 彩 主任教諭
单元名	第4学年 表現運動 リズムダンス 「Let's ダンス! Negishi ダンス!」
講師	教育庁指導部指導企画課 統括指導主事 美越 英宣 先生

平成30年度 表現運動系領域部会の実証授業指導案目次

1. 研究の概要	3
(1) 研究主題	
(2) 主題設定の理由	
(3) 研究の視点	
(4) 部会の考え	
①研究の視点1 三つの資質・能力の具体的な学習状況	
②研究の視点2 三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方	
③研究の視点3 三つの資質・能力を育むための指導と評価	
④学習を促す手立て	
ア 課題解決的な学習過程	
イ 協働的に学ぶための手立て	
ウ リズムに乗るための手立て	
エ リズムダンスの学習に進んで取り組むための手立て	
オ 一般化に向けての取り組み	
2. 研究の内容	9
(1) 課題解決的な学習過程	
・第3学年リズムダンス ・第4学年リズムダンス	
(2) 協働的に学ぶための手立て	
①リズムダンスにおける協働的な姿 ②人数の工夫 ③1曲を通して踊る	
④言葉掛け ⑤場の工夫 ⑥1単位時間の流れの工夫	
(3) リズムダンスの学習に進んで取り組むための手立て	
①心と体をほぐす ②曲リストの活用 ③学習環境	
3. 学習指導案	18
(1) 単元名	
(2) 単元の目標	
(3) 単元の評価規準	
(4) 児童の実態	
(5) 単元の指導と評価の計画	
(6) 1単位時間の流れ	
4. 資料	28
(1) 曲リスト	
・平成30年度作成 ・平成29年度作成	
(2) よろしくねダンス	
・ロックバージョン ・サンババージョン	
(3) 動きのレパートリー	
(4) 学習カード	
(5) 学習カード	

1. 研究の概要

(1) 研究主題

三つの資質・能力の関係性を明確にし、
運動や健康についての課題に主体的・協働的に取り組む児童の育成

(2) 主題設定の理由

本研究会では、これまでの研究の成果と課題及び新学習指導要領の方向性を踏まえ、児童が体育の学習に取り組む目指すべき姿が「自ら課題解決に取り組む姿」であり、自ら課題解決に取り組めるようにするために重視する学習活動を「主体的・協働的な学習活動」と捉えた。

体育科での「主体的・協働的な学習活動」は、児童の学習が、「粘り強く意欲的に解決に取り組むとともに、自らの学習活動を振り返りつつ、仲間と共に課題を解決し、次の学びにつなげる」という過程を経ることによって導かれるものであると考える。このような学習過程は、一つ一つの学習活動そのものが目的なのではなく、常に、「三つの資質・能力」をバランスよく、確実に身に付けることを目的として構成され、工夫・充実されなければならない。また、体育の学習過程は、「三つの資質・能力」の関係性を明確にし、単元や学習活動の各場面において、効果的に指導することが求められる。

このような学習を児童の発達の段階に応じて積み重ねることにより、児童が生涯にわたって能動的に学び続けることができるようになる。つまり、運動やスポーツ、健康な生活の実践、体力向上を自らの生活の中に位置付け、これらに関する課題を自ら解決するために必要な力が育まれ、自らの生活の向上を図るための資質・能力を身に付けることができると考える。

このことが、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見つけ、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現することにつながると考え、本研究主題を設定した。

(3) 研究の視点

新学習指導要領の全面実施までの移行措置期間に当たる時期となるため本研究主題を3か年間継続し、以下の視点によって年次を追って研究を進めていくこととする。

①研究の視点1＝1年次の中心となる視点

○三つの資質・能力の具体的な学習状況

②研究の視点2＝2年次（今年度）の中心となる視点

○三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方

③研究の視点3＝3年次の中心となる視点

○三つの資質・能力を育むための指導と評価

(4) 部会の考え

昨年度の研究の成果と課題 平成29年度第3学年リズムダンス

○リズムに乗って、おへそを中心に全身で弾んで踊ることのできる児童を育成できた。リズムの特徴をつかませるための手立てが有効であった。

○「習得」→「活用」の流れを基本とした授業構成は、児童がリズムの乗り方をつかんだり、動き方に変化を加えたりするのに有効であった。

▲2年間で考えた際の「探究」の時間をどのように扱うか。

▲「見合う」、「伝え合う」活動が形式的になっており、児童にとって必要感がなかった。

今年度の方向性や重点

今年度は、昨年度明らかにした表現運動系領域における三つの資質・能力の具体的な姿を引き出すための学習過程を作成することを重点として研究を進めていく。また、4年生のリズムダンスの授業を行い「探究」の段階の児童の姿を明らかにするとともに、児童が必要感をもって対話することができるように手立てを講じ、主体的・協働的に学習に取り組む児童を育成する。

①研究の視点1 「三つの資質・能力の具体的な学習状況」についての考え方

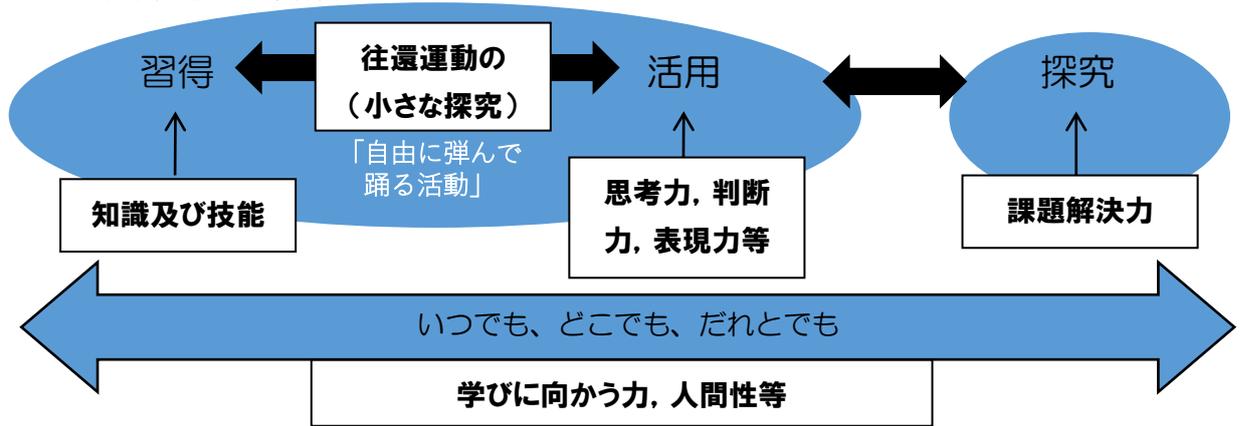
- 「知識や技能」については、表現運動の特性を味わうために必要な技能とそれを身に付けるために必要な知識であると考えた。学習の初めの段階では、教師の提示する易しい運動から表現リズム遊び・表現運動における楽しさや喜びに触れ、知識を活用して、その行い方を知ったり、理解したりする。運動に取り組むことを通して、即興的な身体表現能力やリズムに乗って踊る能力、コミュニケーション能力などを培っていく。
- 「思考力、判断力、表現力等」については、簡単な踊り方を工夫することや自己やグループの課題の解決に向けて、課題を見付けること。課題の解決の仕方を選んだり、考えたりする力と考えた。そして、課題の解決のために考えたことを分かりやすく他者に伝えることができるよう、伝える方法、場の設定、指導方法や評価方法などを検討していく。
- 「学びに向かう力、人間性等」については、「いつでも、どこでも、誰とでも」という、これまでの部会で大切にしている考えをもとに、進んで運動に取り組むこと、友達のよさを認めようとする態度と考えた。そのために、仲間を認め合うような学級の雰囲気づくりはもちろん、授業の導入では、心と体をほぐすような活動を取り入れ、進んで運動に取り組む態度を養うようにする。

<三つの資質・能力の具体的な学習状況>

第4学年 リズムダンス

	知識及び技能	思考力, 判断力, 表現力等	学びに向かう力, 人間性等
児童の学びの姿	<p>○1リズムの特徴を捉え即興的に踊っている。</p> <p>○2左右に弾んだりスキップで回ったり移動したりして踊っている。</p> <p>○3ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化をつけて踊っている。</p> <p>○4友達と調子を合わせたり、かけ合いをしたりして踊っている。</p> <p>○51曲を通して即興的に踊っている。</p>	<p>□1楽しく踊るために四つの変化から動きを選んでいる。</p> <p>□2友達や他のグループのよい動きをクラスや友達に伝えている。</p> <p>□3自分やグループの課題に合ったリズム(曲)を選んでいる。</p> <p>□41曲を通して楽しく踊るために新たな動きや変化を加えて踊っている。</p>	<p>◇1リズムダンスに進んで取り組んでいる。</p> <p>◇2誰とでも気持ちよく踊ったり交流したりしている。</p> <p>◇3友達の動きや考えを認めている。</p> <p>◇4友達とぶつからないように安全を確かめながら踊っている。</p> <p>◇5場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にしている。</p>

②研究の視点2 「三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方」についての考え方
三つの資質・能力の関係性



	知識及び技能	思考力, 判断力, 表現力等	学びに向かう力・人間性等
児童の学びの姿	<p>○1リズムの特徴を捉え即興的に踊っている。</p> <p>○2左右に弾んだりスキップで回ったり移動したりして踊っている。</p> <p>○3ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化をつけて踊っている。</p>	<p>□1楽しく踊るために四つの変化から動きを選んでいる。</p> <p>□2友達や他のグループのよい動きをクラスや友達に伝えている。</p>	<p>◇1リズムダンスに進んで取り組んでいる。</p> <p>◇2誰とでも気持ちよく踊ったり交流したりしている。</p> <p>◇3友達の動きや考えを認めている。</p> <p>◇4友達とぶつからないように安全を確かめながら踊っている。</p> <p>◇5場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にしている。</p>
	<p>○4友達と調子を合わせたり、かけ合いをしたりして踊っている。</p> <p>○51曲を通して即興的に踊っている。</p>	<p>□3自分やグループの課題に合ったリズム(曲)を選んでいる。</p> <p>□41曲を通して楽しく踊るために新たな動きや変化を加えて踊っている。</p>	

三つの資質・能力の関係性を明らかにした上での学習過程（第4学年リズムダンスの例）

		児童の学びの姿			学習内容・活動
		知 技	思 判 表	学 人 間	
1 2	習得・活用	○1 リズムの特徴を捉え即興的に踊っている。		◇1 リズムダンスに進んで取り組んでいる。 ◇2 誰とでも仲よく踊ったり交流したりしている。 ◇3 友達の動きや考えを認めている。 ◇4 友達とぶつからないように安全を確かめながら踊っている。	○心と体をほぐす。 ○教師のリードでリズムの特徴を捉えて踊る。○1 ・ロック ・サンバ ○2人組で踊る。 互いの踊りを真似したり対応したりして踊る。 ○4人組で踊る。 教師の合図でリーダーと真似をして踊る人を交代しながら踊る。○1 ○クーリングダウン ○振り返り
3 4	探究	○2 左右に弾んだりスキップで回ったり移動したりして踊っている。 ○3 ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化をつけて踊っている。	□1 楽しく踊るために四つの変化から動きを選んでいる。 □2 友達や他のグループのよい動きをクラスや友達に伝えている。	◇5 場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にやっている。	○心と体をほぐす。 ○4人組で、曲を選んで1曲を通して踊る。○2, 3 ・ロックの中から曲を選んで踊る。 ・サンバの中から曲を選んで踊る。 ・リーダーを交代しながら即興的に踊る。 ○他の4人組とお気に入りの動きを交流し合う。□1, 2 ・ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。 ・自分たちの動きに取り入れたい動きを見付け話し合う。 ○クーリングダウン ○振り返り
5	探究	○4 友達と調子を合わせたり、かけ合いをしたりして踊っている。 ○5 1曲を通して即興的に踊っている。	□3 自分やグループの課題に合ったリズム（曲）を選んでいる。 □4 1曲を通して楽しく踊るために新たな動きや変化を加えて踊っている。		○心と体をほぐす。 ○4人組で曲を選び、1曲を通して踊る。○4, 5 □3, 4 ・サンバ ・ロック ○お気に入りの動きを交流し合う。 ○クーリングダウン ○振り返り
6					○心と体をほぐす。 ○ダンスパーティーを行う。 ○4, 5 □3, 4 ・全員で円形に並ぶ。 ・グループごとに円の中心に入って踊り、周りの児童は真似をする。 ○よかった動きを伝え合う。 ○クーリングダウン ○振り返り

③研究の視点3 「三つの資質・能力を育むための指導と評価」についての考え方

より多くの教員が活用できる学習活動に即した評価規準を作成する。そこで、多様な評価場面や評価方法について検討し、児童の学習状況を適切に評価し、指導の改善につなげることができるようにしていく。

④学習を促す手立て

ア 課題解決的な学習過程

○リズムダンスにおける課題

リズムダンスは、自由に動きを工夫する創造的な学習であり、ロックやサンバなどの現代的なリズムに乗って、リズムのとり方や動き方を工夫したりして、友達と自由にかかわり合い感じ合って踊るのが楽しいダンスである。

⇒リズムに乗って全身で弾んで楽しく踊る。

⇒段階によって変化していくと考える。



○「習得」⇔「活用」⇔「探究」という三つの段階で構成する単元計画に基づいた授業を構成する。

- ・習得・・・教師のリードでリズムに乗ることや全身で踊ること、リズムや動きを変化させることを習得させる。
- ・活用・・・ペアやグループで様々な曲に合わせて習得の時間に身に付けたリズムの乗り方や踊り方で即興的に踊る。
- ・探究・・・自分たちの選んだ曲で、習得した「知識及び技能」に「思考力、判断力、表現力等」を働かせて1曲を通して踊る。また、他のグループの踊りを見て、動きの工夫の仕方を広げたり深めたりして、自分たちの踊りをよりよくしていく。そして、リズムの世界に没入して踊る。

○2 カ年を見通した学習過程

3年生（リズムダンスのはじめの段階）

目標	リズムの特徴を知り、リズムに乗って楽しく踊る					
時	1	2	3	4	5	6
段階	<p style="text-align: center;">習得 活用</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> 教師主導でリズムの特徴を捉え、即興的に踊る。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> 「習得」で身に付けた知識及び技能を用いて動きに変化を付けて踊る </div> </div>					ダンス交流会

4年生（リズムダンスのやや進んだ段階）

目標	友達と一緒に動きを工夫して1曲を通して踊る					
時	1	2	3	4	5	6
段階			<p style="text-align: center;">探究</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>好きなリズムの曲を選んで、4人グループで1曲を通して即興的に踊る。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>ダンスパーティに向けてグループの友達と動きを共有して1曲を通して踊る</p> </div> </div>			

イ 協働的に学ぶための手立て

- 個→ペア→グループと次第に人数を増やし、かかわりを工夫できるようにする。
 - ・個で動きを習得し、そこから動きのレパートリーを増やすためにペアになる。ペアになることで動きを共有し新しい動きを見出すことができる。さらに人数を増やすことで動きのバリエーションが生まれる。そして「もっと〇〇な動きを変化させたい。」「こんな〇〇な動きはどうか。」など必然的に会話が生まれる。
- 児童が課題を解決するための必要感をもって、協働的に学ぶことができるようにする。
 - ・1単位時間の学習の工夫
- 教師の働きかけ
 - ・見合い・伝え合いを促す言葉掛け
教師の発問を精選することで、児童に見合い・伝え合いの必要感をもたせることができると考えた。
- 場の工夫
 - ・探究の時間に児童が自然と協働的に学ぶことができるような場を設定する。探究の時間には1曲を通して踊ることが児童の課題になる。その際に、自分たちの踊りをさらによくするために何度も踊ったり、他のグループの踊りを見て自分たちのグループに取り入れたりすることができるようにする。そのために、グループで踊る場を2か所設定し、自分たちの選んだ曲が何度もかかるようにした。

ウ リズムに乗るための手立て

- 教師が易しい動きや運動の行い方を提示する。
 - ・昨年度は易しいロックの「よろしくねダンス」を提案した。今年度は新たにサンババージョンの「よろしくねダンス」を提案する。
- リズムに乗って踊ることが苦手な児童等に配慮するための例を示す。
 - ・苦手な児童に対しては、動きが止まらないように動きの例を掲示する。
 - ・動きが全く分からない児童に対しては「よろしくねダンス」の振り付け音楽に合わせて行うように言葉掛けをする。

○さらに動きをよくするための四つの変化を学ぶ。

- ・習得の時間に、動き・空間・リズム・かかわりの変化を確認する。リズムの乗り方や動きに変化が生まれ、児童は途切れずに、全身でリズムに乗って弾んで踊ることができる。

エ リズムダンスの学習に進んで取り組むための手立て

○授業の導入時に心と体をほぐす運動（円形コミュニケーションやリズム遊び等）を行う。

- ・踊ることに意欲的でない児童に、授業の導入では、学級全体で円形などになり、顔を見あわせながら軽快にリズムに乗って弾んだり、手拍子をしたりして心と体をほぐすなどの配慮をする。

○教師の肯定的な声掛けにより、温かい雰囲気の中で授業を行う。

- ・表現リズムダンスの授業では、正解が1つではない。そこで児童が主体的、協働的に学べる雰囲気をつくるのが大切である。よい動きをしている児童を褒め、広めたい動きがあれば集合をさせ共有する時間を確保する。

オ 一般化に向けての取り組み

○おすすめの曲リストの更新

○やさしい運動「よろしくね ダンス」のサンバ ver の作成

○動きのレポートリーの整理（ロック、サンバ）の整理、教師用資料として動画作成

○ダンス交流会（ダンスパーティ）を行うための場の工夫

2. 研究の内容

(1) 課題解決的な学習過程

第3学年 リズムダンス

		1	2	3	4	5	6
学習の段階		ロックやサンバのリズムの特徴を捉えて踊る。			リズムダンス交流会を行う。		
		習得・活用	習得・活用	習得・活用	習得・活用	習得・活用	活用
小テーマ		ロック	ロック	サンバ	サンバ	ロック・サンバ	ロック・サンバ
めあて(例)		・みんなで楽しく踊ろう。 ・全身で弾んで踊ろう。		・サンバのリズムに乗って踊ろう。 ・全身で弾んで踊ろう。		・動きを工夫して踊ろう。	・友達のよい動きを取り入れて踊ろう。
		<p>①心と体をほぐす。</p> <p>・へそダンス ・ハイタッチ ・よろしくねダンス ・リズムウォーミングアップ</p> <p>ロックやサンバのリズムを捉えながら踊る。ロック「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」サンバ「<u>ンタ</u><u>ッタ</u> <u>ンタ</u><u>ッタ</u>」 即興的に踊るときに「よろしくねダンス」の動きを生かせる。</p>					
		みんなで踊ると楽しいな！よろしくねダンスは簡単で楽しい！			よろしくねダンスの動きをこの後のダンスでも取り入れよう！		
児童の 学びの道筋		習得	習得	習得	習得	活用	
		<p>②教師のリードで踊る。</p> <p>ロックのリズムを捉えながら踊る。 ロック「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」 →おへそを中心にリズムに乗り、おへそを上下に弾ませる。</p>	<p>②教師のリードで踊る。</p> <p>サンバのリズムを捉えながら踊る。 サンバ「<u>ンタ</u><u>ッタ</u> <u>ンタ</u><u>ッタ</u>」 →小刻みにリズムをとったり、へそを中心に前後左右にスイングしたりする。</p>	<p>②教師のリードで踊る。</p> <p>ロックやサンバのリズムを捉えながら踊る。 リズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。</p>	<p>②ダンス交流会を行う。</p> <p>前時にまとめた30秒程度の踊りを10人ずつのグループに分かれて踊る。円形に並び、2人ずつ順番に円の中心に入って踊る。周りの児童は中心の友達の踊りを真似して踊る。リズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。</p>		
		先生と同じようにおへその位置が動くといんだね。	サンバのリズムはロックのリズムと違うんだね。	今まで見付けた工夫をいろいろ取り入れたいな！	いろいろな動きの工夫をして踊ると楽しめる！		
		③2人組で真似し合って踊る。	③2人組で真似し合って踊る。	③2人組で真似し合って踊る。	③2人組で真似し合って踊る。		
		友達の真似をして踊る。教師が示範した動きを使って踊る。	友達の真似をして踊る。教師が示範した動きを使って踊る。	友達の真似をして踊る。教師が示範した動きを使って踊る。	友達の真似をして踊る。教師が示範した動きを使って踊る。		
		先生はこんな動きをしていたな。やってみよう！	先生が教えてくれた動きをいろいろと試せるね！				
活用	活用	活用	活用	活用	活用		
④2人組で即興的に踊る。	④2人組で即興的に踊る。	④2人組で即興的に踊る。	④2人組で即興的に踊る。	④30秒程度の踊りにまとめる。	②友達の動きを取り入れて踊る		
友達の真似をして即興的に踊る。教師の示範を参考にしてリズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。	友達の真似をして即興的に踊る。教師の示範を参考にしてリズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。	友達の真似をして即興的に踊る。教師の示範を参考にしてリズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。	友達の真似をして即興的に踊る。教師の示範を参考にしてリズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。	ダンス交流会に向けて、前時までの踊りを基に、2人組で30秒程度のダンスにまとめる。2人組同士のグループをつくり、課題を伝え合った上で見合い、出来栄を伝え合う。	友達のよい動きを取り入れて自分の踊りに生かす。		
途中でスローモーションを入れると面白いね！	友達と反対の動きをすると面白いね！			リズムを変えて踊ることができていたかな。	〇〇さんの止まる動きをやってみよう！		
三つの 学習状況	知識及び技能	ロックのリズムを知り、おへそを中心に全身で弾んで踊っている。	サンバのリズムを知り、おへそを前後にスイングして踊っている。	リズムに合わせて即興的に踊っている。			
	思考力、判断力、表現力等		友達のよい動きをクラスや友達に紹介している。	ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化をつけて踊っている。			
	学びに向かう力、人間性等	リズムダンスに進んで取り組んでいる。誰とでも気持ちよく踊ったり交流したりしている。	即興的な動きを真似し合いながら踊っている。	友達のよい動きを真似している。			

		1	2	3	4	5	6		
学習の段階		ロックやサンバのリズムの特徴を捉えて踊る。		ロックやサンバから好きなリズム(曲)を選んで踊る。			ダンスパーティーを行う。		
		習得・活用	習得・活用	探究	探究	探究	探究		
小テーマ		ロック	サンバ	ロック	サンバ	ロック・サンバ	ロック・サンバ		
めあて(例)		<ul style="list-style-type: none"> ・全身で弾んで踊ろう。 ・動きを工夫して踊ろう。 		<ul style="list-style-type: none"> ・途中で止まらないで1曲踊り切ろう。 ・動きを工夫しながら1曲通して踊ろう。 ・他のグループから面白い動きをもらって踊ろう。 			今までの学習を生かして、みんなで楽しく踊ろう。		
①心と体をほぐす。 ・へそダンス ・ハイタッチ ・よろしくねダンス ・リズムウォーミングアップ ロックやサンバのリズムを捉えながら踊る。ロック「 <u>ンタ</u> <u>ンタ</u> 」サンバ「 <u>ンタ</u> <u>ッタ</u> <u>ンタ</u> <u>ッタ</u> 」 即興的に踊ったり、1曲通して踊ったりするときに「よろしくねダンス」の動きを生かす。									
		みんなで踊ると楽しいな！よろしくねダンスは簡単で楽しい！			よろしくねダンスの動きをこの後のダンスでも取り入れよう！				
児童の 学びの道筋	習得	②教師のリードで踊る。 ロックやサンバのリズムを捉えながら踊る。 ロック「 <u>ンタ</u> <u>ンタ</u> 」 →へそを中心に全身で弾む。 サンバ「 <u>ンタ</u> <u>ッタ</u> <u>ンタ</u> <u>ッタ</u> 」 →小刻みにリズムをとったり、へそを中心に前後左右にスイングしたりする。		②4人組で1曲通して踊る。 リーダーを交代しながら即興的に踊る。 1・2時間目に経験した動きを使って1曲を通して踊る。「よろしくねダンス」で出てきた動きも取り入れられる。リズムを変えたり、場を広く使ったり、友達と動きを合わせて踊ったりと、動きを工夫して踊る。			②ダンスパーティーを行う。 3～5時間目までの踊りを基に、1グループ2分程度の即興ダンスにまとめる。クラス全員で円形に並び、踊るグループは中心で踊る。他のグループは中心で踊る友達の動きを真似して踊る。ハイタッチや拍手等で友達の踊りを認めたり、「○○さんの～の動きがよかったよ」などと伝えたりする。		
		先生と同じようにおへその位置が動くといいだね。		1曲踊るためには、今までの動きを使うといいだね。リズムに乗り続けて、止まらないで踊ろう！			今までの動きを使って、みんなで楽しく踊ろう！		
		③2人組で真似し合って踊る。 友達の真似をして踊る。教師が示範した動きを使って踊る。 先生はこんな動きをしていたな。やってみよう！		次は僕の番だ！ ねじる動きが好きだからやってみよう！			イエーイ！（ハイタッチ） ○○君の体をねじる動き、最高だったよ！		
		活用	④4人組で即興的に踊る。 友達の真似をして即興的に踊る。教師の示範を参考にして動きを工夫して踊る。 途中でスローモーションを入れると面白いね！		③他の4人組とお気に入りの動きを交流する。 ペアグループでダンスを見せ合い一緒に踊る。相手グループの動きの中で自分たちが取り入れたい動きを見付ける。「○○さんの～な動きを取り入れて踊りたい」などと次時の課題を決める。 ○○さんのストップする動き、面白かったね。次のダンスで真似してみたいな！			ロックもサンバもみんなで踊ると楽しい！またやりたいな。	
	三つの 学習状況 の 学習状況	知識及び技能	リズムの特徴を捉え、即興的に踊っている。		左右に弾んだりスキップで回ったり移動したりして踊っている。ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化を付けて踊っている。			友達と調子を合わせたり、掛け合いをしたりして即興的に踊っている。	
		思考力、判断力、表現力等			楽しく踊るために四つの変化から動きを選んで踊る。友達のよい動きをクラスや友達に伝えている。			自分やグループの課題にあったリズム(曲)を選んで踊る。1曲を通して踊るために、新たな動きや変化を加えて踊っている。	
		学びに向かう力、人間性等	リズムダンスに進んで取り組んでいる。誰とでも仲よく踊ったり交流したりしている。友達の動きや考えを認めている。友達とぶつからないように安全を確かめながら踊っている。場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にやっている。						

(2) 協働的に学ぶための手立て

①リズムダンスにおける協働的な姿

- ・教師や友達の動きを真似している。
- ・友達と調子を合わせたり、掛け合ったりして即興的に踊っている。
- ・1曲を通して踊るために、どの動きや踊りを組み合わせたり取り入れたりするかを話し合っている。
- ・友達や他のグループの動きを見て、真似したり取り入れたりしている。
- ・掲示物や学習資料からどのような踊りを取り入れるかを考えている。
- ・他のグループの動きや踊りのよさを伝えている。
- ・学習カードに「スターダンサー」として友達のよかった動きや踊りを書いている。

②人数の工夫

人数	特徴
1人	学習のはじめの段階で有効的である。 教師のリードで動きを真似しながら踊ることで、リズムの特徴をつかむことができる。また、周りを気にしなくてよいので踊りに没入できる。
ペア	お互いの動きを真似し合ったり、息を合わせて踊ったりすることができる。友達と関わり合うことで心も体も解放されやすい。また、即興的に踊り合うことで動きのレパートリーが広がる。
グループ (4人～)	・人数を増やすことで関わりが増え、楽しく踊ることができる。また、踊ることに苦手意識のある児童でも友達の真似をすることで楽しく踊ることができる。 ○ペアを合体させた4人 お互いのよい動きを紹介し合うことができる。 ○教師がグルーピングした4人 三つの資質・能力と人間関係を基にグルーピングする。一つの作品を作る際などに有効である。 ○踊りたい曲やリズムによるグルーピング 学習してきた曲やリズムの中で、もう一度踊りたい曲やリズムを基にグルーピングする。

③1曲を通して踊る

4年生の進んだ段階では、第3時から「グループで1曲を通して踊る」ことを課題にする。これまで学んできた動きや踊りを組み合わせたり、即興的に踊ったりしながら踊り続けることができるようにする。そうすることで、「どの動きを取り入れたり組み合わせたりするか」をグループで話し合うと考える。

④言葉掛け

○見合い・伝え合いを促す言葉掛け

「1曲を通して踊る」という課題を解決するために、見合い・伝え合いをする必要感とは自然と生まれるものであると考える。しかし、課題を解決する方法を明確にもっていない児童にとっては、見合ったり伝え合ったりする必要感が生まれにくい。見合ったり伝え合ったりすると動きが広がり、様々な動きを繋げることで長く踊ることができるようになることに気付かせたい。また、友達のよい動きを見付けたりや自分たちの踊りを再構成したりするために必要な思考を促す発問や言葉掛けを明確化し、見合いや伝え合いをより一層活発にできるようにする。

教師の発問	予想される児童の思考
今踊ってみて、どんな動き（変化）がよかったかな？	〇〇くんの～の動きが面白くてよかった！
次はどんな動き（変化）を入れるかな？	次はこの動きを入れてみない？
他のグループはどんな動き（変化）を入れているかな？	ああいう動きもあるんだ。 面白い！やってみよう！

○三つの資質・能力の具体的な児童の姿に迫るための言葉掛け

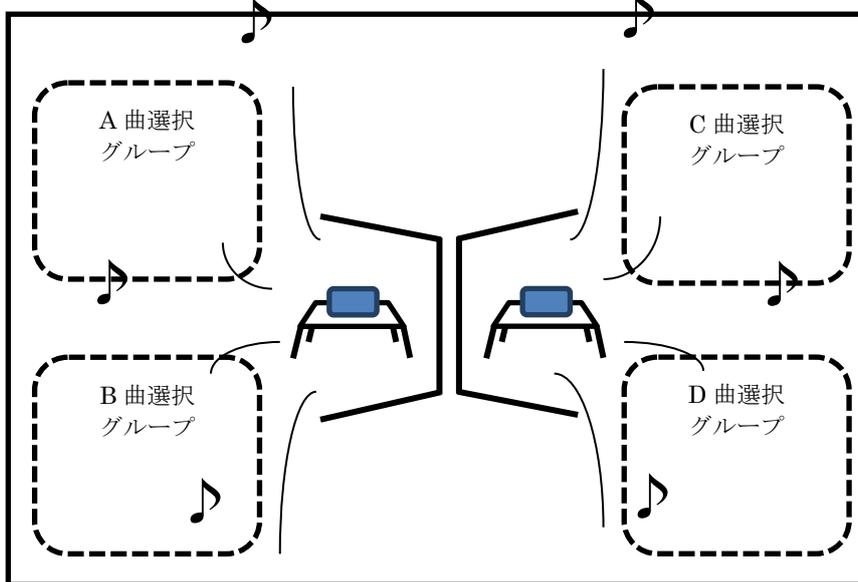
知識及び技能	思考力, 判断力, 表現力等	学びに向かう力, 人間性等
<p>①リズムの特徴を捉え即興的に踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ンタンタと言いながら、おへそを縦に動かしてみよう。」 ・「ンタッタといいながら、前後左右におへそを動かしてみよう。」 	<p>①楽しく踊るために四つの変化から動きを選んでいる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「違った動きで楽しく踊るには、どの変化を取り入れたいかな。」 ・「掲示物を見て、どんな変化を取り入れられるかやってみよう。」 	<p>①リズムダンスに進んで取り組んでいる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「〇〇さん、笑顔で楽しく踊っていてステキ！！」 ・「積極的に、自分の考えを伝えていていいね。」
<p>②左右に弾んだりスキップで回ったり移動したりして踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「動きの変化を取り入れていていいね。」 	<p>②友達や他のグループのよい動きをクラスや友達に伝えている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「友達の動きで、どんな動きがよかったかな？体や言葉を使って伝えよう。」 ・「真似したいと思った動きは、どんどん取り入れていこう。」 	<p>②誰とでも気持ちよく踊ったり交流したりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「いろんな友達と進んで関わっていてすばらしい！」 ・「男女関係なく、すぐにペアを組めるのがこのクラスのいいところだね。」
<p>③ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化をつけて踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「四つの変化を取り入れて踊ってみよう。」 ・「〇〇さんは、□□に変化を付けながら踊っているから、とってもおもしろいね。」 	<p>③自分やグループの課題に合ったリズム（曲）を選んでいる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「どんな変化を取り入れて踊ってみたいかな。それを生かそうな曲はどれかな。」 ・「みんなで楽しく踊るには、どの曲が一番いいかな。」 	<p>③友達の動きや考えを認めている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「友達の踊りを見て、ナイスと言ったりハイタッチをしたりするのがいいね。」
<p>④友達と調子を合わせたり、かけ合いをしたりして踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「友達の動きに対応しながら踊っていてすばらしい。」 ・「友達と逆の動きをするのも楽しいね。」 	<p>④1曲を通して楽しく踊るために新たな動きや変化を加えて踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「動きの変化は取り入れられたから、次は他の変化も取り入れてみよう。」 ・「リズムの特徴をつかみながら、変化も加えていて楽しく踊れているね。」 	<p>④友達とぶつからないように安全を確かめながら踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「周りをよく見て広がる。」 ・「みんなが安全に気を付けながら踊ったので、けがなく楽しく踊れました。」
<p>⑤1曲を通して即興的に踊っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「このグループは、途切れずにいろんな動きで踊っていて楽しそうだね。」 ・「みんなで順番に、動きを出し合っていくと、ダンスが繋がっていくね。」 		<p>⑤場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ラジカセの準備やパネルの準備を進んでできてすばらしいです。」 ・「友達と協力しながら準備ができましたね。」

④場の工夫

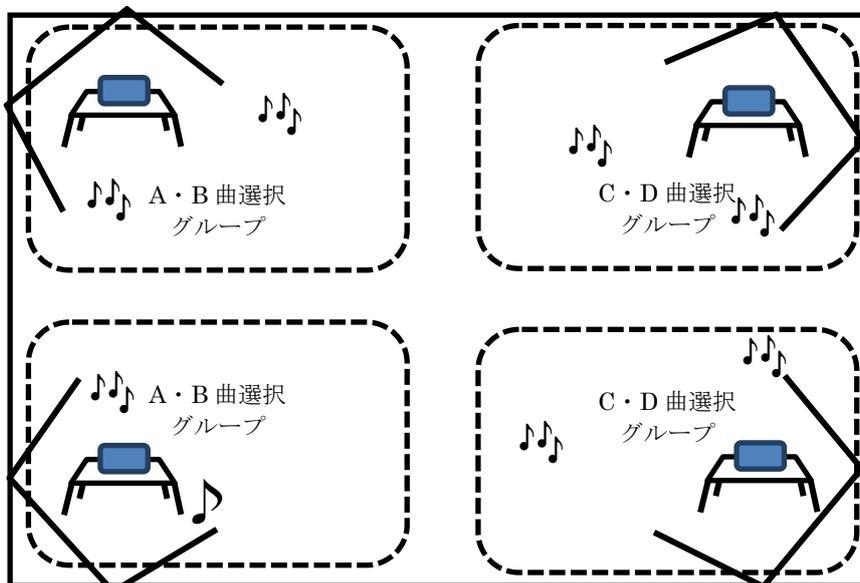
2～4つのラジカセを用意して、各ラジカセから2曲をリピートして流す場を設定する。ラジカセが2つの場合は背中合わせになるように置き、ラジカセの背と左右に段ボールで仕切りを作り、お互いに音が干渉しないように工夫する。4つのラジカセの場合は体育館の4隅に置く。

また、夢中になって踊る児童の足音で、ラジカセの音が飛ばないように、ラジカセを台に乗せた。A曲が流れている間は、A曲選択グループが踊り、B曲選択グループが踊りの工夫を話し合う時間とし、逆にB曲が流れている間は、B曲選択グループが踊り、A曲選択グループが踊りの工夫を話し合う時間とした。これを、複数の場で行うことで、より多くの曲目から児童が自分達で踊りたい曲を選択できること、踊りに没頭できる時間を多く確保すること、意図的に対話の時間をつくり出すことを狙った。

○ラジカセが2つの場合



○ラジカセが4つの場合



⑤ 1 単位時間の流れの工夫

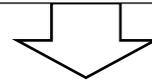
教師と一緒に踊ってみる。

- ・「ロックは『ンタンタ』のリズムなんだね。」
- ・「おへそが縦に動くんだね。」
- ・「リズムの工夫は、スローモーションにしたりストップしたりすることなんだね。」



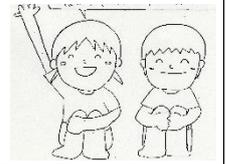
2人・4人で踊ってみる。

- ・「2人で、離れたりくっついたりして踊ろう。」
- ・「○○ちゃんと、逆の動きをしてみよう。」
- ・「みんなで踊ると、楽しいね。」



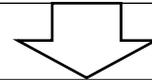
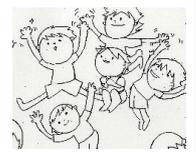
よい動きの共有。

- ・教師が、全身で弾んで踊っていたグループを取り上げて示す。
→みんなで真似して踊ってみる。
- ・見つけた友達のよい動きを、児童が言葉や動きで発表する。



さらに工夫して、2人・4人で踊ってみる。

- ・さっき見つけた友達のよい動きを取り入れながら踊る。
- ・四つの工夫を取り入れながら踊る。
- ・自分の取り入れたい工夫を入れながら、リーダーを交代して踊る。



ペアグループで見合う。

- ・近くのグループと、踊りを見合う。一緒に踊る。
- ・「こちらのグループは、空間の工夫を取り入れて、広く踊っているから楽しいね。」
- ・「この腰を回す動きがおもしろいね、ぼくたちもやってみようよ！」



「いただきタイム」

- ・ペアグループの踊りの中で、自分たちも真似してみたい動きについて話し合う。動きや言葉で伝え合い、次時に生かすようにする。



振り返る

- ・本時の学習を振り返り、次時のめあてを立てる。
- ・友達のよい動きを記入する。

(3) リズムダンスの学習に進んで取り組むための手立て

① 心と体をほぐす

表現運動領域では、自然とリズムに乗って楽しく踊ったり恥ずかしいという気持ちをなくしたりするために心と体をほぐす時間を設定する。

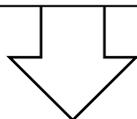
第3学年及び第4学年 表現運動

(3) 学びに向かう力, 人間性等

◎運動に意欲的でない児童への配慮の例

- ・踊ることに意欲的ではない児童には、授業の導入で、みんなで円形などになり、顔を見合わせながら軽快なリズムに乗って弾んだり手拍子をしたりして、心と体をほぐすなどの配慮をする。

【新学習指導要領解説 p.107】



- 目的
- ・準備運動（けが防止）
 - ・楽しい気持ちになることで、恥ずかしさを忘れて踊ることができるようにする。
 - ・自由に踊る雰囲気を作り、お互いのよい動きを認めることができるようにする。

活動	対象	ポイント
オオカミさん、今何時？	低	歌を歌いながら行う。 教師のリードでふりを付けながら、イメージしたものになりきることができる。
怪獣になろう	低	リズムに乗って動く。 教師のリードで体を動かしたり声を出したりすることができる。
トントントン 何の音	低・中	リズムに乗って動く 教師のリードでイメージしたものになりきることができる。
たまご たまご たまご	低・中	歌を歌いながら行う。 教師のリードでふりを付けながら、イメージしたものになりきることができる。
もりのくまさん	低	歌を歌いながら行う。 2人1組でイメージしたものになりきることができる。
だるまさんの一日	低・中・高	ゲームを生かして行う。 鬼の言ったものをイメージして動きにすることができる。
新聞紙をつかって ・丸める・広げる・やぶる	低・中・高	具体物を見ながら即興的に動く。 教師のリードで具体物になりきって動くことができる。
風船になって ・ふくらむ・飛んでいく・割れる	低・中・高	具体物を見ながら即興的に動く。 教師のリードで具体物になりきって動くことができる。
洗濯物になって	低・中・高	具体物を見ながら即興的に動く。 教師のリードで具体物になりきって動くことができる。
見えないボールで遊ぼう	低・中・高	具体物をイメージしながら即興的に動く。 教師のリードで見えないものをイメージしながら動くことができる。
きゅうりのしおもみ	低・中・高	2人1組でストレッチする。 スキンシップをはかりながら体をほぐすことができる。
体でじゃんけん	低・中・高	2人1組または教師対児童全員で行う。 全身を動かすことができる。じゃんけんの結果によって動きを工夫できる。
円形コミュニケーション	低・中・高	学級全体でリズムを取ったり隣の人を体をほぐしたりする。 クラスで一体感を感じたりお互いの動きを確認したりできる。
リズムダンス	低・中・高	学級全体で曲に合わせて簡単なふりをつける。 児童になじみのある曲を使用することで踊りやすくする。
フォークダンス	低・中・高	「ジェンカ」「キンダーポルカ」「タタロチカ」など低学年でも楽しめるフォークダンス。 リズムに合わせて踊る心地よさや軽快なテンポののってはずむおもしろさを味わえる。

心と体をほぐす活動例

② 曲リストの活用

平成30年度版の曲リストを作成したので、その中から授業で取り入れる曲を選んだ。児童の実態に合わせて、その中から使用する曲を決めた。ロックの曲は、BPM 140前後のスキップできるくらいの速さのものを、サンバの曲は、打楽器の音が聞こえてきやすく「ンタッタ」のリズムが取りやすい曲のものを選ぶようにした。

③ 学習環境

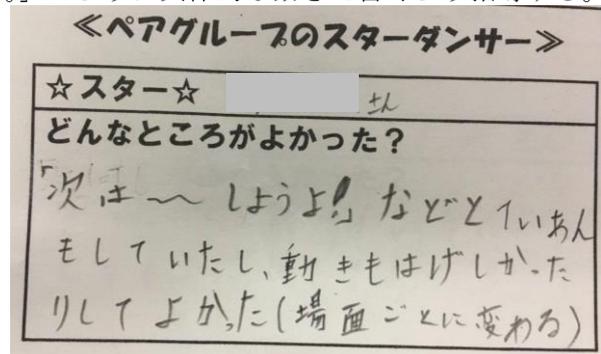
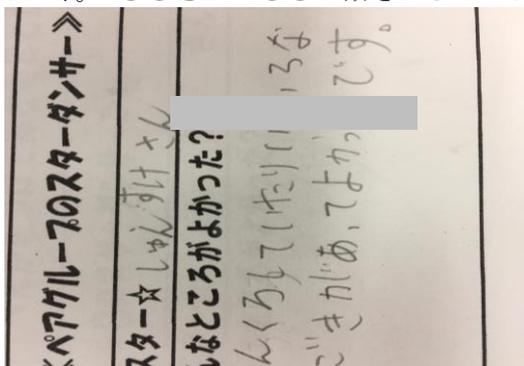
・動きのレパートリー集

どんな動きがあったか思い出したいときに、見るようにする掲示物。児童から出てきた言葉をもとに、動きをオノマトペや単語などの短い言葉で表し、写真の横に掲示する。



・スターダンサー

学習カードの振り返りに、友達のよかった動きを記入させ、それを掲示することで全体に広めていく。「〇〇さんの〇〇の動きがよかった。」のように具体的な動きで書くよう指導する。



3. 學習指導案

(1) 単元名

表現運動 リズムダンス 「Let' s ダンス!Negishi ダンス!」

(2) 単元の目標

知識及び技能	軽快なリズムに乗って全身で踊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、題材やリズム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	運動に進んで取り組み、誰とでも仲よく踊ったり、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。

(3) 単元の評価規準

	知識及び技能	思考力, 判断力, 表現力等	主体的に学習に取り組む態度
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・ロックやサンバの軽快なリズムに乗って全身で踊ることができる。 ・動きに変化をつけて踊ったり、友達と関わり合って踊ったりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムダンスの行い方を知っている。 ・リズムの特徴を知り、自己の能力に合った課題を選ぶことができる。 ・よい動きを知り、友達のよい動きを自己の動きに取り入れることができる。 ・その時間に見付けた気に入った動きを、友達と一緒に踊りながら伝えることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロックやサンバの軽快なリズムに乗って全身で踊る運動に進んで取り組むことができる。 ・誰とでも仲よく運動に取り組むことができる。 ・場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にすることができる。 ・友達の動きや楽しく踊るための友達の考えを認めることができる。
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ①教師のリードで、ロックのリズムに乗って全身で踊ることができる。 ②教師のリードで、サンバのリズムに乗って全身で踊ることができる。 ③グループで、ロックやサンバのリズムに乗って1曲を通して踊ることができる。 ④四つの変化を取り入れながら即興的に踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ①どんな方法や手順で課題を解決したらよいかを知っている。 ②四つの変化から、動きを選んでいる。 ③友達と動きを交流し合い、取り入れたい動きを見付けている。 ④取り入れたい動きを組み合わせる踊り、友達に伝えることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ①ロックやサンバのリズムに乗って全身で踊る運動に進んで取り組むことができる。 ②友達とぶつからないように、安全に踊っている。 ③友達のよい動きや楽しく踊るための動きの組み合わせを称賛することができる。

(4) 児童の実態

三つの資質・能力の具体的な学習状況の姿に関する児童自身の意識を把握するため、表現運動の学習前に以下の調査を行った。

①質問紙調査の数値結果 実施時期 9月初旬 対象児童 台東区立根岸小学校4年2組29名

質問内容		4	3	2	1
知識及び技能	①ロックの「ンタ ンタ」の後打ちのリズムを知り、おへそを中心に全身で弾んで踊ることができる。	8	14	4	3
	②サンバの「ンタッタ ンタッタ」のリズムを知り、おへそを前後左右にスイングして踊ることができる。	4	15	8	2
	③左右に弾んだりスキップで回ったり移動したりして踊ることができる。	15	10	3	1
	④ねじる、回る、素早く、ストップなどの変化をつけて踊ることができる。	7	15	5	2
	⑤リズムに合わせて即興的に自由に踊ることができる。	10	9	10	0
	⑥友達と調子を合わせたり、対応したりして踊ることができる。	9	12	5	3
	⑦1曲を通して即興的に踊ることができる。	5	12	11	1
思考力、判断力、表現力等	①友達のよい動きを真似することができる。	10	9	8	2
	②即興的に踊り続けるために四つの変化から動きを選ぶことができる。	6	15	7	1
	③友達のよい動きをクラスや友達に紹介することができる。	1	13	9	6
	④自分やグループの課題にあったリズム（曲）を選ぶことができる。	3	8	15	3
	⑤お気に入りの動きを残したり、新たな動きや変化の付け方を加えたりすることができる。	8	8	9	4
学びに向かう力、人間性等	①リズムダンスに進んで取り組むことができる。	15	8	5	1
	②誰とでも気持ち良く踊ったり交流したりすることができる。	9	13	6	1
	③友達と励まし合って踊ることができる。	7	13	8	1
	④友達とぶつからないように安全を確かめながら踊ることができる。	14	13	2	0
	⑤場の設定や用具の片付けを、友達と一緒にすることができる。	14	13	2	0

(4…当てはまる 3…やや当てはまる 2…やや当てはまらない 1…当てはまらない)

②記述調査の結果

<p>リズムダンスのどんなところが楽しいですか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・曲のリズムに合わせておどれるところ ・思い切り体を動かせるところ ・自分の好きなようにできるところ ・体育が苦手でもできるところ ・いろいろな動きをするところ 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達と一緒に仲良く気持ちよく踊れるところ ・クラスみんなで音楽に合わせて踊るところ ・踊るとテンションが上がる場所
---	--

③考察

知識及び技能

「ロックのリズムに乗って踊ることができる」と答えた児童が76%、「サンバのリズムに乗って踊ることができる」と答えた児童が66%であった。ロックの方がリズムの特徴をつかみやすく、児童にとっても踊りやすかったと考えられる。昨年度、サンバのリズムの特徴をつかみきれなかった児童が34%いたことから、今年度はサンババージョンの『よろしくねダンス』を取り入れ、簡単な動きを身に付けることができるようにしていく。

また、動きの変化を取り入れて踊ることができると答えた児童が86%、リズムや動きの変化を取り入れて踊ることができると答えた児童が76%であった。昨年度の学習で4つの工夫を理解し踊りに取り入れることができた児童が8割近くいたと言える。掲示資料を用いることで、今年度も引き続き「四つの変化」を意識できるようにしていく。「1曲を通して即興的に踊る」という学習経験がなかったため、質問項目7の肯定的回答は58%であった。本部会では、「探究」の時間に、みんなで1曲を通して即興的に踊る経験を積むことで、これらの技能を身に付けることができると考えた。

思考力・判断力・表現力等

「友達のよい動きを真似することができる」と答えた児童が66%、「友達のよい動きを紹介することができる」と答えた児童が48%であった。昨年度、見合う時間が十分に設けられなかったことから友達の動きに着目できなかったと推察される。今年度は、よさを見つけ、広げることを重視し、教師の言葉掛けで思考力が働くようにしていく。

また、質問項目4・5に対して肯定的回答が半数近くだったのは、昨年度「曲を選ぶ」活動や「1曲を通して即興的に踊る」活動をしていなかったことが理由と考えられる。今年度は、グループで話し合い、自分たちの踊りたい曲を選ぶ時間を設けることとした。

学びに向かう力・人間性等

「リズムダンスの学習に進んで取り組むことができる」と答えた児童は、約80%であった。リズムダンスは、心と体を解放し、力を高めていく学習である。毎時間、よろしくねダンスで楽しく友達と関わりあって踊れる時間を設定し、すべての児童の学習意欲が高まるようにしていく。また、場や用具の安全に関しては93%の児童が肯定的回答をしており、日頃の体育の学習からもそれらの力が身に付いていることが考えられる。

自由記述より

リズムに乗って踊ることや、思い切り体を動かすことに楽しさを感じている。また、友達と関わって踊ることに楽しさを感じている児童もいる。これらのことから、児童がリズムの特徴を十分につかみ、友達と楽しく踊れるような学習過程を作成し指導していく。

(5) 単元の指導と評価の計画

第4学年リズムダンス

時	1 (軽快なロック)	2 (サンバ)	3 (ロック)																		
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ロックのリズムの特徴を捉えて、全身で弾んで即興的に踊ることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> サンバのリズムの特徴を捉えて、全身で弾んで即興的に踊ることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 動きに変化を付けて踊ったり、友達とかかわり合って踊ったりすることができるようにする。 																		
学習活動	<ul style="list-style-type: none"> ○学習の進め方を知る。 ○心と体をほぐす。 <ul style="list-style-type: none"> ・へそダンス・ハイタッチ ・よろしくねダンス (ロック) ○学習課題の確認をする。 <p>ロックのリズムで全身で弾んで即興的に踊ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○教師のリードでロックのリズムの特徴を捉えながら踊る。 習得「ンタ ンタ」の弾みや後打ちのリズムの特徴を捉え、へそを中心にその場で弾んだり体の各部分でリズムをとったりして踊る。 (1) 教師の真似をして踊る。 (2) 2人組で踊る。 (3) 4人組で踊る。 ○リズムの特徴を捉えた動きで、4人組で即興的に続けて踊る。教師の合図で即興ダンスをする人と真似して踊る人を交代しながらリズムに乗って自由に踊る。 活用「ンタ ンタ」の後打ちのリズムに乗って、四つの変化を取り入れながら即興的に踊る。 ○クーリングダウン、振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ○心と体をほぐす。 <ul style="list-style-type: none"> ・へそダンス・ハイタッチ ・よろしくねダンス (サンバ) ○学習課題の確認をする。 <p>サンバのリズムで、全身で弾んで即興的に踊ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○教師のリードでサンバのリズムの特徴を捉えながら踊る。 習得サンバのリズムの特徴を捉え、その場で弾んだり体の各部分で小刻みにリズムをとったり、へそを中心に前後左右のスイングなどでリズムに乗ったりして踊る。 (1) 教師の真似をして踊る。 (2) 2人組で踊る。 (3) 4人組で踊る。 ○リズムの特徴を捉えた動きで、4人組で即興的に続けて踊る。教師の合図で即興ダンスをする人と真似して踊る人を交代しながらリズムに乗って自由に踊る。 活用「ンタッタ ンタッタ」のシンコペーションのリズムと打楽器の小刻みなビートのリズムに乗って、四つの変化を取り入れながら即興的に踊る。 ○クーリングダウン、振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ○心と体をほぐす。 <ul style="list-style-type: none"> ・よろしくねダンス (ロック・サンバ) ○学習課題の確認をする。 <p>ロックの曲を選んで、4人グループで一曲通して踊ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○4人組で、1曲を通して踊る。 探究リズムダンスの動きのポイントを知り、楽しく踊るために自己にあった課題を見付け、工夫した動きを伝え合う。 (1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。 (2) お気に入りの動きを組み合わせせていく。 ○他の4人組とお気に入りの動きを交流し合う。 探究友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る。 (1) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。 (2) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。 (3) 次の課題を決める。 ○クーリングダウン、振り返り 																		
	評価の観点	<table border="1"> <tr> <td>知識及び技能</td> <td>①</td> </tr> <tr> <td>思考力、判断力、表現力等</td> <td></td> </tr> <tr> <td>主体的に学習に取り組む態度</td> <td>①</td> </tr> </table>	知識及び技能	①	思考力、判断力、表現力等		主体的に学習に取り組む態度	①	<table border="1"> <tr> <td>知識及び技能</td> <td>②</td> </tr> <tr> <td>思考力、判断力、表現力等</td> <td>①</td> </tr> <tr> <td>主体的に学習に取り組む態度</td> <td></td> </tr> </table>	知識及び技能	②	思考力、判断力、表現力等	①	主体的に学習に取り組む態度		<table border="1"> <tr> <td>知識及び技能</td> <td></td> </tr> <tr> <td>思考力、判断力、表現力等</td> <td>②</td> </tr> <tr> <td>主体的に学習に取り組む態度</td> <td>②</td> </tr> </table>	知識及び技能		思考力、判断力、表現力等	②	主体的に学習に取り組む態度
知識及び技能	①																				
思考力、判断力、表現力等																					
主体的に学習に取り組む態度	①																				
知識及び技能	②																				
思考力、判断力、表現力等	①																				
主体的に学習に取り組む態度																					
知識及び技能																					
思考力、判断力、表現力等	②																				
主体的に学習に取り組む態度	②																				
児童の具体的な姿	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムダンスに進んで取り組んでいる。 ・ロックの「ンタ ンタ」の後打ちのリズムで、全身で弾んで踊っている。 ・へそを上下に弾ませて、全身で跳ぶように踊っている。 ・リズムに合わせて即興的に自由に踊っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サンバの「ンタッタ ンタッタ」のシンコペーションのリズムと打楽器の小刻みなビートのリズムの特徴を捉えて、全身で踊っている。 ・へそを中心に前後左右のスイングなどをして踊っている。 ・四つの変化を取り入れながら、即興的に踊っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達のよい動きやおもしろかったと感じたところを伝えている。 																		
列 つまづきの	<ul style="list-style-type: none"> ・進んで取り組めない。 ・全身で踊れない。 ・ロックのリズムに乗って、へそを上下に動かせない。 ・動きが止まってしまう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サンバのリズムの特徴が分からない。 ・動きに変化がない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・1曲を通して踊ることができない。 ・友達のよい動きを見付けられない。 																		
苦手な児童への配慮	<ul style="list-style-type: none"> ○進んで取り組めない。 ・真似できるように教師の踊りを見せる。 ○へそを上下に動かせない。 ・「ンタ ンタ」と口伴奏する。 ・リズムに合わせて手拍子をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○サンバのリズムの特徴が分からない。 ・「ンタッタ ンタッタ」と口伴奏する。 ・「よろしくねダンス」で出てきた動きを取り入れて踊るようにする。 ○動きに変化がない。 ・四つの変化の指示物を見るよう声を掛ける。 ・工夫を取り入れているグループを紹介する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○1曲を通して踊ることができない。 ・今まで習得した動きをもとに、教師と一緒に踊る。 ・動きのレポートリー表を活用した言葉掛けをする。 ○友達のよい動きを見付けられない。 ・友達の踊りを見て、リズムの特徴を捉えた動きや、動きに四つの変化を付けているものを採るように声を掛ける。 																		

4 (サンバ)	5 (ロックとサンバ) 本時	6 (ダンスパーティー)
<ul style="list-style-type: none"> ・友達のよい動きを自分のリズムダンスに取り入れることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズム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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きに変化を付けて踊り、友達と踊りで交流することができるようにする。
<ul style="list-style-type: none"> ○心と体をほぐす。 <ul style="list-style-type: none"> ・よろしくねダンス (ロック・サンバ) ○学習課題の確認をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○心と体をほぐす。 <ul style="list-style-type: none"> ・よろしくねダンス (ロック・サンバ) ○学習課題の確認をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○心と体をほぐす。 <ul style="list-style-type: none"> ・よろしくねダンス (ロック・サンバ) ○学習課題の確認をする。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>サンバの曲を選んで、4人グループで1曲通して踊ろう</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>ダンスパーティーに向けて、友達と一緒に踊りに変化を付けて1曲通して踊ろう。</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>今まで踊ったことを生かして、クラスみんなで楽しくダンスパーティーをしよう。</p> </div>
<ul style="list-style-type: none"> ○4人組で、1曲通して踊る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○4人組で、ロックの曲を1曲通して踊る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ダンスパーティーを行う。
<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>探究リズムダンスの動きのポイントを知り、楽しく踊るために自己に合った課題を見付け、工夫した動きを伝え合う。</p> </div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>探究リズムの特徴を捉え、考えた踊りを伝え合って、1曲通して全身で踊る。</p> </div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>探究3～5時までで踊ってきた踊りをもとに、1グループ2分程度の即興ダンスにまとめ、伝え合ってクラス全員で楽しく踊る。</p> </div>
<ol style="list-style-type: none"> (1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。 (2) お気に入りの動きを組み合わせていく。 	<ol style="list-style-type: none"> (1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。 (2) お気に入りの動きを組み合わせていく。 	<ol style="list-style-type: none"> (1) 前時でまとめた踊りを踊りながら振り返る。 (2) クラス全員で、円形に並ぶ。 (3) グループごとに円の中心に入る。中心の児童はこれまでの踊りをもとに踊る。周りの児童は、中心の友達の踊りを真似して踊る。
<ul style="list-style-type: none"> ○他の4人組とお気に入りの動きを交流し合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○4人組でサンバの曲を1曲通して踊る。 	<ol style="list-style-type: none"> (4) 友達のよかった動きを伝え合う。
<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>探究友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る。</p> </div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>探究友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る。</p> </div>	<ol style="list-style-type: none"> (5) グループごとに円の中心に入る。中心の児童はこれまでの踊りをもとに踊る。周りの児童は、中心の友達の踊りを真似して踊る。
<ol style="list-style-type: none"> (1) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。 (2) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。 (3) 次時の課題を決める。 	<ol style="list-style-type: none"> (1) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。 (2) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。 (3) 次時の課題を決める。 	<ol style="list-style-type: none"> (6) 友達のよかった動きを伝え合う。
<ul style="list-style-type: none"> ○クーリングダウン、振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ○クーリングダウン、振り返り 	<ul style="list-style-type: none"> ○クーリングダウン、振り返り
	③	③
③	④	
		③
<ul style="list-style-type: none"> ・弾む動きにねじる・回るなどの変化を付けて踊っている。 ・友達と調子を合わせたり、かかわり合ったりして踊っている。 ・リズムに変化を付けたり、ロックやサンバのリズムに戻したりして踊っている。 ・場所を移動しながら踊っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達にお気に入りの動きを伝えている。 ・友達のよい動きやおもしろかったと感じたところを伝えている。 ・よい動きを自分の踊りに取り入れている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達にお気に入りの動きを伝えている。 ・友達のよい動きやおもしろかったと感じたところを伝えている。 ・よい動きを自分の踊りに取り入れている。
<ul style="list-style-type: none"> ・動きに変化がない。 ・友達とのかかわりがない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きを伝えることができない。 ・友達のよい動きを取り入れることができない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達のよい動きを見付けられない。 ・友達のよい動きを取り入れることができない。
<ul style="list-style-type: none"> ○動きに変化がない。 ・真似できるように、動きやリズムに変化を付けた動きで踊っている友達の踊りを見せる。 ・右なら左、速い動きにはゆっくりした動きなど、反対の動きをするように、声を掛ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○動きを伝えることができない。 ・体を動かして伝えたり、言葉で伝えたりしてよいことを伝える。 ・具体的な動きを言葉で称賛し、伝え方が分かるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○よい動きを取り入れることができない。 ・友達の動きを見ながら真似して踊るよう声を掛ける。

(5) 1 単位時間の流れ

展開 1/6

①ねらい ロックのリズムの特徴を捉えて、全身で弾んで即興的に踊ることができるようにする。

②展開

学習活動 ♪使う曲	○教師の指導支援 ◆評価
<p>1 学習の進め方を知る。</p> <p>2 心と体をほぐす</p> <ul style="list-style-type: none"> ・へそダンス・ハイタッチ ・よろしくねダンス (ロック) ・リズムウォーミングアップ <p>♪ブギーマン</p> <p>♪Everybody Jam</p>	<p>○様々な友達と交流している児童を称賛する。</p> <p>○ハイタッチは体のいろいろな部位で行うように声を掛ける。</p> <p>○リズムウォーミングアップでは、曲調の違う4曲を流し、曲のイメージに合った踊りを即興的に踊るように声を掛ける。</p> <p>「サンバ」→「ハワイアン」→「アフリカン」→「ワルツ」</p>
<p>3 学習課題の確認をする。</p> <p>ロックのリズムに乗って全身で弾んで踊ろう</p> <p>4 教師のリードでロックのリズムの特徴を捉えながら踊る。</p> <p>習得・「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」の弾みや後打ちのリズムの特徴を捉え、へそを中心にその場で弾んだり体の各部分でリズムをとったりして踊る。</p> <p>(1) 教師の真似をして踊る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・座ったまま、おへそを上下に弾ませる。 ・立ち上がり教師の真似をして踊る。 <p>♪5,6,7,8</p> <p>(2) 2人組になってお互いの踊りを真似したり対応したりして踊る。</p> <p>♪Shake It Off</p> <p>(3) 4人組で踊る。</p> <p>♪Beat it It Off</p> <p>5 リズムの特徴を捉えた動きで、4人組で即興的に続けて踊る。教師の合図で即興ダンスをする人と真似して踊る人を交代しながらリズムに乗って自由に踊る。</p> <p>活用・「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」の後打ちのリズムに乗って、四つの変化を取り入れながら即興的に踊る。</p> <p>♪妖怪ウォッチ OP</p> <p>♪Do it</p> <p>♪Rhapsody in Blue</p> <p>♪Celebration</p> <p>6 クーリングダウン</p> <p>♪崖の上のポニョオルゴール VER</p>	<p>○学習のめあてや流れを掲示する。</p> <p>○「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」の後打ちのリズムの特徴を説明する。</p> <p>○教師の真似をするように声を掛ける。</p> <p>○リズムを捉えながら児童の動きが広がるように、動きのレパートリーを広げながら教師が踊って見せる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体の向きを変える・ねじる・回る・跳ぶ ・素早くターン・ストップモーション ・リズムをくずす・友達と真似し合う ・友達の動きと反対の動き <p>○「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」のロックのリズムを捉えて踊っている児童や、進んでリズムダンスに取り組んでいる児童を紹介する。</p> <p>○2人組は「ハイポーズ」をして偶然的に出会った児童同士で組む。「いつでも、どこでも、だれとでも踊れるようにすること」を子供たちに伝える。</p> <p>○「次は、どう踊ったらもっと楽しいかな？」と発問し、人数を増やすことが子どもたちから出てくるようにする。</p> <p>○リズムダンスに進んで取り組めない児童には、「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」のリズムでおへそを上下に弾ませる動きをするように声を掛けたり、真似できるように教師が見せたりする。</p> <p>◆ロックのリズムに乗って全身で踊ることができる。【知識及び技能】</p> <p>◆ロックのリズムに乗って全身で踊る運動に進んで取り組むことができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】(観察・学習カード)</p>
<p>7 学習の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リズムの特徴やリズムダンスをして感じたことを学習カードに記入する。 	<p>○リズムの特徴を捉えた振り返りや進んで取り組んだ感想を取り上げる。</p> <p>○次時で使う音楽を流して意欲を高める。</p>

展開 2/6

①ねらい サンバのリズムの特徴を捉えて、全身で弾んで即興的に踊ることができるようにする。

②展開

学習活動 ♪使う曲	○教師の指導支援 ◆評価
<p>1 心と体をほぐす</p> <ul style="list-style-type: none"> ・へそダンス・ハイタッチ ・よろしくねダンス (サンバ) ・リズムウォーミングアップ <p>♪ブギーマン</p> <p>♪アイ・シ・エウ・チ・ペゴ</p>	<p>○いろいろな友達とかかわったり、体育館を広く使って活動したりするように声を掛ける。</p> <p>○リズムウォーミングアップでは、曲調の違う4曲を流し、曲のイメージに合った踊りを即興的に踊るように声を掛ける。</p> <p>「盆踊り」→「宇宙」→「ヒップホップ」→「カントリー」</p>
<p>2 学習課題の確認をする。</p> <p>サンバのリズムで全身で弾んで即興的に踊ろう。</p> <p>3 教師のリードでサンバのリズムの特徴を捉えながら踊る。</p> <p>習得・サンバのリズムの特徴を捉え、その場で弾んだり体の各部分で小刻みにリズムをとったり、へそを中心に前後左右のスイングなどでリズムに乗ったりして踊る。</p> <p>(1) 教師の真似をして踊る。</p> <p>(2) 2人組になって、お互いの踊りを真似しながら踊る。</p> <p>(3) 4人組で踊る。</p> <p>4 リズムの特徴を捉えた動きで、4人組で即興的に続けて踊る。教師の合図で即興ダンスをする人と真似して踊る人を交代しながらリズムに乗って自由に踊る。</p>	<p>○学習のめあてや流れを掲示する。</p> <p>○サンバの「ンタッタ ンタッタ」の後打ちのリズムの特徴とおへそを中心にリズムに乗ることを確認する。</p> <p>○ロックのリズムの特徴が捉えられない児童には、リズムに合わせて手拍子をしたり、「ンタッタ ンタッタ」とリズムを表す言葉を掛けたりする。</p> <p>○サンバのリズムを、オノマトペで伝えていくようにする。</p> <p>例→シャカシャカピタッ、タンタタン、太陽ガラガラ</p> <p>○おへそを前後左右に動かした教師や友達の踊りを見せる。</p> <p>○ペアで向かい合って、おへそが上下左右に動いているかを見合うように声を掛ける。</p> <p>○四つの変化（動き・空間・リズム・かかわり）を意識しながら踊るように声を掛ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体の向きを変える・ねじる・回る・跳ぶ ・素早くターン ・ストップ ・リズムをくずす ・友達と真似し合う ・友達の動きと反対の動き <p>○2人組はリズム太鼓の合図で「ハイポーズ」をして決める。1時間目と違うペアで取り組ませる。いろいろな人とペアになるように声を掛ける。</p>
<p>活用・「ンタッタ ンタッタ」のシンコーションのリズムと打楽器の小刻みなギーとのリズムに乗って、四つの変化を取り入れながら即興的に踊る。</p> <p>♪Onda Onda ♪Baixa essa guarda</p> <p>♪Brazil ♪Samba de Janeiro</p> <p>5 クーリングダウン</p> <p>♪崖の上のポニョオルゴール VER</p>	<p>○「ンタッタ ンタッタ」のサンバのリズムを捉えて踊っている児童や、進んでリズムダンスに取り組んでいる児童を紹介する。</p> <p>◆どんな方法や手順で課題を解決したらよいか知っている。【思考力, 判断力, 表現力等】(観察・学習カード)</p> <p>◆サンバのリズムに乗って全身で踊ることができる。【知識及び技能】(観察)</p>
<p>6 学習の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全身で弾んで踊ったことや変化を付けて踊ったことについて学習カードに記入する。 	<p>○リズムの特徴を捉えた振り返りや自己の課題解決に向けて取り組んだ振り返りを取り上げる。</p> <p>○次時で使う音楽を流して意欲を高める。</p>

展開 3/6

①ねらい 動きに変化を付けて踊ったり、友達と関わり合って踊ったりすることができるようにする。

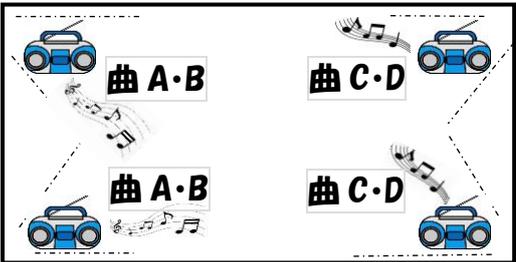
②展開

学習活動 ♪使う曲	○教師の指導支援 ◆評価
<p>1 心と体をほぐす</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よろしくねダンス (ロック・サンバ) <p>♪Everybody Jam! ♪アイ・シ・エウ・チ・ペゴ</p>	<p>○いろいろな友達とかかわったり、体育館を広く使って活動したりするように声を掛ける。</p>
<p>2 学習課題の確認をする。</p> <p>ロックの曲を選んで、4人グループで一曲通して踊ろう</p> <p>3 4人組で、1曲を通して踊る。</p> <p>探究・リズムダンスの動きのポイントを知り、楽しく踊るために自己にあった課題を見付け、工夫した動きを伝え合う。</p> <p>♪DANCE WITH ME ♪Can't stop the feeling ♪Live It Up ♪Black or White</p> <p>(1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。</p> <p>(2) お気に入りの動きを組み合わせる。</p> <p>4 他の4人組とお気に入りの動きを交流し合う。</p> <p>探究・友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る。</p> <p>(1) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。</p> <p>(2) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。</p> <p>(3) 次時の課題を決める。「いただきタイム」</p> <p>5 クーリングダウン</p> <p>♪崖の上のポニョオルゴール VER</p>	<p>○学習のめあてや流れを掲示する。</p> <p>○グループ毎に、4曲の中から1曲を選び、「1曲通して踊る」という課題をもつ。</p> <p>○事前にグループ毎に話し合い曲を選んでおく。</p> <p>○4つの場を設定し、4台のラジカセで2曲ずつ繰り返し流す。</p> <div data-bbox="890 743 1406 1003" style="text-align: center;"> </div> <p>○自分達が選んだ曲が流れたときには、即興的に踊る。他方の曲が流れたときは、お気に入りの動きを相談したり、友達の踊りのよさを見付け取り入れたりする。</p> <p>○よい動きは褒め、全体に伝えていく。</p> <p>○動きを即興的に思い付かない児童には「よろしくねダンス」で出てきた動きを取り入れるよう声を掛ける。</p> <p>○「ンタンの基本の動き」→「変化」→「ンタンの基本の動き」→「変化」・・・という展開になるよう、声を掛ける。</p> <p>○四つの工夫を取り入れることができるよう、掲示物を用意する。</p> <p>○はじめと終わりのポーズをつけ、メリハリを付ける。</p> <p>○次時の課題は、「～さんの～な動きを取り入れて踊ろう」というように話形を与えて、考えさせる。</p> <p>◆四つの変化から、動きを選んでいる。【思考力・判断力・表現力等】(観察・学習カード)</p> <p>◆友達とぶつからないように、安全に踊っている。【主体的に学習に取り組む態度】(観察・学習カード)</p>
<p>6 学習の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リズムの特徴や友達のよい動きについて学習カードに記入する。 	<p>○リズムの特徴を捉えた振り返りや友達のよい動きのことについての振り返りを取り上げる。</p> <p>○次時で使う音楽を流して意欲を高める。</p>

展開 4/6

①ねらい 友達のよい動きを自分のリズムダンスに取り入れることができるようにする。

②展開

学習活動 ♪使う曲	○教師の指導支援 ◆評価
<p>1 心と体をほぐす ・よろしくねダンス (ロック・サンバ)</p> <p>♪Everybody Jam! ♪アイ・シ・エウ・チ・ペゴ</p>	<p>○いろいろな友達とかかわったり、体育館を広く使って活動したりするように声を掛ける。</p>
<p>2 学習課題の確認をする。</p> <p>サンバの曲を選んで、4人グループで一曲通して踊ろう</p> <p>3 4人組で、1曲を通して踊る。</p> <p>探究・リズムダンスの動きのポイントを知り、楽しく踊るために自己にあった課題を見付け、工夫した動きを伝え合う。</p> <p>♪Gosto que me Enrosco ♪La Cucaracha ♪Ai Se Eu Te Pego ♪A OPERA Dos MALANDRO</p> <p>(1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。</p> <p>(2) お気に入りの動きを組み合わせる。</p> <p>4 他の4人組とお気に入りの動きを交流し合う。</p> <p>探究・友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る。</p> <p>(1) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。</p> <p>(2) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。</p> <p>(3) 次時の課題を決める。「いただきタイム」</p> <p>4 クーリングダウン</p> <p>♪崖の上のポニョオルゴール VER</p>	<p>○学習のめあてや流れを掲示する。</p> <p>○グループ毎に、4曲の中から1曲を選び、「1曲通して踊る」という課題をもつ。</p> <p>○事前にグループ毎に話し合い曲を選んでおく。</p> <p>○4つの場を設定し、4台のラジカセで2曲ずつ繰り返し流す</p>  <p>○自分達が選んだ曲が流れたときには、即興的に踊る。他方の曲が流れたときは、お気に入りの動きを相談したり、友達の踊りの良さを見付け取り入れたりする。</p> <p>○よい動きは褒め、全体に伝えていく。</p> <p>○オノマトペを声に出しながら、サンバの特徴を捉えた動きをできるように教師も一緒に踊る。</p> <p>○動きを即興的に思い付かない児童には「よろしくねダンス」で出てきた動きを取り入れるよう声を掛ける。</p> <p>○「ンタッタの基本の動き」→「変化」→「ンタッタの基本の動き」→「変化」・・・という展開になるよう、声を掛ける。</p> <p>○四つの工夫を取り入れることができるよう、掲示物を用意する。</p> <p>○はじめと終わりのポーズをつけ、メリハリを付ける。</p> <p>○次時の課題は、「～～さんの～～な動きを取り入れて踊ろう」というように話形を与えて、考えさせる。</p> <p>◆友達と動きを交流し合い、取り入れたい動きを見付けている。【思考力、判断力、表現力等】(観察・学習カード)</p>
<p>5 学習の振り返り ・リズムの特徴や友達のよい動きについて学習カードに記入する。</p>	<p>○リズムの特徴を捉えた振り返りや友達のよい動きのことについての振り返りを取り上げる。</p> <p>○次時で使う音楽を流して意欲を高める。</p>

展開 5/6 (本時)

①ねらい リズム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。

②展開

学習活動 ♪使う曲	○教師の指導支援 ◆評価
<p>1 心と体をほぐす ・よろしくねダンス (ロック)</p> <p>♪Everybody Jam! ♪アイ・シ・エウ・チ・ベゴ</p>	<p>○いろいろな友達とかかわったり、体育館を広く使って活動したりするように声を掛ける。 ○「よろしくねダンス」で、リズムの特徴の違いを確認する。</p>
<p>2 学習課題の確認をする。</p> <p>ダンスパーティーに向けて、友達と一緒に踊りに変化を付けて1曲通して踊ろう。</p> <p>3 4人組で、ロックの曲を1曲通して踊り、友達と動きを交流し合う。</p> <p>♪Happy ♪Good Time ♪Birthday ♪Runaway Baby</p> <p>探究・リズムの特徴を捉え、考えた踊りを伝え合って、1曲通して全身で踊る。 (1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。 (2) お気に入りの動きを組み合わせていく。</p> <p>探究友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る (3) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。 (4) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。 (5) 次時の課題を決める。「いただきタイム」</p> <p>4 4人組で、サンバの曲を1曲通して踊り、友達と動きを交流し合う。 ・よろしくねダンス (サンバ)</p> <p>♪Tequila ♪BARA BERE ♪Onda Onda ♪Sacudiendo a Yaca</p> <p>探究・リズムの特徴を捉え、考えた踊りを伝え合って、1曲通して全身で踊る。 (1) リーダーを交代しながら即興で動きを出し合う。 (2) お気に入りの動きを組み合わせていく。</p> <p>探究友達と調子を合わせたり、対応したりして踊る (3) ペアグループで、ダンスを見せ合い一緒に踊る。 (4) 相手グループの動きの中で、自分たちが取り入れたい動きを見付け話し合う。 (5) 次時の課題を決める。「いただきタイム」</p> <p>5 クーリングダウン</p> <p>♪崖の上のポニョオルゴール VER</p>	<p>○学習のめあてや流れを掲示する。 ○次回の「ダンスパーティー」はクラス全員で踊ることを伝え、よりよい動きで踊ることができるよう意識をもたせる。 ○ロックの「<u>ンタ</u> <u>ンタ</u>」の弾みや後打ちのリズムの特徴とへそを中心にリズムに乗ることを確認する。 ○4つの場を設定し、4台のラジカセで2曲ずつ繰り返し流す。</p> <div data-bbox="896 869 1414 1128" style="text-align: center;"> </div> <p>○前時で決めた課題を生かしながら、即興的に踊っていくよう声を掛ける。 ○四つの変化(動き・空間・リズム・かわり)を意識しながら踊るように声を掛ける。 ・体の向きを変える・ねじる・回る・跳ぶ ・素早くターン ・ストップ ・リズムをくずす ・友達と真似し合う ・友達の動きと反対の動き ○サンバの「<u>ンタッタ</u> <u>ンタッタ</u>」のシンコペーションのリズムと打楽器の小刻みなビートのリズムの特徴を確認する。 ○途中で変化を付けて踊っている児童や全身で弾んで踊っている児童を見付け、全体で動きを共有する。 ○友達に動きを伝えることができない児童には、体や言葉で伝えるよう声を掛ける。 ◆四つの変化を取り入れながら即興的に踊ることができる。【知識及び技能】(観察・学習カード) ◆取り入れたい動きを組み合わせて踊り、友達に伝えることができる。【思考力, 判断力, 表現力等】(観察, 学習カード)</p>
<p>6 学習の振り返り ・踊りを交流したことから学習カードに記入する。</p>	<p>○リズムの特徴を捉えた振り返りや自己の課題解決に向けて取り組んだ振り返りを取り上げる。 ○次時で使う音楽を流して意欲を高める。</p>

展開 6/6

①ねらい 動きに変化を付けて踊り、友達と踊りで交流することができるようにする。

②展開

学習活動	○教師の指導支援 ◆評価
<p>1 心と体をほぐす</p> <p>・よろしくねダンス (ロック・サンバ)</p> <p>♪Everybody Jam! ♪アイ・シ・エウ・チ・ベゴ</p>	<p>○リズムに乗って、おへそを上下に動かすことを意識するように言葉を掛ける。</p> <p>○教師の真似をするように声を掛ける。</p>
<p>2 学習課題の確認をする。</p> <p>今まで踊ったことを生かして、クラスみんなで楽しくダンスパーティーをしよう。</p> <p>3 ダンスパーティーを行う。</p> <p>探究・3～5時までで踊ってきた踊りをもとに、1グループ2分程度の即興ダンスにまとめ、伝え合ってクラス全員で楽しく踊る。</p> <p>(1) 前時でまとめた踊りを踊りながら振り返る。</p> <p>(2) クラス全員で円形に並ぶ。</p> <p>(3) グループごとに円の中心に入る。中心の児童は、これまでの踊りをもとに踊る。周りの児童は、中心の友達の踊りを真似して踊る。(ロック2曲、サンバ2曲)</p> <p>♪Happy ♪Good Time ♪Tequila ♪BARA BERE</p> <p>(4) 友達のよかった動きを伝え合う。</p> <p>(5) グループごとに円の中心に入る。中心の児童は、これまでの踊りをもとに踊る。周りの児童は、中心の友達の踊りを真似して踊る。(ロック2曲、サンバ2曲)</p> <p>♪Birthday ♪Runaway Baby ♪Onda Onda ♪Sacudiendo a Yaca</p> <p>(6) 友達のよかった動きを伝え合う。</p> <p>4 クーリングダウン</p> <p>♪崖の上のポニョオルゴール VER</p>	<p>○学習のめあてや流れを掲示する。</p> <p>○ダンスパーティーでは、クラス全員で楽しく交流することを伝える。</p> <p>○曲を流しながら、前時の4人組で、踊りの確認をするように声を掛ける。</p> <p>○リズムの特徴を捉えている動きや四つの変化を組み合わせている動きを見付けるように声を掛ける。</p> <p>○教師の合図で中心の児童を交代する。</p> <p>○友達の良さを伝えるときは、ハイタッチをするなど、言葉だけでなく体も使って伝えている児童を賞賛する。</p> <p>○アイコンタクトをする、ハイタッチをする、拍手をする、など体を使ってのコミュニケーションを広めていくように声を掛ける。</p> <p>○言葉で良さを伝えるときは、今まで学んだことを生かして、「～～さんの、～～な動きがよかった」と具体的な言葉で伝えることができるように指導する。</p> <p>○ロックとサンバのリズムの特徴の違いを感じながら踊れるように、曲は交互に掛けていく。</p> <p>◆取り入れたい動きを組み合わせさせて踊り、友達に伝えることができる。 【思考力、判断力、表現力等】(観察、学習カード)</p> <p>◆友達のよい動きや楽しく踊るための動きの組み合わせを称賛することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】(観察・学習カード)</p>
<p>5 学習の振り返り</p> <p>・自分の課題や見付けた友達のよい動き、リズムダンスのおもしろさについて学習カードに記入する。</p>	<p>○見付けた友達のよい動きの感想などを取り上げる。</p> <p>○単元を通してリズムダンスはどうだったかを話し合うよう声を掛ける。</p>

4. 資料

(1) 曲リスト

平成30年度 表現運動系領域部会 ♪推薦曲リスト

★実証授業で使用した曲

ロック調		
曲名	アーティスト名	一言メモ！！
★Do It	Tuxedo	ベース音が響いて、へそが勝手に上下に動き出す
★Runaway Baby	BRUNO MARS	速いテンポ ワクワクしながら踊れる
★Celebration	Kook&the Gang	金管楽器やコーラスが聞こえ乗りやすいリズム
★Black or White	Michael Jackson	イントロと間奏で曲調が変わる
★Birthday	KATY PERRY	速めのテンポ
★DANCE WITH ME NOW!	E-girls	歌詞の「踊ろう！騒ごう！」を子供たちも歌いだす！
★Live It Up	JENNIFER LOPEZ	激しいラップの始まり 曲の変化が多い
★Rhapsody in Blue	DA PUMP	サビが乗りやすい！弾むような曲
★妖怪ウォッチ OP		子供も大好き！楽しく踊れる！
★Good Time	Owl city&Carly Rae Jwspen	サビが跳びはねたくなる！
明日も	SHISHAMO	元気になる一曲！繰り返しが多い。
Body&Soul	SPEED	乗りやすいテンポ サビはテンションがあがる
★Happy	Phararrel Williams	体が動き出す曲！手をたたきたくなる！
Treasure	BRUNO MARS	打楽器の音に合わせて踊りやすい！
タッタ	ゆず	楽しい！笑顔で踊れる！
ガッツだぜ！！	ウルフルズ	おなじみ、パワーの出る曲！サビは歌いながら踊れる！
★CAN' T STOP THE FEELING!	Justin Timberlake	リズムに乗りやすい！ダンサーおすすめ
Rather Be	Clean Bandit	「ンタ」のリズムに乗りやすいテンポ！
Get Lucky	ダフトパンク	イントロから踊りたくなる 静かめ
Jealous	Chromeo	EDM 電子音で気分があがる
全力☆ランナー	私立恵比寿中学	全国小中学校リズムダンスコンクールの規定曲
KLAP	DISH//	だった
Movin' on without you	宇多田ヒカル	ゆっくり 先生方にとって懐かしい一曲
カラーバリエーション	ケツメイシ	ラップの部分もありジャンプしたくなる
ヒーロー	FUNKY MONKEY BABYS	ゆっくり 子どもたちは好きな曲
Want to Want Me	JASON DERULO	ゆっくり 乗りやすいテンポ
ごきげんだぜっ！	DA PUMP	ゆっくり
Steppin' and Shakin'	DA PUMP	ゆっくりも速くものれる
Waiting For Love	Avicii	曲調の変化がある

★実証授業で使用した曲

サンバ調			
テンポ	曲名	アーティスト名	一言メモ！！
ゆ つ く り	★Onda Onda		ゆっくりでくり返しがかせになる
	★Ai Se Eu Te Pego	MICHEL TELO	ゆっくりで大切に踊る感じ
	白い蝶のサンバ	島谷ひとみ	ゆったりしている
	Enquanto A Gente Batuca	BETH CARVALHO	ゆっくりで軽やか
	Canta Canta, Minha Gente	MARTINHO DA VILA	ゆっくりで音がとりやすい
	Baixa Essa Guarda	GRUPO REVELACAO	ゆっくりで優雅な感じ
	Tristeza	Amiga	ゆっくりな動きでも速い動きでも合う
中 く ら い	★Bara Bere	LEO RODRIGUEZ	くり返しがかせになる
	★Sacudiendo		優雅に海で踊りたくなる
	★The Champs Tequila		明るくて元気が出る
	Unidos Da Tijuca	DAVID DO PAND EIRO	中くらいの速さ 元気で明るい
	Hokey Pokey	RICHARD&LINDATHOMPSON	中くらいのテンポで音に乗りやすい
	Gosto Que Me Enrouco		中くらいの速さから少し速くなる
	サンバ・デ・カンボ	D. G. M. C	ゲームの中で踊っている感じ
	ディズニー-Minnie Oh! Minnie		明るくて元気な曲
	Cucarachina		元気いっぱい、海で踊りたくなる
	SAMBA de 恋して	PE' Z	ジャズ系で途中がサンバっぽい
	サンバ! こぶしジャネイロ	こぶしファクトリー	テンポがよくて踊りたくなる
マシュケナダ	セルジオ・メンデス	中くらいの速さ ムーディな感じ	
は や い	★A Opera Dos Malandros	XANDE DE PILARES	速い ミステリアスな感じ
	★Sanba De Janeiro		速い 定番
	No Voo Da Aguia, Uma Viagem Sem Fim	GOMES DA SILVA JUNIOR EDMAR	速い 力強くて歌いたくなるような感じ
	Maria Bethania, A Menina Dos Olhos De Oya	CIGANEREY	速い 明るくて女性らしい曲
	Head, Shoulders, Knee, And toe		速いテンポですぐに踊りたくなる

平成29年度 表現運動系領域部会 ♪推薦曲リスト

♪…軽快な曲

☆…ビートの強い曲

H30 実証授業使用曲	曲名	アーティスト名
○	♪ Everybody Jam!	Scatman John
	♪ Scatman' s World	Scatman John
○	♪ 5, 6, 7, 8	Steps
	♪ GUTS!	嵐
	♪ 以心電信	ORANGE RANGE
○	♪ Shake It Off	Taylor Swift
○	♪ Happy	Pharrell Williams
	☆ Girls Just Want To Have Fun	Cyndi Lauper
	☆ Morning Train	Sheena Easton
	♪ I Want You Back	The Jackson5
	♪ Ob-La-Di , Ob-La-Da	The Beatles
	☆ おしゃれ番長	ORANGE RANGE
	♪ チャンピオーネ	ORANGE RANGE
	♪ Girlfriend	Avril Lavigne
	☆ U Can' t Touch This	MC Hammer
	♪ shake	SMAP
	♪ JOY!!	SMAP
	♪ アゲハ蝶	ポルノグラフィティ
	♪ 1・2・3・4 Gimme Some More	D. D. Sound
	♪ Rock Around The Clock	Bill Haley&His Comets
	♪ Crazy Beat Goes On	DA PUMP
○	☆ Beat It	Michael Jackson
	♪ フラッシュ	表現運動・ダンス CD1 共同テレビジョン
○	♪ ブギーマン	表現運動・ダンス CD1 共同テレビジョン
	♪ The World is ours	ナオト インティライミ
	☆ What the Well	Avril Lavigne
	♪ Call Me Maybe	Carly Rae Jepsen
	Live While We' re Young	One Direction
	☆What Makes You Beautiful	One Direction
	Swing de Rua	ラテン音楽紀行-ブラジル・サンバ編
	Hush	Kollected-The Best Of Kula Shaker
○	Good Time	Owl City & Carly Rae Jepsen
○	サンバ・デ・ジャネイロ	BELLINI
○	カップ・オブ・ライフ	Ricky Martin
○	ボラーレ	Gipsy Kings
	マカレナ	クラブディズニー スーパーダンシンマニア
○	風になりたい	THE BOOM
	ステップ・トゥ・ステップ	表現運動・ダンス CD1 共同テレビジョン
	トゥギャザー	表現運動・ダンス CD1 共同テレビジョン
	リオ2010	表現運動・ダンス CD1 共同テレビジョン
	マカロニサンバ	表現運動・ダンス CD1 共同テレビジョン

©本部会のホームページ <http://www3.schoolweb.ne.jp/swas/index.php?id=1350006>

(2) リズムダンスの易しい運動

『よろしくね ダンス』

リズムダンスの学習では、その特性とねらいが生きるように、「リズムに乗って弾んで踊る、自由に踊る、友達とかかわって踊る」の3つが大切になってくる。

児童全員が、体全身でリズムに乗って、心も体も解放して、踊る欲求に高めさせることから学習はスタートする。

そこで、児童がより意欲的にかつ楽しんで取り組むことのできる“易しい運動”をリズムダンス運動の導入の段階で取り入れる。本部会では、易しい運動として、「よろしくねダンス」を提案する。音楽に合わせて体を弾ませることで、息も心も弾ませることができる。また、友達と関わり合って踊る隊形で行うことで、踊る楽しさも倍増し、自然と恥ずかしさがなくなり、解放的な気持ちになる。

また、始めにリズムの乗り方の基本を経験することで、いろいろな場面に生かすことが出来、主運動へスムーズに繋がっていく。さらに、心身を解放して思い切り踊る楽しい体験ができれば、子ども達は主体的にリズムダンスの学習に取り組むことができる。今回は、ロックとサンバ、それぞれのリズムに合ったダンスを紹介する。

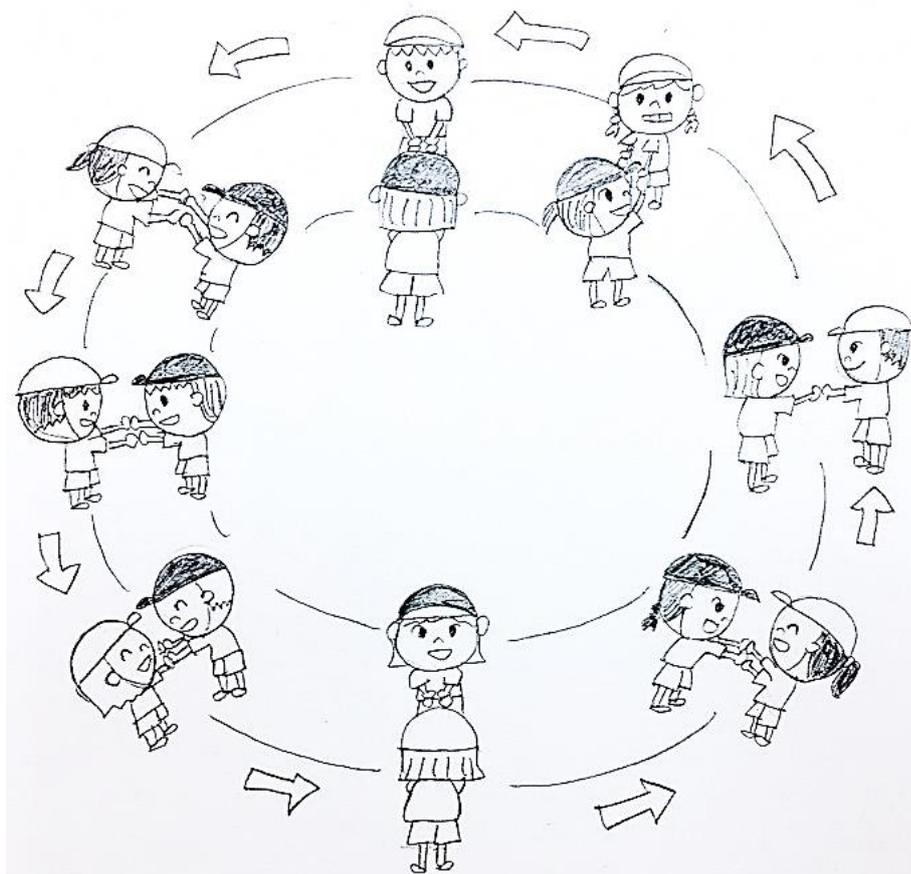
よろしくねダンスのおすすめポイントは主に3点ある。

- ①ロックとサンバそれぞれのリズムに合わせていれば、**どんな音楽でも踊ることができる**
- ②**簡単な振り付け**なので、どの児童もすぐに踊ることができる
- ③全児童と自然と触れ合うことを通して、**自然と心も体も解放**することができる
- ④のタイミングで外側の人だけ矢印の方向に移動する。

隊形

※リズムは8カウントずつ

※二重の円になって、向かい合う

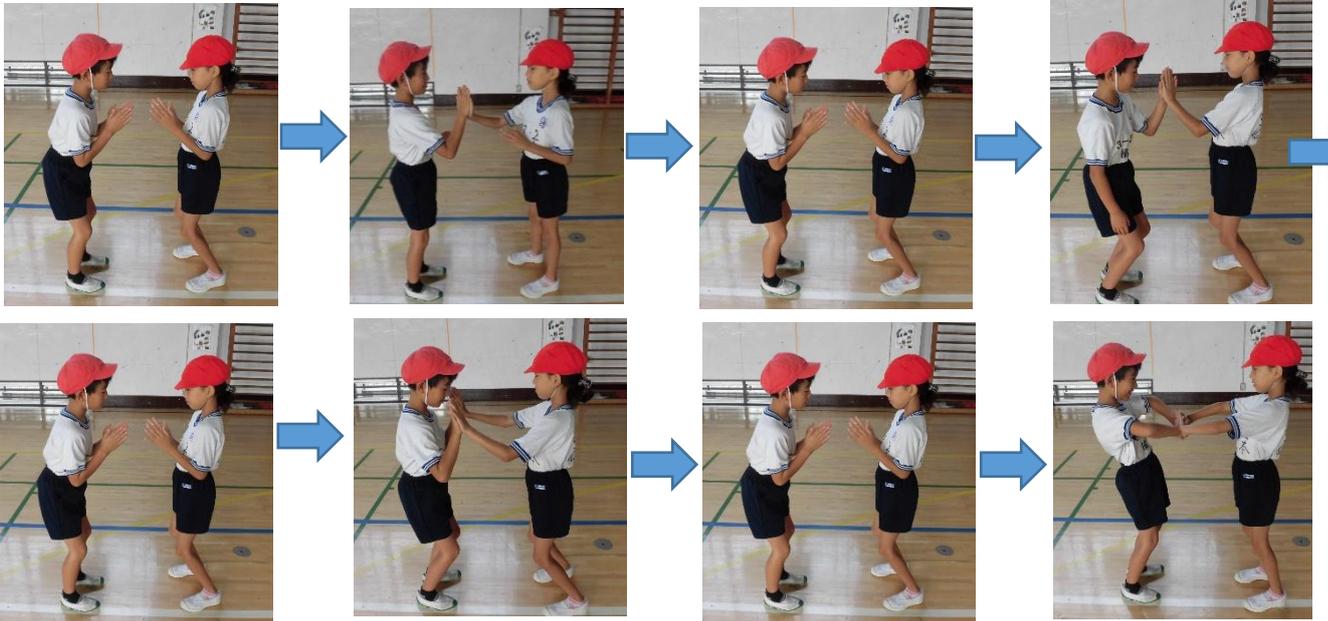


ロックバージョン

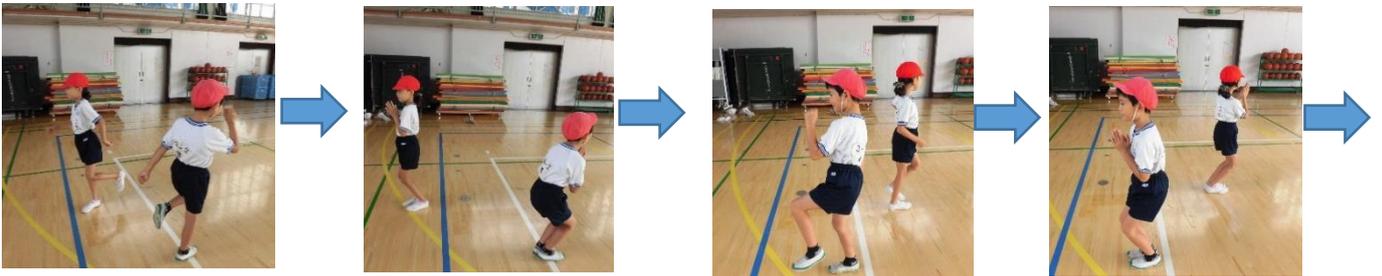
例 ♪ Everybody Jam!/Scatman

※()のように言葉をつけると覚えやすいです。

- ① **ンタ・ンタのリズムに合わせて手をたたき合う※アルフス一万尺のように(♪いち、にい、さん、し×2)**
パン・右・パン・左・パン・両手・パン・組んでタッチひざでリズムをといながら行う



- ② **左右に4歩ずつ歩く(♪いち、にい、さん、へい×2)**
右に4歩。4歩目に手をたたく。左に4歩。4歩目に手をたたく。



- ③ **手と全身を使って波を表現する(♪大きいな～み、小さいな～み)**
顔の前で小さい波を2つ。全身をつかって大きな波を2つ。



- ④ 手を開いて両手を交差させ、あいさつをする(♪セーフ、シュシュシュ、じゃ～あね)
セーフ・チャチャチャ、手を降りながら、外側の人だけが移動する。



※①～④をくり返す

サ
例

Bellini (速め)、アイ・シ・エウ・チ・ペゴ/Ch

- ① ボックスステップ×2(♪いち、にい、さん、し×2)

右足を左足の斜め前に出す→左足を、右足の前からかぶせるようにクロスさせる→出していた右足を右後ろにひっこめる→左足を左奥に引っ込め、右足のほぼ横に納める。*手の振り付けは児童に工夫させてもよい。



- ② シンタッタのリズムのリズムでハイタッチ×4(♪タッチ、タッチ、タッチ、タッチ)

シンタッタのリズムに合わせて右足と右手を出しハイタッチ→シンタッタにリズムに合わせて左足と左手を出しハイタッチを2回繰り返す。



- ③ こしを突き出ししながらリズムに合わせて反時計回りで1回転(♪こし、こし、こし、こし)

腰に手を当てて、リズムに合わせて腰を突き出す。4回に分けて1回転する。



- ④ 腕を胸の高さで後ろに引き、バックステップを踏んで移動し、向かい合ってあいさつをする。

(♪わき、わき、わき、わき、さようなら)

内側と外側で逆方向に進み、ペアを変えるように動く。



※①～④をくり返す

(3) 動きのレパートリー

「ロックのリズム 動きのレパートリー」

学習指導要領解説 体育編より

リズムダンスでは、その行い方を知るとともに、軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして即興的に踊ること。

軽快なリズムに乗って全身で踊るとは、スキップで弾んで踊れる軽快なリズムの曲を取り上げ、ロックの後打ちやサンバのシンコペーションなどのリズムの特徴を捉え、ヘソ（体幹部）を中心に、リズムに乗って全身で弾んで踊ったり、動きに変化を付けて踊ったり、友達と関わり合って踊ったりすること。

レパートリー1

レパートリー2

レパートリー1 ヘソ

学習指導要領解説より『ヘソ（体幹部）を中心に、リズムに乗って全身で弾んで踊ったり』

- 軽快なテンポのロックのリズムでは、「ンタ（1拍）ンタ（1拍）」でヘソを中心に弾んで踊る。
- ビートの強いロックのリズムでは、「ウンタ（2拍）ウンタ（2拍）」でアクセントを付けてヘソを動かして踊る。

ン



タ



ン



タ



レパートリー2 ステップ

学習指導要領解説より
『動きに変化を付けて踊ったり』

- ステップの例 15選

交互に上げる がにまた



レパートリー2 上半身の動き

学習指導要領解説より
『動きに変化を付けて踊ったり』

- 上半身の動きの例 19選

頭の上 手拍子



左右の足 前後



上半身 ねじる



サンバのリズム 動きのレパートリー

サンバのリズムの特徴

ブラジルで生まれたサンバは、2拍子の中に〈ンタッタ〉のシンコペーションの変化があり、打楽器中心の陽気なリズムが特徴。ロックと同様にはずんで踊れて、子供たちにも人気が高い。

レパートリー1 ヘソ

学学習習指導要領解説より『リズムの特徴を捉え、その場で弾んだり、体の各部分で小刻みにリズムをとったり』

- 腰（ヘソ）を前後左右にスイングし、〈ンタッタ〉のシンコペーションのリズムでステップを刻んで踊る。
- ロックと同様リズムのとり方や動きで、はずんで踊ったり、動きに変化をつけたりして踊る。

ン



タッ



タ



レパートリー2 上半身の動き

学学習習指導要領解説より『体の各部分で小刻みにリズムをとったり』学学習習指導

- 腕ごと大きく動かす

横



上



顔



下



レパートリー3 下半身の動き

学学習習指導要領解説より『ねじるなどの動きを入れて変化をつけたり』

- 左右に足を出しながらステップを踏む

右



クロス



左



クロス



(4) 学習カード

Let's ダンス! Negishi ダンス! 学習カード

4年組

月 日 () 今日のめあて

〈選んだ曲〉 ロック () 番 サンバ () 番

〈学しゅうをふりかえて〉 ◎たいへんよくできた ○できた △もう少し

①すすんで楽しくおどることができた。	
②ロックとサンバではリズムののり方をかえておどることができた。	
③友達のを動きを取り入れて一曲とおしておどることができた。	
④自分が気に入った動きを言葉やダンスで伝えることができた。	

〈今日のベストダンサー〉

☆No.1☆ さん
まねしたいと思ったところは?

〈4つのへんかの中から、おどりに取り入れたへんかに○を付けましょう〉

動き 空間 リズム かわり

〈今日のふり返り (今までと比べて今回のダンスはどう変わりましたか)〉

第1時、第2時は第3学年で学習したことを振り返り活用していくことが主となるため、めあてはこちらであらかじめ決めておきます。第3時以降は前時を振り返り、自らの課題に合わせてめあてを立てます。

第3時以降は曲を選ぶ活動が始まります。曲選びの理由については、グループごとにホワイトボードに書かせ 見えるようにします。

ここでは評価の重点になっている項目を3段階で評価します。気に入ったり取り入れたったりした動きは記述欄に記入します。

第1、2時→気に入った動き
第3～5時→自分の踊りに取り入れたこと
第6時 →単元を振り返って身に付けたことや分かったことを記述します。見付けたり取り入れたったりすることで思考力、判断力、表現力等の評価を行うことができます。

友達の動きを見るようにすることで、4つの変化を取り入れたよい動きに着目することをねらっています。どんな動き(工夫)をしていたかを具体的に書いていけば、思考力、判断力、表現力等の評価もできます。

児童の振り返り(例)

- ロックとサンバのリズムのちがいが分かって、動きで表すことができた。
- みんなの踊りをつなげて長く踊れたから楽しかった。
- ○○さんの手を波のように動かす動きが気に入ったので班の踊りに取り入れた。
- ○班がかかわりの変化で全員で一列になって踊っていたので次は取り入れたいと思った。

教師のコメント(例)

- 曲によってリズムの特徴をつかんで変化をつけて踊ることができましたね。【技】
- 進んで踊り、友達とも息を合わせていたから班で一曲踊り通すことができたのですね。【関】
- 4つの変化を取り入れたたり、友達のよい動きを取り入れたたりすることができましたね。【技】
- 気に入った動きを振り返りで友達に伝えることができましたね。次は自分の踊りに取り入れてみましょう。【思】