



# 第1章 理論編

## 第1節 「表現運動系及びダンス」のねらいと内容

### 1 学習指導要領の改訂のねらい

#### (1) 「生きる力を育む」

21世紀は、新しい知識・情報・技術が政治・経済・文化をはじめ社会のあらゆる領域での活動の基盤として飛躍的に重要性を増す、いわゆる「知識基盤社会」の時代であると言われています。

このような知識基盤社会化やグローバル化は、アイデアなど知識そのものや人材をめぐる国際競争を加速させる一方で、異なる文化や文明との共存や国際協力の必要性を増大させています。このような状況において、確かな学力、豊かな心、健やかな体の調和を重視する「生きる力」を育むことがますます重要になっていきます(図1)。

こうした時代の変化を受けて、60年ぶりに改正された教育基本法及び学校教育法では、知・徳・体のバランス(教育基本法第2条第1号)とともに、基礎的・基本的な知識・技能、思考力・判断力・表現力等及び学習意欲を重視し(学校教育法第30条第2項)、学校教育においてはこれらを調和的に育むことが必要である旨が法律上規定されました。

新しい学習指導要領は、「生きる力」の育成に向けてより具体化し充実させるという視点から改訂が行われました。

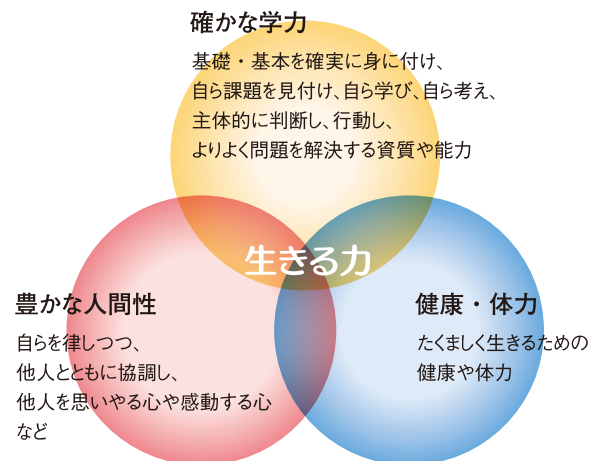


図1 「生きる力」の育成イメージ

#### (2) 体育科・保健体育科の改訂の趣旨

「生きる力」は、これまでと同様に、学校教育全体で育むことが求められますが、健やかな体の育成の基礎を担う体育科・保健体育科における役割はますます重要であると言えます。

中央教育審議会答申(平成20年1月)で、体育科・保健体育科について、次のような課題が指摘されています。

##### 〈体育の分野〉

- ①運動する子どもとそうでない子どもの二極化
- ②子どもの体力の低下傾向が依然深刻
- ③運動への関心や自ら運動する意欲、各種の運動の楽しさや喜び、その基盤となる運動の技能や知識など、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力が十分に図られていない例も見られること
- ④学習体験のないまま領域を選択しているのではないか

##### 〈保健の分野〉

- ①今後、自らの健康管理に必要な情報を収集して判断し、行動を選択していくことが一層求められること
- ②生活習慣の乱れが小学校低学年にも見られるとの指摘があること

これらの課題を踏まえて、小学校から高等学校までを見通して、次の視点を重視した改訂が行われました。

生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視し改善を図る。  
その際、心と体をより一体としてとらえ、健全な成長を促すことが重要であることから、引き続き保健と体育を関連させて指導することとする。

また、学習したことを実生活、実社会において生かすことを重視し、学校段階の接続及び発達の段階に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る。

（『幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について』〈答申〉）  
平成20年1月17日 中央教育審議会

### （3）小学校から高等学校までを見通した指導内容の体系化

体育の分野（小学校運動領域、中学校体育分野、高等学校科目体育）では、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、小学校から高等学校までを見通して、指導内容の改善が図られました。

図2のように、従前の学習指導要領では「基本の運動」の「内容」として示されていたものが「領域」として示されました。「体づくり運動」については、すべての学年に位置付けられています。

「体づくり運動」の領域の内容のうち、すべての学年で「体ほぐしの運動」が

位置付けられるとともに、小学校低学年及び中学年では、直接体力の向上を目指すのではなく、基本的な動きを身に付けることに重点を置いた「多様な動きをつくる運動（遊び）」が新たに位置付けられました。

「体づくり運動」と「体育理論」を除く、他の運動の領域では、小学校から中学校第2学年までは、従前の中学校学習指導要領で選択であった武道及びダンスを含めたすべての領域が必修となり、児童生徒が共通の学習を行うこととなっています。そして、中学校第3学年からは領域の選択がはじまり、中学校第3学年及び高等学校入学年次では、領域のまとまりからそれぞれ選択し学習した後、高等学校入学年次以降の学習では、必修を除くすべての運動領域の中から生徒自らが選択できるようにすることで、生涯にわたって取り組むようなスポーツと出会い、主体的な学習に取り組めるよう体育学習が進められていきます。また、小学校から高等学校までの三つの段階では、次のような指導が期待されます。

#### 【第1段階】

小学校低・中学年では、核となる易しい運動を幅広く行い、基本的な動きを身に付けていくことが大切です。また、児童は仲間とかかわったり、動きを工夫したりしながら運動遊びや運動の楽しさを味わうことが求められます。一方、教師は、高学年以降につながる運動やスポーツの基本となる動きや意欲の育成に努め、結果として体力の養成を目指します。

小学校			中学校		高等学校		
1・2年	3・4年	5・6年	1・2年	3年	入学年次	次の年次	それ以降
体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動			
器械・器具を使った運動遊び	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動
走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技
水遊び	浮く・泳ぐ運動	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳
表現・リズム遊び	表現運動	表現運動	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス
ゲーム	ゲーム	ボール運動	球技	球技	球技	球技	球技
			武道	武道	武道	武道	武道
			体育理論		体育理論		
	保健領域		保健分野		科目保健		

\*学習指導要領では、選択となる領域は、器械運動、陸上競技、水泳、球技、武道、ダンスの順で示されている。

図2 体育の分野 小学校から高等学校までの指導内容

### 【第2段階】

小学校高学年、及び中学校第1学年及び第2学年の段階は、中学校第3学年以降に始まる領域の選択に向けて次第に本格的な運動やスポーツに近づける段階です。全ての運動領域において、それぞれの特性や魅力に触れることができる指導が大切です。小学校高学年と中学校第1学年の校種の接続に配慮した指導が求められます。

### 【第3段階】

中学校第3学年から高等学校卒業時までの最終段階です。運動の特性や魅力に応じた領域のまとまりから自ら選択をし（中学校第3学年及び高等学校入学年次）、自己のスポーツの嗜好性を確認した後、高等学校入学年次以降においては、自らが取り組みたい領域を選択し、卒業後の豊かなスポーツライフの実現を図るため、主体的な取り組みを促す指導の工夫が求められます。

このように、小学校、中学校、高等学校の校種の接続を踏まえた指導によって、「生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現」を図ります。

また、体育理論では、中学校及び高等学校でのスパイラルな学習を通して運動やスポーツの科学的、文化的、社会的側面を学びます。

さらに、保健は、小学校第3学年から高等学校入学年次の次の年次までの継続履修を通して、健康・安全に関する実践力の育成を図ります。

## 2 「表現運動系及びダンス」（以下「ダンス系」領域という）のねらいと内容

### (1) 「ダンス系」領域の学習

「ダンス系」領域についての学習では、体育科・保健体育科の目標に掲げられている「心と体をより一体としてとらえること」が重要です。さらに、平成20年1月の中央教育審議会答申の中で体育の改善の基本方針として「体を動かすことが、身体能力を身に付けるとともに、情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通してコミュニケーション能力を育成することや、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通して論理的思考力を育むことにも資する」と示されていますが、ダンス系領域の学習にはこれらの趣旨に合致している要素が豊富に含まれています。例えば、リズムに乗って全身を動かし心身を解放して楽しく踊ることは、多様な身体能力の向上とともに心身のほぐし（癒し）の機能をもちます。また、イメージやリズムにふさわしい動きを見付けたり作品を創作・鑑賞したりする中には、仲間との話し合いや互いのよさを生かし合ってダンスを工夫していく活動が頻繁に行われます。このように、ダンス系領域の学習は、「いま・ここ」で感じた身体感覚や発想を手掛かりに課題解決的な学習を展開します。これらの一連の学習を通して「身体による豊かなコミュニケーション能力」が培われるのです。

### (2) 「ダンス系」領域の改訂

次に「ダンス系」領域における改訂の要点について解説します。

一点目は、中学校第1学年及び第2学年で「ダンス」領域が必修になったことです。昭和52年改訂の学習指導要領以前は、主として男子が「格技（武道）」、女子が「ダンス」を履修することとされていました。平成元年の改訂以降は性差による履修の違いがなくなったものの、中学校第1学年で「武道」と「ダンス」のいずれかを選択すること、第2学年からは「球技」「武道」「ダンス」の中から2領域を選択することにとどまっていた。そのため、結果としてダンスの学習経験がないまま、ダンスを含めた運動を選択することになっていました。その改善を図り、平成20年の改訂では中学校第1学年及び第2学年において「武道」「ダンス」を含め、すべての運動領域が必修となりました。小学校の表現運動系の領域はこれまでも必修であることから、

今回の改訂により、「ダンス系」領域は、小学校第1学年から中学校第2学年まで必修となりました。こうしたダンス系領域の必修化は、学習経験の量的な拡大と共に、心身の解放や「身体表現を通じたコミュニケーション能力の育成（中央教育審議会答申、平成20年）」といったダンス系領域の特徴的な学びを保証する質的な高まりの可能性においても期待されます。

二点目は、指導内容の体系化が図られたことです。学習指導要領における「ダンス系領域」を小学校から高等学校までの三つの「発達の段階のまとまり」として捉えると、およそ次のように置き換えることができます。小学校第1学年から第4学年は、「いろいろなリズムや表現の遊びを体験して、多様な身体感覚やコミュニケーションの基礎を身に付けるなど、楽しく活動しながらダンスの基礎を培う時期」です。小学校第5学年から中学校第2学年は、「いろいろなダンスを体験して、それぞれのダンスの特性（楽しさや魅力）に触れる時期」であり、運動のよさを踏まえた上で、将来に向けて運動を選択できる力を養うことが大切です。特に、中学校第1学年と第2学年のうちに、ダンスの三つの内容をバランスよく経験しておくことが中学校第3学年以降に生徒自身がダンスを選択する上でより適切に選択できるようになることが期待できます。中学校第3学年から高等学校は、その後の生涯スポーツに向けて、「好きなダンスを選び、自己の課題やテーマ等に基づいて学びを深めていく時期」です。こうした考え方により、おおよそ4年ごとのまとまりで、表現遊び・表現・創作ダンス（以下、「表現系ダンス」という）、リズム遊び・リズムダンス・現代的なリズムのダンス（以下、「リズム系ダンス」という）、フォークダンスの運動種目ごとの指導内容が整理され、系統化されました。

三点目は、指導内容の明確化が図られたことです。特に、小学校から高等学校まで共通して、「技能」の内容（題材やテーマ・リズム・曲目とそれに対応する動きなど）が従前よりも具体的に示され、何を指導したらよいのかが明確になりました。これは、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を培う観点から、それぞれの運動の特性に応じた指導ができるように具体的な内容が示されたものです。その際、指導内容の確実な定着を図ることができるように、運動の取り上げ方を弾力化し、小学校から中学校第2学年までにおいては、小学校運動領域、中学校体育分野のうち、体づくり運動、体育理論を除く全ての領域で2学年のいずれかの学年で取り上げ指導することができるようになりました。

### (3) 「ダンス系」領域の内容とねらい

#### ①運動種目ごとのダンス（以下、「三つのダンス」という）の特性など

「ダンス系」領域は、「表現系ダンス」「リズム系ダンス」「フォークダンス」の「三つのダンス」で構成され、小学校から高等学校へのつながりと発展性を持つようにしています（表1）。これらの「三つのダンス」の特性は、それぞれ「イメージをとらえたり深めたりして表現する」、「リズムの特徴をとらえてリズムに乗って全身で踊る」、「伝承されてきた踊りを踊って交流する」ことです。表現系とリズム系のダンスがいずれも自由に動きを工夫する創造的な学習で進められるのが特徴であるのに対して、フォークダンスは伝承された踊りを再現して踊る定形の学習で進められるところに違いがあります。

そもそもダンスは、人類の最古の文化の一つであり、踊りを持たない民族はないといわれるように、今日に至るまで、時代とともに変容しながら常に人間の生活と深く関わって存在してきた文化です。ダンスの語源の一つに「生命の欲求：desire of life」という意味があるように、人々は様々な思いや欲求を身体で語りかけ、生きる証として踊り、踊りを通して他者と共感・交流してきました。そして、現在、老若男女を問わず、多種多様なダンスがさまざまな地域で踊られています。踊って楽しむ娯楽的なダンスや、観て楽しむ芸術的なダンス、民俗的発生の特徴を持つ歌舞伎舞踊やフラダンス、舞台芸術としてのバレエなどは、その一例と言えます。

ではなぜ、これらの多種多様なダンスの中で、学校教育においては「三つのダンス」を行うのかについて、ダンスの発生の歴史と教育的価値から解説します。「フォークダンス」は世界各国・各地域で自然発生し、伝承されてきた地域固有のダンスであり、決まった様式や動きには国や地域の風土や文化が反映されています。

「表現系ダンス」は、1920年代に確立された「モダンダンス」に由来し、一人一人の個性に応じて創造的なダンスで表したいイメージや思いを自由な動きで踊ります。「リズム系ダンス」は、1950年代に現れたロック(ロックンロール)や近年のストリートダンスを背景とするヒップホップなど、ビートが主体のリズムに乗って全身で踊るダンス(アフリカンダンスの原初的なリズムと動きに由来すると考えられている)の総称であり、人々を踊りに誘う「律動の快感」があります。ですから、これらの「表現系ダンス」「リズム系ダンス」は世界の人々に共通して楽しまれているダンスと言えます。なお、「表現・創作ダンス」、「リズムダンス・現代的なリズムのダンス」などの名称は、社会におけるダンスを背景にしながら、学校におけるダンスの内容として固有に用いられている名称です。

その他のダンスも価値としては等価ですが、「表現系ダンス」は文化の創造、「リズム系ダンス」は人間に内在する根源的な律動(リズム)の生成、「フォークダンス」は文化の伝承という、異なる価値を持った典型として設定されています。さらに、小学生から高校生までの男女を問わず、誰もが学習する内容を明確にもち、体育科・保健体育科の年間授業時数(90～105時間)の中で習得可能なダンスの内容を考慮した時に、学校における学習内容として取り上げられたのが「三つのダンス」です。

表1 表現運動系及びダンス領域の内容構成 \*表中の( )は主内容に加えて指導してもよい内容

学年	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学校・高等学校
領域名称	表現リズム遊び	表現運動	表現運動	ダンス
内容	ア. 表現遊び イ. リズム遊び (リズム遊びに簡単なフォークダンスを含む)	ア. 表現 イ. リズムダンス (フォークダンス)	ア. 表現 イ. フォークダンス (リズムダンス)	ア. 創作ダンス イ. フォークダンス ウ. 現代的なリズムのダンス  (中学校はその他のダンス、高校は社交ダンス等のその他のダンスも履修させることができる)

②「ダンス系」領域の発達の段階に応じた内容構成

続いて、これらの「三つのダンス」が発達の段階に応じてどのように取り上げられているかについて、小学校から高等学校まで順に述べていきます。

小学校の「表現運動系」の領域は、低学年の「表現リズム遊び」、中・高学年の「表現運動」で構成されています。主な内容として、低学年の「表現リズム遊び」では「表現遊び」「リズム遊び」の二つで、中・高学年の「表現運動」では、「表現」「リズムダンス」「フォークダンス」の三つの内容で構成されています。これらの内容は、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ることが楽しい運動であり、互いのよさを生かし合って仲間と交流して踊る楽しさや喜びを味わうことができる特性をもった運動です。

低学年の「表現リズム遊び」では、「表現遊び」と「リズム遊び」を組み合わせた遊びの体験を通して、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えるようにすることが大切です。これらの運動は、身近な動物や乗り物などの題材の特徴をとらえて、そのものになりきって全身の動きで表現したり、軽快なリズムの音楽に乗って踊ったりして楽しむことができる運動遊びです。また、友達といろいろな動きを見つけて踊ったり、みんなで調子を合わせて踊ったりして楽しむ運動遊びでもあります。なお、内容の取扱いとして「リズム遊び」には、簡単な「フォークダンス」を含めて指導できることが新たに示されています。これは、中学年で行う「リズムダンス」と高学年で行う「フォークダンス」へのつながりを考慮するとともに、低学年の発達特性を踏まえると、リズムに乗って楽しく踊ることが、リズム遊びに近いことから、三つの易しい内容を含めて指導することもできると考えられるからです。

中学年では「表現」と「リズムダンス」を内容として、身近な生活などの題材から多様な動きを即興的に踊ったり、ロックやサンバなどのリズムに乗って自由に踊ったりする体験を大切にしています。高学年では、様々なイメージをとらえた「表現」や、「フォークダンス」の学習を通して我が国の文化や異文化に触れる体験をします。なお、地域や学校の実態に応じて、中学年では「フォークダンス」を、高学年では「リズムダンス」を加えて指導できるようにしています。指導内容の系統性を考慮すると三つの内容を低学年から高学年まで継続して指導することが望ましいのですが、体育の年間授業時数（中学年 105 時間、高学年 90 時間）の中で、7 領域（中学年からは保健も入る）を指導することから、中学年・高学年における「表現運動」はそれぞれ二つの内容を重点的に学習するように示されています。

中学校・高等学校の「ダンス」領域は、「創作ダンス」「フォークダンス」「現代的なリズムのダンス」の三つの内容で構成されています。これらの内容は、イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流によって仲間とのコミュニケーションを豊かにすることを重視する運動で、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージをとらえて自己を表現したりすることに楽しさや喜びを味わうことのできる運動です。

このように小学校の6年間で三つのダンスを体験した子ども達は、中学校第1学年及び第2学年で三つの内容をバランスよく体験することによって、その後のダンスを選択して取り組む授業にスムーズに移行できるようにすることも考えられます。したがって、このような小中高へと連続した学習体験を児童生徒に保障していけるような内容の取り上げ方を工夫していくことが重要です。なお、中学校第1・2学年では、学習指導要領に「2年間でアからウまでの中から選択して履修できるようにすること。」と示されています。

#### (4) 「ダンス系」領域における指導内容の明確化・体系化

平成 20 年の学習指導要領の改訂では、「表現運動系及びダンス」領域の内容には従前と大きな変更はないものの、指導内容の系統性・明確化・体系化を重視していることから、指導内容が具体的に示されているのが特徴です。そのため「学習指導要領解説（以下、「解説」という）」では、特に「技能」の内容について多くの例示がされていますが、これらを全て行うということではなく、目の前の子ども達の状況に即して指導することが大切です。

##### ①表現系ダンス

「表現系ダンス」では、技能を「何を」と「どのように」表現するかという二つの観点から示されています。「何を」にあたるのは題材やテーマからとらえたイメージであり、「どのように」にあたるのは表したい題材やテーマにふさわしい動き（動き方）です。解説では、発達の段階や学習経験に応じて、具体的なものから抽象的なものまで例示されています。

小学校では、低学年は児童に身近で特徴のある動きを多く含む題材と動き、中学年は身近な生活や空想の世界からの題材と動き、高学年は激しい感じや群が生きる題材と動きなど、2 学年ごとに「題材と動きの例示」がされています。中学校・高等学校では、A から F までの「多様なテーマと題材や動きの例示」がされています。題材とともに示されている「テーマ」は、より幅広く多様な表現の手がかりとして設定されたものであり、A は「身近な生活や日常動作」、B は「対極の動きの連続」、C は「多様な感じ」、D は「群の動き」、E は「ものを使う」、F は「はこびとストーリー」に当たります。この A から F の指導の順序性はありませんが、D や F は学習経験が進んだ段階で指導することが望ましい内容と言えます。

「どのように」にあたる動き（動き方）は、「即興的な表現」と「簡単なひとまとまりの表現・作品創作」の二つであり、表現・創作に必要な内容（どんな動きで、どう表現すればよいか）を示しています。「即興的な表現」とは、「題材やテーマから思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きに変えて表現し、その動きを誇張したり、変化を付けたりして、表したいイメージの一番大事な部分を『ひと流れの動き』にして表現すること」を意味しており、表現系ダンスでは最も基本となる重要な技能として位置付けられます。その具

体的な内容は、「そのものになりきって全身の動きで踊る」「変化や連続のあるひと流れの動きで踊る」「誇張したり繰り返したりして踊る」「ダイナミックにメリハリをつけて踊る」など、学年が進むにつれて重点は異なっているものの、小学校・中学校・高等学校を通してどの段階においても必要な技能です。「簡単なひとまとまりの表現・作品創作」は、小学校低学年では「即興的な表現」が中心であるため内容に示されていませんが、中学年では中心になる場面に「はじめとおわり」をつける、高学年から中学校・高等学校では、表したいイメージを「はじめ—なか—おわり」の場面構成を工夫して「ひとまとまりの動き」で表現することを目指しています。なお、「発表」については、小学校の「なりきって踊る」「感じを込めて踊る」、中学校・高等学校の「踊り込んで」というように、発達に対応して発展するように示されています。

## ②リズム系ダンス

「リズム系ダンス」は、平成10年告示の学習指導要領で新たに導入された内容です。ロックやサンバ、ヒップホップなどの現代的なリズムの音楽に乗って自由に弾んで踊るダンスは、子どもたちの関心も高く、今の時代に合った学習内容であるとして、内容に位置付けられました。リズム系ダンスは、表現系ダンスと同様に、自由に表現して踊るダンスです。取り上げるリズムとして、小学校ではロックやサンバ、中学・高校ではロックやヒップホップが例示されており、小学校ではロックやサンバのリズムに乗って弾んで踊る「律動の体験」、すなわち「踊る原点」としての体験を重視しています。中学・高校においても、このような自由に弾んで踊る律動の体験を基にヒップホップの踊りに発展できるようにしています。したがって、今流行のヒップホップダンスだけを特に学ぶという意味ではありません。また、リズム系ダンスの重要な技能は、教師が振り付けした動きをそのまま踊るのではなく、全身で弾んで友達と関わって自由に踊ることができることです。

リズム系ダンスの技能を表現系ダンスと同様に考えてみると、「何を」にあたるのはロックやサンバ、ヒップホップなどの「リズム」であり、「どのように」にあたるのはリズムの特徴をとらえて「全身で自由に踊る」と「まとまりをつけて踊る」の二つになります。小学校低学年の「リズム遊び」や中学年の「リズムダンス」では、軽快なロックやサンバの曲に乗って全身で弾んで自由に踊ったり、友達と関わって踊ったりすることが中心であり、中学・高校では、ややスローなテンポのヒップホップも加えて、「全身で自由に踊る」初歩的な段階と、「まとまりをつけて踊る」発展的な段階があります。

## ③「フォークダンス」

「フォークダンス」の内容は、伝承されてきた日本の「民踊」と外国の「フォークダンス」の二つで構成されています。日本の「民踊」では、各地域で伝承されてきた民踊や代表的な日本の民踊の中から、軽快なリズムの踊りや力強い踊り、優雅な踊りなどの踊りの特徴や、難易度を踏まえて選び、躍動的な動きや手振り、腰を落とした動きなどの日本の民踊の特徴をとらえて踊ることが大切です。外国の「フォークダンス」では、世界の代表的な曲目から、曲調をとらえて、踊り方（ステップ、動き、隊形、組み方など）の難易度を考慮して、様々な国や地域の踊りを取り上げて、仲間と楽しく踊って交流することが大切です。

なお、これらの「三つのダンス」の特性と重点的な内容などをまとめたのが表2です。



表2 「三つのダンス」の特性と重点的な内容

	表現（小）・ 創作ダンス（中・高）	リズムダンス（小）・現代的な リズムのダンス（中・高）	フォークダンス （小・中・高）
運動の特性 （楽しさや魅力）	表したいイメージを自由に動き を工夫して踊り表現する  【自由に踊る創造的な学習】	ロックやサンバ、ヒップホップ などのリズムに乗って自由に友 達と関わって踊る  【自由に踊る創造的な学習】	日本や外国の伝承された踊りを 身に付けてみんなで一緒に踊っ て交流する  【再現して踊る定形の学習】
特性と関わる重点	イメージになりきって自由に踊る	リズムに乗って自由に踊る	踊りを共有して人と交流して踊る
主な技能の内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全身を使って、大きさに表現（誇張）して踊る</li> <li>・変化を付けた「ひと流れの動き」で踊る（即興的な表現）</li> <li>・「はじめ～なか～おわり」の「ひとまとまりの動き」にして踊る（ひとまとまりの表現・作品）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムに乗って全身で弾んで踊る</li> <li>・リズムの特徴をとらえて、体幹部でリズムに乗って踊る</li> <li>・変化とまとまりをつけて連続して踊る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なステップや組み方を身に付けて通して皆で踊る</li> <li>・踊りの背景や特徴を捉えて味わって（洗練させて）皆で踊る</li> </ul>
工夫の視点や 楽しみ方	<ul style="list-style-type: none"> <li>・イメージと動きの多様な関わり</li> <li>・即興的な表現と作品創作の二つの楽しみ方</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・音楽のリズムと動きの多様な関わり</li> <li>・相手との関わり方の工夫</li> <li>・交流会などの工夫</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・踊りの特徴や感じの違い</li> <li>・踊り方の難易度等（易しい～難しい、単純～複雑）</li> </ul>

## 第2節 「表現運動系及びダンス」の具体的な指導内容

### 1 技能について -技能の捉え方と特徴-

「ダンス系」領域では、子どもたちが、「表現系ダンス」「リズム系ダンス」「フォークダンス」のそれぞれのダンスの特性に触れ、楽しさや喜びを十分に味わいながら、そのために必要な技能を身に付けていけるよう指導していくことが大切です。

しかしながら、「ダンス系」領域では、「技能の指導が難しい、どのように指導したらよいかかわりにくい」という声がよく聞かれます。それは、「ダンス系」領域の中でも、特に「表現系ダンス」と「リズム系ダンス」という創造的なダンスでは、他の多くの運動領域のように、具体的な技や技能の系統性や構造がはじめにあって、易しいものから難しいものへとその習得を段階的に目指すものではないからでしょう。「ダンス系」領域における技能は、子ども一人一人の多様な表現を認め、引き出すことによって、広がる多様な技能です。つまり、技能は一律のものではなく、多様で複線的に高まりが見られるところに特徴があります。

学習指導要領の「技能」の表記においても、「ダンス系」領域と他領域では違いが見られます。例えば、以下は小学校第5・6学年の各運動領域（体づくり運動は除く）の技能の文章ですが、全ての運動領域で「次の運動の楽しさや喜びに触れ、」までは共通ですが、「表現運動」領域ではその後に、「表したい感じを表現したり踊りの特徴をとらえたりして」と第5・6学年で取り上げる「表現」や「フォークダンス」の特性に言及しているところに特徴があり、技能の習得が前面に出るのではなく、特性と関連した技能が重視されていることがわかります。

**表現運動：**次の運動の楽しさや喜びに触れ、表したい感じを表現したり踊りの特徴をとらえたりして踊ることができるようにする。

**器械運動：**次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。

**陸上運動・水泳・ボール運動：**

次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。

このように、「ダンス系」領域は、勝敗もなく、他領域に比べると「できる・できない」が明確に見えにくいものの、三つのダンスそれぞれに「よい動き」と評価できる動きはあり、子ども一人一人が求める動きや表現の多様な広がりの中にも共通に押さえない技能のポイントがあります。

「ダンス系」領域における技能とは、それぞれのダンスの特性に関わる「動きの面白さ」＝「よい動き」を示すものであり、教師は三つのダンスの特性を十分に理解した上で、子どもの発達の段階や学習状況に応じて学習のねらいを明確に設定し、子どもたちが確実に技能を身に付けて踊ることの楽しさや喜びを味わえるよう、指導に当たらなければなりません。

#### (1) 表現系ダンス

##### ①技能のポイント

表現系ダンスでは、題材やテーマからとらえたイメージを、「ひと流れの動きで即興的に表現すること」と「ひとまとまりの表現や簡単な作品にまとめて踊ること」の二つをねらいとしています。

すなわち、表現系ダンスの技能は、先述のように、「何を」（テーマや題材からとらえたイメージ）、「どのように表現するか」（即興的な表現、ひとまとまりの表現・作品創作）という観点で見ることが大切です。

「即興的に表現する」とは、1時間の授業の中で、テーマや題材から思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きに変えて表現し、その動きを誇張したり変化を付けたりして、表したいイメージの一番大事な部分を「ひと流れの動き」にして表現することです。

次に、「ひとまとまりの表現（あるいは簡単な作品）にまとめて踊る」とは、単元の後半に数時間をかけて、「ひと流れの動き」をふくらませ、表したいイメージを「はじめ—なか—おわり」の場面構成を工夫して表現することです。

また、即興的な表現でも、ひとまとまりの表現でも、見せ合いや発表の場で、感じを込めて、なりきって踊ることができるようにすることも大切です。

表現系ダンスの技能のポイントを簡潔にまとめると、以下のようになります。

- ・表したいイメージにふさわしい動きを見付けることができる。
- ・全身を使って、大げさに表現（誇張）することができる。
- ・動きに変化を付けてメリハリのある表現にすることができる。
- ・動きをスムーズにつなげて連続させ、気持ちも途切れずに踊ることができる。
- ・感じを込めてなりきって踊ることができる。

また、次のように、空間、時間、力性の三つの観点から工夫し、強調して表現することで、動きを誇張したり、変化とメリハリを付けたりすることができます。

- ・＜空間—体幹＞跳んだり、転がったり伏せたりという高低の変化、捻り、面の変化、回転などいろいろな動きをすることができる。
- ・＜空間—軌跡・隊形（群構成）＞空間を大きく使うことができる。空間の使い方（軌跡・隊形）、群の使い方（個と群、2群など）を工夫することができる。
- ・＜時間＞リズムや速さに変化（速く—ゆっくり、急にストップ、スローモーション）を付けることができる。
- ・＜力性＞強弱やアクセントを付けることができる。

技能のポイントとして、第一に、「表したいイメージにふさわしい動きを見付けることができる」ことを挙げていますが、表現系ダンスで注意すべき点は、同じ題材でもどのようなイメージをとらえて表現するかによって、イメージにふさわしいよい動きは変わることです。例えば、中学校第1・2学年に例示された「B対極の動きの連続など」の「走る—跳ぶ—転がる」では、「台風」をイメージした子どもは、台風の目を渦を巻きながら表現したり、激しく吹き付ける雨風を大きなジャンプの後ゴロゴロと激しい勢いで転がって表現したりして、まさにダイナミックに表現するかもしれません。それに対し、「タンポポの綿毛」をイメージした子どもは、風に乗って飛ばされる綿毛を軽く、音も立てず繊細に跳び、ふわっと地面に落ち、柔らかく転がって表現するかもしれません。すなわち、全身を使ってなりきって踊るという技能は共通ですが、表したいイメージによって動きを変化（例えば、空間性：大きく—小さく、時間性：速い—ゆっくり、力性：強い—軽い）させることで、動きの質感は多様な広がりを見せることができます。ここに表現系ダンスの特性と動きの面白さがあり、同時に指導と評価が難しい点でもあります。教師は子どもの多様な表現を認めつつ、イメージにふさわしい「よい動き」を観察する力をもって指導していくことが大切です。すなわち、取り上げるテーマや題材から「よい動き」を予測して子どもから引き出す指導をすること、更に、子どもの動きを見て「よい動き」になるように即座に助言していくという、場面に応じた臨機応変の指導が必要となります。

小学校学習指導要領解説（以下、「小学校解説」という）では、[題材と動きの例示]として、「○」に題材例が示され、「・」の一つめが「即興的な表現」の動き（動き方）、二つめが「ひとまとまりの表現」の動き（動き方）について、それぞれ変化とまとまりの付け方が例示されています。

中学校学習指導要領解説（以下、「中学校解説」という）および高等学校学習指導要領解説（以下、「高等学校解説」という）においては、中学校第1・2学年では＜多様なテーマと題材や動きの例示＞、中学校第3学年・高等学校では＜表したいテーマと題材や動きの例示＞として、AからF（中学校第1・2学年はE）まで六つのテーマが示され、括弧内にそのテーマから浮かび上がる題材や関連する動き、並びに展開例が示され、「・」に変化とまとまりの付け方が例示されています。

## ②発達の段階ごとの技能の内容

各校種の解説に示された表現遊び、表現、創作ダンス、選択して取り組む創作ダンス、それぞれの段階における技能の内容と特徴（枠の中は学習指導要領に示された内容）は以下の通りです。また、別表1（p.234）は、12年間の表現系ダンスの技能の内容を一覧にまとめたものです。

### ■ 表現遊び

#### ＜小学校第1学年及び第2学年＞

表現遊びでは、身近な題材の特徴をとらえ全身で踊ること。

低学年の児童は、自分ではない何かに変身して虚構の世界に没入し、変身すること自体を楽しむことが好きです。小学校解説では、題材例として「身近な動物や乗り物など」を挙げており、身近な動物や乗り物などのいろいろな題材の様子や特徴をとらえて、そのものになりきって全身の動きで楽しく踊ることができるようにします。

その中に、跳ぶ、回る、這うなどの動きによって、高低の差や速さの変化をつけたり、動きの中に「大変！○○だ」のような事件や急変する場面を入れて流れに変化を付けたりして、低学年の段階から簡単な変化とメリハリをつけて、表現系ダンスの動きの面白さを体験し、身に付けることができるようにすることが大切です。

### ■ 表現

#### ＜小学校第3学年及び第4学年＞

表現では、身近な生活などの題材からその主な特徴をとらえ、対比する動きを組み合わせたり繰り返したりして踊ること。

#### ＜小学校第5学年及び第6学年＞

表現では、いろいろな題材から表したいイメージをとらえ、即興的な表現や簡単なひとまとまりの表現で踊ること。

中学年の児童は、多様なものへの探究心が旺盛で、現実的な題材よりも探検や忍者といった空想の世界に遊びながら、多様な場面の表現や、スリルに富みダイナミックに動ける題材を好む傾向があります。したがって、「身近な生活などの題材」例として、小学校解説では「具体的な生活からの題材（○○づくり、一日の生活など）」と、それと対比する「空想の世界からの題材（「○○探検」や、忍者や戦いなど二人組で対比する動きを含む題材）」の二つの題材を例示しています。それらの中から表したい題材を見付け、そ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したり、表したい感じを中心に「はじめとおわり」を付けた動きにしたりして表現することができるようにします。

高学年になると、動きについては変化と起伏を好み、また心情を表現することも可能になりますが、題材についての好みは多様化し、個人差が広がってきます。したがって、「いろいろな題材」として、次の題材が例示されており、これらの中から、表したい感じやイメージを強調するように、変化を付けたひと流れの動

きで即興的に表現したり、グループで「はじめ—なか—おわり」を付けた簡単なひとまとまりの動きにしたりして表現することができるようにします。

- ・「激しい感じの題材」  
（生活や自然から「激しく〇〇する」や「急に〇〇する」など、変化や起伏のある動きを含む題材）
- ・「群（集団）が生きる題材」（生活や社会、自然などから特徴的な群の動きや迫力のある題材）
- ・題材を一つに固定せず、児童が関心のある題材を自由に選ぶことのできる「多様な題材」  
（「私たちの地球」「小学校の思い出」など、社会や生活の中からグループで選んだ関心のある題材）

## ■ 創作ダンス

### <中学校第1学年及び第2学年>

創作ダンスでは、多様なテーマから表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ること。

中学校第1・2学年では、「多様なテーマ」（括弧内は題材例など）として次の五つが例示され、日常的・具体的な題材から抽象的な題材、群の表現やものを使った表現まで幅広く取り上げられています。

- A「身近な生活や日常動作」（スポーツいろいろ、働く人々 など）
- B「対極の動きの連続など」（走る—跳ぶ—転がる、走る—止まる、伸びる—縮む など）
- C「多様な感じ」（激しい、急変する、軽快な、やわらかい、鋭い など）
- D「群（集団）の動き」（集まる—とび散る、磁石、エネルギー、対決 など）
- E「もの（小道具）を使う」（新聞紙、布、ゴムなど）

これらの多様なテーマから、自らが表したいイメージをとらえ、動きを誇張したり、変化を付けたりして、ひと流れの動きにして表現することができるようにします。そして、表したいイメージを変化と起伏（盛り上がり）のある「はじめ—なか—おわり」のひとまとまりの構成で表現して踊ることができるようにします。

## ■ 創作ダンス（選択）

### <中学校第3学年及び高等学校入学年次>

創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ること。

### <高等学校その次の年次以降>

創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、個や群で、対極の動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ること。

「表したいテーマ」として、中学校第1学年及び第2学年の五つのテーマに「はこびとストーリー」という作品の構成・展開に関わるテーマを加え、次の六つのテーマと題材例（中学3年・高校入学年次／高校その次の年次以降）が例示されています。

- A 「身近な生活や日常動作」(出会いと別れ、街の風景、綴られた日記／「ただ今、猛勉強中」、シャッターチャンス、クラス討論 など)
- B 「対極の動きの連続など」(ねじる一回る一見る／伸びる一落ちる一回る・転がる など)
- C 「多様な感じ」(静かな、落ち着いた、重々しい、力強い など／激しい・静かな、急変する・持続する、鋭い・柔らかい、素早い・ゆっくりしたなどの多様な感じの中から対照的な感じを表現する)
- D 「群(集団)の動き」  
(大回り一小回り、主役と脇役、迷路、都会の孤独／カノン、ユニゾン、密集—分散 など)
- E 「もの(小道具)を使う」(椅子、楽器、ロープ、傘 など／大きな布、ゴム、机、ティッシュペーパー、新聞紙のボール、など質感や大きさの異なる「もの」を取り上げる)
- F 「はこびとストーリー」  
(序破急、起承転結、物語 など／気に入った小説、詩、絵画などのテーマから作品をまとめる)

これらの多様なテーマから、表現にふさわしいテーマを選んで、見る人に伝わりやすいように、中心となるイメージをとらえ、主役と脇役の動き、ユニゾン(全員が合わせて踊ること)やばらばらの異なる動きなどの個や群の動きで、緩急(時間的要素)や強弱(力の要素)を最大限に強調した対極の動きや、列・円・渦巻き・密集—分散などの空間の使い方に変化を付けて、思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きに変えて表現することができるようにします。

そして、即興的な表現から、表したいテーマにふさわしいイメージを一層深めて、中心となるイメージを強調した「はじめ—なか—おわり」の構成で、表現して踊ることができるようにします。そのためには、特に「なか」に当たる展開に、最も特徴的な動きや構成を強調した盛り上がりのある起伏を付けて、個性を生かした作品に高めて踊ることが大切です。

## (2) リズム系ダンス

### ①技能のポイント

リズム系ダンスでは、ロックやサンバ、ヒップホップなどのリズムの特徴をとらえ、①リズムに乗って全身で自由に踊ることと、②まとまりを付けて踊ること、の二つをねらいとしています。

まずはリズムに乗って全身で弾んで踊る楽しさを味わうことができるように、小学校のリズム遊び・リズムダンスでは、軽快でリズムのとりやすいロックと、ラテン系の陽気なリズムに乗って弾んで踊りやすいサンバのリズムを取り上げています。続いて、中学校・高等学校の現代的なリズムのダンスでは、小学校で学んだロックのリズムに加えて、まさに現代のリズム系ダンスの代表と言えるヒップホップのリズムを取り上げています。

注意すべき点は、中学校解説において、指導に際しては、「既存の振り付けなどを模倣することに重点があるのではなく、変化とまとまりを付けて、全身で自由に続けて踊ることを強調することが大切である」と示されているように、リズム系ダンスは表現系ダンスと同じく創造的な自由なダンスであり、振り付けされたダンスのステップを習い覚えて踊ったり、そろえて踊る練習に時間をかけたりするのではなく、音楽のリズムに身を委ねて友達と自由に関わって踊ることにねらいがあることです。

そのため、指導の際には、先生から児童生徒へという一方向の指導だけではなく、例えば、児童・生徒同士が二人組になって、相手と向かい合って自由に関わり合い、掛け合いながら踊るような活動を早くから取り入れることなどが考えられます。また、リズム系ダンスは見せるよりも参加して踊る方が楽しめるダンスであるので、見せ合いも、踊る側と見る側が分かれている発表形式だけではなく、一曲の中で各グループが工夫した動きをメドレー形式やバトル形式(互いに掛け合ったりしてノリを競い合って踊る)で踊って見せ合ったり、参加して一緒に踊り合ったりするなどの交流を含んだ活動、すなわち「交流会」を取り入れることが効果的です。

リズム系ダンスの技能のポイントを簡潔にまとめると、以下のようになります。

- ・体幹部（おへそ）でリズムを取り、全身で、また体の各部位でリズムに乗って踊ることができる。
- ・素早いターンを入れたり、ポーズで止まったり（フリーズしたり）して、リズムをくずす瞬間をつくり、リズムへの乗り方を深めることができる。
- ・体が突っ立ったままにならず、ねじったり、回ったり、跳んだり、体の状態をいろいろに変えて、全身でしなやかにリズムに乗って踊ることができる。
- ・友だちと真似し合ったり、掛け合ったり、反対の動きをしたり、離れたりくっついたり、くぐり抜けたり、追いかけたりなど、いろいろな関わり方で相手と対応しながら踊ることができる。

また、それぞれのリズムの特徴と乗り方（動き）の工夫のポイントは、表3の通りです。

表3 リズムの特徴と乗り方（動き）の工夫のポイント ※BPMとは1分間のビート（拍）の数を示し、曲の速さ（テンポ）の目安となる。

リズム	リズムの小分類とその特徴	リズムの乗り方や動きの工夫のポイント
ロック (ポップス)	アップテンポ (BPM140～150) ・弾んで踊れるテンポで初心者にも踊りやすくどんな動きでも対応できる ややゆっくり (BPM120～130) ・歩くテンポ、強いビートに乗せたステップ系の動きが中心となる かなり速いテンポ (BPM150以上) ・駆け足のテンポ ・ユーロビートの曲を含む	○リズムに同調して全身で（体幹部で）リズムをとらえてその場で弾んで踊ったり、スキップしたりして移動を加えて踊る。手をつないで回ったりハイタッチしたりして掛け合って踊る。 ○アフタービート（後打ち）のリズムでアクセントを付けて踊る。回る、跳ぶ等の動きで変化をつけて相手と対応して踊る。アップテンポの曲より体幹部でリズムに乗るのは難しい。 ○リズムに合わせて単純な動きを繰り返して踊るにはよい。体幹部でリズムに乗ったり、いろいろな動きで変化を付けたりするにはテンポが速すぎて適さない。
サンバ (ラテン系)	ややゆっくり (BPM120～130) からアップテンポ (BPM140～150) まで ・「ウン・タッタ」の2拍の中にリズムの変化（シンコペーション）があり、打楽器の小刻みなラテンのリズムと陽気な感じが特徴。（・がアクセント）	○打楽器の小刻みなリズムを体の各部位で取って踊る ○腰（おへそ）の前後揺れとシンコペーションの特徴をつかんで踊る。 ○ロックと同様に動きに変化やアクセントを付けたり、相手との対応の仕方を工夫したりしているような動きで踊る。
ヒップホップ (R&Bを含む)	スローなテンポ (BPM80～100) ・1拍毎に強いアクセントのあるビートと細分化されたリズムが特徴。今最も流行しているリズム。厳密には様々なスタイルがあり、総称して「ストリートダンス」とも呼ばれる。 やや速いテンポ (BPM120前後) ・歩く速さの曲で、ヒップホップの最初の段階で取り上げるとよい。	○1拍毎にアクセントがある強いビートを体幹部でとらえて縦ノリのリズムでその場で踊る。上下のダウンのビートにアクセントを付けて踊る。ゆっくりした曲のテンポに対して動きは倍のテンポをとって踊る。また、1拍毎に動きを止めてロボットのように動いたり、床を使った極限的な動きや移動の動きを入れたりして動きに変化をつけて続けて踊る。 ○スローな曲の前にやや速いテンポの曲で縦ノリのリズムを取って踊る。慣れてきたらヒップホップ本来のスローなテンポの曲で深い上下の動きで踊ってみる。

小学校解説では、[リズムと動きの例示]として、「○」にリズム（曲）の例が示され、「・」に自由に踊る際のリズムの乗り方、変化の付け方や友だちとの対応の仕方が例示されています。また、中学校解説および高等学校解説では、<リズムと動きの例示>として、自由に踊る際とまとまりを付けて踊る際のリズムの乗り方、変化の付け方やまとまりの付け方が例示されています。

## ②発達の段階ごとの技能の内容

解説に示されたリズム遊び、リズムダンス、現代的なリズムのダンス、選択して取り組む現代的なリズムのダンス、それぞれの段階における技能の内容と特徴（枠の中は学習指導要領に示された内容）は以下の通りです。また、別表3（p.238）は、12年間のリズム系ダンスの内容を一覧にまとめたものです。

### ■ リズム遊び

＜小学校第1学年及び第2学年＞

リズム遊びでは、軽快なリズムに乗って踊ること。

低学年では、弾んで踊れるようなやや速いテンポのロックやサンバなどの軽快なリズムの曲や児童にとって身近で関心の高い曲に乗って、弾んで自由に踊ったり、友達と調子を合わせたりして楽しく踊ることができるようになります。

### ■ リズムダンス

＜小学校第3学年及び第4学年＞

リズムダンスでは、軽快なリズムに乗って全身で踊ること。

中学年では、弾んで踊れる軽快なテンポのロックやサンバのリズムの曲や、いろいろな速さや曲調の異なるロックやサンバのリズムの曲に乗って、まずは全身で即興的に踊ったり、友達と自由にかかわり合って踊ったりして楽しく踊ることができるようになります。その際に、ロックやサンバのリズムの特徴をとらえ、体の各部分でリズムをとったり、体幹部（おへそ）を中心にリズムに乗ったりして全身で踊ることができるようになります。さらに、動きにアクセントを付けたり、素早い動きやストップなどでリズムに変化を付けたり、体をねじる・回るなどの動きを組み合わせたり、また、友達と調子を合わせたり対応したりして、メリハリのある動きにして続けて踊ることができるようになります。

### ■ 現代的なリズムのダンス

＜中学校第1学年及び第2学年＞

現代的なリズムのダンスでは、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こと。

中学校第1・2学年では、ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの特徴をとらえ、まずは、体幹部を中心にリズムに乗って全身で自由に弾んで踊ることができるようになります。

次に発展的な段階として、手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、蹴る、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る、曲げるなどの動きを素早く動いてみたり、止まったりするなどの変化のある動きを組み合わせ、踊ることができるようになります。

### ■ 現代的なリズムのダンス（選択）

＜中学校第3学年及び高等学校入学年次＞

現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。



### <高等学校その次の年次以降>

現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ること。

中学校第3学年・高等学校入学年次でも、まずはロックやヒップホップなどの現代的なリズムの特徴をとらえ、リズムに乗って全身で踊ることができるようにしていきますが、この段階ではさらに体の各部位の動きをずらしたり連動させたりして踊ったり、ダイナミックなアクセントを加えたり、違うリズムを取り入れたりして、変化を付けて連続して踊ることができるようにすることを目指します。

次に発展的な段階として、短い動きを繰り返す、対立する動きを組み合わせる、ダイナミックなアクセントを加えるなどの変化や、個と群の動きを強調してまとまりを付けて踊ることができるようにします。また、まとまりのある動きをグループで工夫するときは、一人一人の能力を生かす動きや相手と対応する動きなどを取り入れながら、仲間とのかかわりをもって踊ることに留意します。

続いて、高等学校その次の年次以降では、まずはシンコペーション、ダウンビートやアップビートなどのロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえてリズムに乗ったりはずしたり、重心の上下動や非対称の動きを強調したりして全身で自由に踊ることができるようにします。

まとまりを付ける際には、中学校第3学年・高等学校入学年次のねらいからさらに発展させて、仲間の動きをリードしたり、仲間の動きに合わせてたり、異なる動きで高低や緩急強弱を付けて互いの動きを強調したりするなど、仲間といろいろな対応をして踊ることができるようにしていきます。

中学校第3学年以降では、指導の段階に応じて、まとまりを付ける学習では、グループごとに選曲させて、選んだりリズムや曲想に合わせて独自の動きを工夫して楽しんだり、仲間やグループ間で簡単な作品を見せ合う発表や一緒に踊り合う交流の活動を取り入れたりすることが大切です。

## (3) フォークダンス

### ①技能のポイント

フォークダンスでは、伝承されてきた日本の地域の踊り（民踊）や外国の踊り（フォークダンス）から、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて、特徴的なステップや動きと組み方で仲間と楽しく踊ることができるようにすることをねらいとしています。

フォークダンスは、他の二つのダンスとは異なり、伝承された踊りを身に付けて、特定の踊り方を再現して踊る定形の学習で進められるのが特徴です。

フォークダンスには、「例えば、日本の民踊には、着物の袖口から出ている手の動きと裾さばきなどの足の動き、低く踏みしめるような足どりと腰の動き、ナンバの動き、小道具を操作する動き、輪踊り、男踊りや女踊り、歌や掛け声を伴った踊りなどの特徴がある」。また「外国のフォークダンスには、靴で踏む軽快なステップやポルカステップ、輪や列になって手をつないで踊る、パートナーと組んで踊る、グランド・チェーンなどのパートナーチェンジを伴って踊るなどの特徴的なステップや動きがある」と中学校解説で説明されているように、その踊りが生まれた地域の風土や歴史に根ざした独特の踊り方の特徴があります。

踊りの選曲に当たっては、そうした踊りの特徴（感じ、曲想）や踊り方（ステップ、動き、隊形、組み方など）の違いや、地域が異なるものから選ぶという観点と、踊り方の難易度を考慮するという観点から、子どもの学習状況や関心に応じて選ぶようにします。また、日本の民踊については、例示に挙げられている日本の代表的な民踊だけでなく、学校のあるそれぞれの郷土で親しまれている踊りを積極的に取り上げることも大切です。

したがって、指導する際には、ただ動きを覚えて踊ることができるようにするだけでなく、取り上げた踊りが伝承されてきた国や地域の風土や風習、歴史などの踊りの由来や、踊りに込められた心情などを資料

やVTRなどを使って説明したり、子どもたち自身が調べたりすると良いでしょう。このように、フォークダンスの踊りは文化の影響を受けていることを理解して、踊り方の特徴をとらえて踊るところにフォークダンスの特性や魅力があります。例えば、小学校高学年で例示されている「マイム・マイム」はイスラエルの踊りであり、開拓農民が乾燥した砂漠地帯に水源を見つけ、水源を囲んで「水、水、水、水、嬉しいな！（マイム マイム マイム マイム ウ マイム ベッサンソン）」と皆で歌いながら水源発見の喜びを踊る踊りであると知ったとき、児童の踊りは一層生き生きとしたものになるでしょう。

フォークダンスの技能のポイントを簡潔にまとめると、以下のようになります。

- ・ 踊りの特徴を捉え、ステップや動き、組み方を身に付けて、正確に、大きく踊ることができる。
- ・ 唄や音楽に合わせて、1曲通して踊ることができる。
- ・ 踊りが生まれた地域や風土の背景や情景を思い浮かべ、踊りに込められた感情を表現して踊ることができる。

各校種の解説には小学校及び中学校第1学年及び第2学年までは「踊りと動きの例示」として、中学校第3学年および高等学校では「曲目と動きの例示」として、日本の民踊と外国のフォークダンスそれぞれについて、特徴や感じが異なる踊り方が曲目例と共に数例ずつ「・」で示されています。

## ②発達の段階ごとの技能の内容

各校種の解説に示されたリズム遊び、フォークダンス（日本の民踊を含む）、フォークダンス、選択して取り組むフォークダンス、それぞれの段階における技能の内容と特徴（枠の中は学習指導要領に示された内容である）は以下の通りです。また、別表2（p.236）は、12年間のフォークダンスの内容を一覧にまとめたものです。

### ■ リズム遊び（簡単なフォークダンスを含めて指導する場合）

#### ＜小学校第1学年及び第2学年＞

リズム遊びでは、軽快なリズムに乗って踊ること。

小学校第1学年及び第2学年では、「表現遊び」と「リズム遊び」で内容を構成しているが、「リズム遊び」の中に簡単なフォークダンスを含めて指導することができることが「内容の取扱い」に示されています。高学年で初めてフォークダンスに出会うのではなく、できれば低学年のうちに簡単なフォークダンスに触れさせておくとい良いでしょう。

その場合の「リズム（踊り）と動きの例示」には、ジェンカ（フィンランド）、キンダーポルカ（ドイツ）、タタロチカ（ロシア）など、軽快なリズムと易しいステップの繰り返しで構成される簡単なフォークダンスが例として挙げられており、これらのフォークダンスを、スキップやランニングなどの簡単なステップで、音楽に合わせてみんなで楽しく踊ることができるようにします。

### ■ フォークダンス（日本の民踊を含む）

#### ＜小学校第5学年及び第6学年＞

フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊ること。

小学校第5学年及び第6学年では、伝承されてきた日本の地域の踊りや外国の踊りから、踊り方の特徴をとらえ、基本的なステップや動きを身に付けて、音楽に合わせてみんなで楽しく踊って交流することができ

るようにします。また、踊りを通して日本のいろいろな地域や世界の文化に触れるようにすることも大切です。

〔踊りと動きの例示〕には、日本の民踊では、特徴が異なる踊りや簡単な動きで構成されている踊りとして、阿波踊りなどの軽快なリズムの踊りや、ソーラン節やエイサーなどの力強い踊りが挙げられています。また、フォークダンスでは、特徴や感じが異なる踊りや簡単な隊形・ステップ・組み方で構成される踊りとして、マイム・マイム（イスラエル）などのシングルサークルで踊る力強い踊り、コロブチカ（ロシア）などのパートナーチェンジのある軽快な踊り、グスタフス・スコール（スウェーデン）などの特徴的な隊形と構成の踊りが挙げられています。

## ■ フォークダンス

### <中学校第1学年及び第2学年>

フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ること。

中学校第1学年及び第2学年では、さらに日本の民踊に見られる特徴的な足どりや手振りの動き、外国のフォークダンスでの軽快なステップなどで踊ることができるようにします。

<踊りと動きの例示>には、日本の民踊では、花笠音頭などの小道具（花笠）を操作する踊り、炭坑節などの労働の作業動作に由来を持つ踊り、鹿児島おはら節などの躍動的な動作が多い踊りが挙げられています。また、フォークダンスでは、オクラホマ・ミクサー（アメリカ）などのパートナーチェンジのある踊り、ドードレブスカ・ポルカ（旧チェコスロバキア）などの隊形が変化する踊り、バージニア・リール（アメリカ）などの隊形を組む踊りが挙げられています。

## ■ フォークダンス（選択）

### <中学校第3学年及び高等学校入学年次>

フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること。

### <高等学校その次の年次以降>

フォークダンスでは、踊り方の特徴を強調して、音楽に合わせて多様なステップや動きと組み方で仲間と対応して踊ること。

中学校第3学年及び高等学校入学年次では、ステップや動き方、音楽、小道具、地域などの踊りに見られる特有の動きなどの異なった特徴をとらえ、音楽に合わせて、躍動的な動きや手振りの動きを強調する日本の民踊などの特徴的な動き、外国のフォークダンスでのパートナーとのステップや動きと組み方（オープン・ポジションやクローズド・ポジションをはじめとした様々な組み方）で踊ることができるようにしていきます。

<曲目と動きの例示>には、日本の民踊では、よさこい鳴子踊りなどの小道具（鳴子）を操作する踊り、越中おわら節などの労働（稲作）の作業動作に由来をもつ踊りが挙げられています。また、フォークダンスでは、パティケーキ・ポルカ（アメリカ）などの早いリズムに合わせて拍手などを入れた踊り、ヒンキー・ディンキー・パーリ・ブー（アメリカ）などのゲーム的な要素の入った踊り、ハーモニカ（イスラエル）などの軽やかなステップの踊り、オスローワルツ（イギリス）などの順次パートナーを替えていく踊りが挙げられています。

高等学校その次の年次以降では、ステップや動き方、音楽、小道具、地域などの踊りに見られる特有の動きなどの異なった特徴を強調して、音楽のリズムや曲想に合わせて踊ることができるようにします。日本の民踊では、躍動的な動きや手振り、腰を落とした動きを強調するなどの多様な動きで踊り、外国のフォークダンスではパートナーとの多様なステップや動きとオープン・ポジションやクローズド・ポジションをはじ

めとした様々な組み方で、仲間とタイミングや調子を合わせて、組んだ手で軽く押したり引いたり、ステップやターンなど相手の動きに対応して手や足を動かしたりパートナーチェンジをしたりします。また、踊りやすい適切な距離を保って隊形を作ったり動き易い組み方をしたりするなどのいろいろな対応をして踊ることができるようにしていきます。

＜曲目と動きの例示＞には、日本の民踊では、佐渡おけさなどの砂浜などの「踊られた場所」に由来をもつ踊りや、さんさ踊りなどの女踊りと男踊りのある踊りが挙げられています。また、フォークダンスでは、トゥ・トゥール（デンマーク）などの速いリズムに合わせた踊り、ミザルー（ギリシア）などのオープンサークルの踊り、アレクサンドロフスカ（ロシア）などのカップルダンス、タンゴ・ミクサー（アメリカ）などの切れ味のよい踊りが挙げられています。

## 2 態度について

「ダンス系」領域における態度の指導内容には、その運動への自主的・自発的な取組（愛好的態度）、公正や協力に関すること、責任や参画に関すること、健康・安全に関することなどがあります。特に、「ダンス系」領域では、勝敗を競ったり、より難しい課題を克服したりすることが特性ではないため、グループや一人一人の個性的な動きや発想を大切に、「互いの違いやよさを認め合う」ことがこの領域特有の大切にしたい態度の内容です。

表4 学習指導要領で示された態度に関する主な表記

学 校 種	小学校			中学校・高等学校		
	1・2年	3・4年	5・6年	1・2年	中学3年・高校入学年次	高校その次の年次以降
領 域	表現リズム遊び	表現運動		ダンス		
ア 共通事項 (愛好的態度)	進んで取り組むこと			積極的に取り組むこと	自主的に取り組むこと	主体的に取り組もうとする
イ 公正・協力	きまりを守り、だれとでも仲良く踊ること	きまりを守り、友達と励まし合って練習や発表、交流をすること	約束を守り、友達と助け合っ練習や発表、交流をすること	よさを認め合おうとする	互いの違いやよさを認め合おうとする	互いに共感し高め合おうとする
ウ 責任・参画				仲間の学習を援助しようとする	互いに助け合い教え合おうとする	互いに助け合い高め合おうとする
				分担した役割を果たそうとする	自己の責任を果たそうとする	役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする
エ 健康・安全	安全に気を付ける	安全を確かめる	安全に気を配る	健康・安全に気を配る	健康・安全を確保する	
						合意形成に貢献しようとする

「愛好的態度」に関する内容については、小学校では、各学年共通して「進んで取り組む」こと、中学校第1・2学年では、「積極的に取り組む」こと、中学校第3学年及び高校入学年次は「自主的に取り組む」こと、その次の年次以降は「主体的に取り組む」ことができるよう指導することとなっています。

「ダンス系」領域の学習は、創造的で自発的な活動を中心に進めることから「思い切り体を動かして表現したい」「リズムに乗って踊りたい」といった児童・生徒の願いを大切にします。したがって、指導に際しては、児童生徒が自ら進んで学習に取り組むために、一人一人の個性が生きる開放的な環境や人間関係をつくり、個に応じた課題を設定したり、練習方法や場作りの方法を示したりするなど、練習や発表などに意欲をもって活動できるよう工夫することが大切です。

「公正・協力」に関する内容については、小学校では、友達と仲良く、励まし合い助け合って活動することができるようにします。また、中学校第1・2学年では「よさを認め合おうとする」こととして、仲間のよさを認めたり、自分のことだけでなく共に学ぶ仲間に対して必要な支援をしたりすることに積極的な意志を持つことができるよう指導します。

中学校第3学年以降においては、人にはそれぞれ違いがあることを認めた上で、仲間のよさや違いを指摘したり、課題を共有して互いに助け合ったり教え合ったりすることに主体的に取り組もうとする意志をもつ

ことが大切です。

特に、「ダンス系」領域の学習では、「踊ることが恥ずかしい」「動きを笑われるのではないか」といった抵抗感や不安感をもっている児童生徒も少なくないことでしょう。そこで、指導に際しては、まず、どんな動きや発想も受け入れられる受容的な雰囲気と人間関係を作ることが大切です。こうした空間の中で、互いのよさや違いを認め合って学習することで、コミュニケーションが深まり、互いの運動意欲が高まることを理解させ、教師が「素晴らしい!」「カッコイイ!」「君にしかできない動きだ!」といった肯定的な言葉かけを頻繁に行い、動きを見せ合う活動を通して互いのよいところを探したり、グループ内でのよい動きを賞賛したりする場面を設定するなど、指導方法を工夫することが授業づくりのポイントです。

「責任・参画」に関する内容については、小学校段階の表現運動系では、学習内容に応じて学習資料の配付・掲示や視聴覚機器の設置、グループ活動での役割など、責任に関する初歩的なことについて、しっかり指導する必要があります。

中学校第1学年及び第2学年では、「分担した役割を果たそうとする」こととして、自分の役割に積極的に取り組もうとすることについて指導します。

中学校第3学年及び高校入学年次では、「自己の責任を果たそうとする」こととして、自分の役割に自主的に取り組もうとすることができるようにします。その次の年次以降には、「役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする」こととして、仲間と合意した役割を積極的に引き受け、責任をもって主体的に取り組もうとすることができるよう指導します。

また、この段階では「合意形成に貢献しようとする」こととして、個人や学習グループの課題の解決に向けて、自己の考えを述べたり、相手の話を聞いたりするなど、グループの話し合いに責任をもってかかわろうとすることが重要です。そのため、相互の信頼関係を深めるためには、対立意見が出た場合でも、仲間を尊重し相手の感情に配慮しながら発言したり、提案者の発言に同意を示したりして話し合いを進めることなどが大切であることを理解し、取り組めるようにする必要があります。

なお、中学校第1学年及び第2学年、中学校第3学年・高校入学年次においては、話し合いへの参加等に関する内容が示されていませんが、言語活動の充実が求められていることから、ダンス学習においてもグループ活動における課題解決に向けて、自らの考えを述べるなど積極的に話し合いに参加しようとする態度を育成することは重要です。しかし、話し合う活動が学習の中心にならないよう、指導に当たっては、話し合う内容の明確な指示や時間の設定など、工夫が必要です。

「健康・安全」に関する内容については、小学校低学年では「安全に気を付け」、中学年では「安全を確かめ」、高学年では「安全に気を配る」態度を育成します。

中学校第1学年及び第2学年では、「健康・安全に気を配る」こととして、自己の体調の変化に気を配ったり、用具や場所の安全に留意したりすることができるようにします。中学校第3学年以降は「健康・安全を確保する」こととして、中学校第3学年に自己の体調の変化に応じて段階的に運動をしたり、用具や場所の安全を確認したりすることができるようにします。

これらを踏まえ、高等学校その次の年次以降においては、中学校までの内容に加え、天候や気温の変化などを予見して危険を回避し、けがや疾病を未然に防ぐことができるようにします。

健康・安全に関する事項については、意欲をもつことにとどまらず、実践することが重要です。

### 3 知識、思考・判断について

「ダンス系」領域の学習は、児童生徒一人一人やグループの願いを創造的に実現していく課題解決的な学習に特徴があります。したがって、ある特定の技や技能を身に付けることをねらいとした学習ではなく、それぞれの個性や違いを生かした動きを生み出していく過程を大切にされた複線的な学習が基本となります。つまり、合理的なフォームと比較して、どうすればそのフォームに近づくのかを課題にするのではなく、どうすれば「みんなのよさが生き、一層みんながよくなる」のかを課題とし、その解決に向けて創意工夫することが大切です。

表5 学習指導要領（解説含む）で示された知識、思考・判断に関する主な表記

学 校 種	小学校			中学校・高等学校		
	1・2年	3・4年	5・6年	1・2年	中学3年・高校入学年次	高校その次の年次以降
領 域	表現リズム遊び	表現運動		ダンス		
知 識 (※小学校は解説で示した思考・判断に含まれる内容)	(基本的な動き方)  (題材やリズムの特徴)	(題材やリズムの特徴)  (動きのポイント)  (よい動き)	(課題の解決の仕方)  (自分やグループの持ち味)	ダンスの特性	ダンスの名称や用語	ダンスの名称や用語
				表現の仕方	踊りの特徴と表現の仕方	文化的背景と表現の仕方
				関連して高まる体力	体力の高め方	体力の高め方
				踊りの由来		
					交流の仕方	
						課題解決の方法
思考・判断	簡単な踊り方を工夫	自己の能力に適した課題を見つけ、練習や発表の仕方を工夫	自分やグループの課題解決に向けて練習や発表の仕方を工夫	課題に応じた運動の取り組み方を工夫	自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫	自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫
					運動観察の方法	鑑賞の仕方

中学校・高等学校において「知識、思考・判断」としているのに対し、小学校では「思考・判断」としています。これは、小学校においては、一般化された科学的な知識や理論ではなく、児童が動きの実践の中での学習の仕方やつ・知恵なども含めて「知識」を身に付けていくことを重視したことによります。しかし、児童が「思考・判断」という学びを深めるには、その前提として教えておかなければならない「知識」が存在するという考え方から、学習指導要領解説においては基本的に「○○の行い方・課題解決の仕方等を知り（知識）、△△を選んだり、見付けたりすることができる（思考・判断）。」と示しています。

具体的な「知識」の内容について、小学校低学年では「基本的な動き方」「題材やリズムの特徴」、中学年では「題材やリズムの特徴」「動きのポイント」「よい動き」、高学年では「課題の解決の仕方」「自分やグループの持ち味」が理解できるようにしていきます。

中学校では、第1・2学年において「ダンスの特性」や「踊りの由来」などを、第3学年において「ダンスの名称や用語」「踊りの特徴と表現の仕方」などが理解できるようにします。

高等学校では、「文化的背景と表現の仕方」「課題解決の方法」などを理解することが加わります。これは、「体育理論」の内容を精選したことに伴い、各領域に関連させて指導する方が効果的な知識を各領域で取り上げることとしたためです。このため、指導に際しては、直感や経験に基づく知恵などの暗黙知をも含めた知識の理解をもとに運動の技能を身に付けたり、技能を身に付けることで一層その理解を深めたりするなど、知

識と技能を関連させて学習することが大切です。

「思考・判断」については、小学校低学年での「簡単な踊り方を工夫」するとは、楽しく踊るための動きを選んだり、友達のよい動きを見付けたりすることであり、題材やリズムの特徴にふさわしい動きを選んだり見付けたりすることです。中学年での「自己の能力に適した課題を見付け、練習や発表の仕方を工夫」するとは、自分の能力にあった題材やリズムを選ぶこと、楽しく踊るための自分にあった課題を見付けること、友達のよい動きを自分の踊りに取り入れることです。高学年での「自分やグループの課題解決に向けて、練習や発表の仕方を工夫」するとは、自分やグループの課題に応じた動きを選んだり、構成を変えたりすること、練習や発表会、交流会で自分やグループの持ち味を生かす動きや活動を工夫することです。中学校では、第1学年及び第2学年における「思考・判断」に関する指導内容は、「課題に応じた運動の取り組み方を工夫」すること、第3学年では「自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫」することです。そして、高等学校では、中学校での内容を発展させ、「グループや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫」することができるように指導します。具体的には、「思考・判断」とは、各領域における学習課題に応じて、これまでに学習した内容を学習場面に適用したり、応用したりすることですが、中学校1・2学年における「課題に応じた運動の取り組み方」とは、基礎的な知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方を工夫できるようにすることです。また、第3学年における「自己の課題に応じた運動の取り組み方」とは、領域及び運動の選択の幅が広がることから、これまで学習した知識や技能を活用し、自己の課題に応じて解決することが求められます。

さらに、高等学校においては、多くの運動の中から自分に適した領域を選択し、卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続するために、自らの課題に加えて仲間やチームの課題にも視野を広げるとともに、運動を継続するために必要となる課題の解決がより重要になります。このため、ダンスでは、表現の仕方や交流の仕方などに関する思考・判断、体力や健康・安全に関する思考・判断、運動実践につながる態度に関する思考・判断、生涯スポーツの設計に関する思考・判断の中から、解説に示された次の例示を参考にして授業を組み立てることが大切です。

表6 学習指導要領解説で各段階に示された知識、思考・判断の例示

学年	中学校1・2学年	中学校3学年・高校入学年次	その次の年次以降
例示	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の興味や関心に合ったテーマや踊りを設定すること。</li> <li>○課題に応じた練習方法を選ぶこと。</li> <li>○発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘すること。</li> <li>○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ること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○表したいテーマにふさわしいイメージを見付けること。</li> <li>○それぞれのダンスの特徴に合った踊りの構成を見付けること。</li> <li>○発表や仲間との交流の場面では、互いの違いやよさを指摘すること。</li> <li>○健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選ぶこと。</li> <li>○ダンスを継続して楽しむための自己に適したかかわり方を見付けること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○これまでの学習を踏まえて、目標に応じたグループや自己の課題を設定すること。</li> <li>○課題解決の過程を踏まえて、取り組んできたグループや自己の課題を見直すこと。</li> <li>○仲間との交流や発表後の話合いの場面では、互いの違いやよさを指摘し、合意を形成するための調整の仕方を見付けること。</li> <li>○練習、交流や発表の場面で、健康・安全を確保・維持するために自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選ぶこと。</li> <li>○ダンスを生涯にわたって楽しむため自己に適したかかわり方を見付けること。</li> </ul>

「思考・判断」に関する指導においては、教師が児童生徒に適した課題を的確に把握し、児童生徒の状況とその課題の関係を常に見極めながら軌道修正する指導力が必要です。具体的には、児童生徒の学習経験や今もっている力に応じて、それぞれの個性や違いが生きる題材や音楽の選択、「これだけは押さえない」動きの指導、一人一人の創意工夫が生きるような多様な活動や場の工夫などが必要になります。



## 4 内容の取扱いと留意点

## &lt;「ダンス系」の領域の内容の取扱い&gt;

学 校 種	小学校			中学校・高等学校						
領 域	表現リズム遊び	表現運動		ダンス						
学 年	1・2年	3・4年	5・6年	1・2年		中学3年・高校入学年次		高校その次の年次以降		
内容及び 取扱い	ア 表現遊び	ア 表現	ア 表現	ア 創作ダンス	必修	2年間で ア～ウか ら選択	B 器械運動、 C 陸上競技、 D 水泳、 G ダンス から ①以上選択	ダンス領 域の ア～ウ から選択	B 器械運動、 C 陸上競技、 D 水泳、 E 球技、 F 武道、 G ダンスから ②以上選択	ダンス領 域の ア～ウ から選択
	イリズム 遊び	/	イフォー クダンス	イ フォークダ ンス						

## &lt;小学校&gt;

## ○ 第1・2学年 表現リズム遊び

内容の「F表現リズム遊び」の(1)のイについては、簡単なフォークダンスを含めて指導することができる。

「リズム遊び」について、軽快なリズムに乗って踊るという視点がフォークダンスと共通することから、簡単なフォークダンスを含めて指導することができるということが示されています。

## ○ 第3・4学年 表現運動

内容の「F表現運動」の(1)については、地域や学校の実態に応じてフォークダンスを加えて指導することができる。

「F表現運動」について、「フォークダンス」を地域や学校の実態に応じて加えて指導することができるということが示されています。

## ○ 第5・6学年 表現運動

内容の「F表現運動」の(1)については、地域や学校の実態に応じてリズムダンスを加えて指導することができる。

「F表現運動」について、地域や学校の実態に応じて「リズムダンス」を加えて指導することができるということが示されています。

## &lt;中学校&gt;

「Gダンス」の(1)の運動については、アからウまでの中から選択して履修できるようにすること。なお、地域や学校の実態に応じて、その他のダンスについても履修させることができる。

1 ダンス領域は、従前、第1学年においては、武道またはダンスから男女とも1領域を選択して履修できるようにすることとしていたことを改め、第1学年及び第2学年においては、全ての生徒に履修させることになりました。また、第3学年では、器械運動、水泳、陸上競技及びダンスのまとまりの中から1以上を選択して履修できるようにすることとされています。

2 ダンスの指導内容は、「創作ダンス」「フォークダンス」「現代的なリズムのダンス」の中から選択して履修できるようにすることとしているので、生徒の発達や学年の段階等に応じた学習指導が必要です。

なお、地域や学校の実態に応じて、その他のダンスについても履修させることができることとしています。原則としてその他のダンスは、学習指導要領に示された指導内容に加えて履修させることとし、地域や学校の特別な事情がある場合には、替えて履修させることもできます。

<高等学校>

「Gダンス」の(1)の運動については、アからウまでのの中から選択して履修できるようにすること。  
なお、地域や学校の実態に応じて、社交ダンスなどのその他のダンスについても履修させることができること。

- 1 ダンスの領域の取扱いは、入学年次においては、「B器械運動」「C陸上競技」「D水泳」及び「Gダンス」のまとまりの中から1以上を選択し履修することができるように示されています。また、その次の年次以降においては、「B器械運動」から「Gダンス」までのの中から2領域以上を選択して履修できるように示されています。

このことは、生涯にわたる豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育むため、12年間を見通して体系化を図る中で、入学年次は、中学校第3学年と同様の選択の仕方に改善を図るとともに、その次の年次以降は、領域選択の一層の弾力化を図ることとしたものです。

したがって、自ら運動に親しむ能力を高め、卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにするため、希望する生徒に対して、ダンスの学習機会が確保されるよう年間指導計画を工夫することが大切です。

- 2 ダンスの指導内容は、「創作ダンス」「フォークダンス」「現代的なリズムのダンス」の中から選択して履修できるように示されています。

その際、履修できる運動種目等の数については、特に制限を設けていませんが、その領域に配当する授業時数との関連から指導内容の習熟を図ることのできる範囲にとどめるとともに、生徒の技能・体力の程度に応じて指導の充実及び健康・安全の確保に配慮することが大切です。

- 3 地域や学校の実態に応じて、社交ダンスなどのその他のダンスについても履修させることができるとしていますが、原則として、社交ダンスなどのその他のダンスは、学習指導要領に示された指導内容に加えて履修させることとし、地域や学校の特別の事情がある場合には、替えて履修させることもできます。

### 1 指導計画等の作成

#### (1) 年間指導計画作成のポイント

小学校、中学校、高等学校において、児童・生徒が「ダンス系」領域の「三つのダンス」に出会い、その特性に触れていくことができるように、発達の段階に応じた年間指導計画を吟味することが大切です。子どもの発達を踏まえた学びの連続へ向け実践を積み重ねていくためには、単に内容を羅列した指導計画ではなく、どのような力をつけるための計画であるのかを見失わないよう、その運動で学ぶ内容となる「ねらい」を明確にした指導計画を工夫していくことが重要です。

#### 【ポイント1】 小学校では低・中・高学年の各2年間を見通した指導計画を立てる

##### ① 低学年における2年間を見通した計画

低学年の2年間は幼児期から児童期への接続期でもあり、児童の興味関心はまだ未分化なものです。また、低学年の児童は心も体も大変しなやかで、リズムに乗って弾んで踊る律動を好むとともに、何かを表現するというより、変身すること自体を楽しみ、その変身の対象の魅力にひかれて活動する特性をもっています。そのため、表現リズム遊びにおいては、「表現遊び」と「リズム遊び」を分けて学ぶより、1時間の中に二つの内容を組み合わせる形で学習することが望ましいと言えます。また、一つの内容をじっくりやるよりも、いろいろな内容に次々と取り組む方が低学年のよさが生かされるので、第1、2学年のそれぞれの学年で、短い単元で時期を変えて2単元取り上げる方法が考えられます。

リズム遊びと表現遊びを組み合わせる場合、1時間の中に内容を詰め込みすぎると、時間的に無理が生じるため、「表現遊び」と「リズム遊び」のどちらに重点を置くのかを決めた方がよいと思われます。そこで、重点の置き方の違いによる計画例を以下に二つ示しました。

A校の例は、第1学年ではリズム遊びに、第2学年では表現遊びに重点を置いた計画例です。この計画例では、第1学年では、リズム遊びで複数の曲や複数の簡単なフォークダンスを取り上げて時間をかけ、表現遊びでは題材のいろいろな様子を全身で踊って楽しむことを大切にします。そして第2学年では、第1学年の学習を生かして表現遊びに重点を置き、複数の曲でリズム遊びを行った後に、表現遊びで題材のいろいろな様子を踊ることに加えて、どこかに急変する場面を入れた変化のある動きで楽しめるようにしていきます。

B校の例は、各学年で単元ごとに重点の置き方が異なる計画例です。第1、2学年の各学年で、最初の単元は「はじめの段階」として簡単なフォークダンスを含んだリズム遊びに重点を置き、後の単元は「やや進んだ段階」として表現遊びに重点を置いた計画例です。

表現遊びで取り上げる題材は、第1学年では、「動物」や「昆虫」などの児童にとって身近で動きの特徴をつかみやすい題材で、児童が変身対象になりきって表現遊びを楽しめるようにしていきます。第2学年では、第1学年よりも動きが活発になり想像力も膨らんでくるため、「遊園地」や「ジャングルの生き物」など、スピーディーな動きやストーリー性のある題材を取り上げて、第1学年での内容からやや発展した内容で楽しむことができるようにします。また、リズム遊びでは、弾んで踊れるようなややテンポの速いロックやサンバなどの軽快なリズムで身近で関心の高い曲を取り上げるようにします。

**A校の例：**

第1学年でリズム遊び、第2学年で表現遊びに重点を置いた計画例

第1学年	
5～6時間 〈リズム遊び〉 (簡単なフォークダンスを含む) 〈表現遊び①〉	5～6時間 〈リズム遊び〉 (簡単なフォークダンスを含む) 〈表現遊び①〉
第2学年	
5～6時間 〈リズム遊び〉 〈表現遊び②〉	5～6時間 〈リズム遊び〉 〈表現遊び②〉

**B校の例：**

各学年で單元ごとに重点の置き方が異なる計画例

第1学年	
5～6時間 〈リズム遊び〉 (簡単なフォークダンスを含む) 〈表現遊び①〉	5～6時間 〈リズム遊び〉 〈表現遊び②〉
第2学年	
5～6時間 〈リズム遊び〉 (簡単なフォークダンスを含む) 〈表現遊び①〉	5～6時間 〈リズム遊び〉 〈表現遊び②〉

内容〈表現遊び①〉 題材の特徴をとらえ、全身で踊る。

〈表現遊び②〉 題材の特徴をとらえ、いろいろな様子を踊る。どこかに急変する場面を入れて踊る。

〈リズム遊び〉 身近な曲やロックやサンバのリズムに乗って踊る (簡単なフォークダンスを含める)。

**② 中学年における2年間を見通した計画**

中学年の児童は、生活経験の広がりによって多様な身体感覚が身に付き、探求心旺盛にエネルギーに動きたい時期です。低学年での活動自体を楽しむ時期から、イメージやリズムをさらに広げ、多様な動きや変化のある動きを見付け、工夫を加えて楽しむことができるようになってきます。中学年では、こうした児童の興味・関心や欲求が生かされるように、多様なとらえ方のできる内容を取り上げていくことが重要です。また、その一方で、客観的な思考も芽生え、低学年のように容易に変身しにくくなる「心の曲がり角」として、その後の表現運動・ダンスへの関わりに重大な影響をもつ時期だともいわれています。

中学年からは領域名が「表現運動」となり、「表現」と「リズムダンス」の内容が示され、それぞれの特性に触れることが重視されると共に、「内容の取扱い」ではフォークダンスを加えて指導することもできるとされています。中学年では、高学年以降に重大な影響を持つ時期であることを踏まえて、以下に二つの計画例を示します。

C校の例は、第3、4学年のそれぞれの学年で「リズムダンス」と「表現」に取り組む計画例です。この計画例の場合、第3学年を「はじめの段階」、第4学年を「やや進んだ段階」として位置付け、第4学年では、児童自身が動きを広げたり、工夫したりできる活動時間を多めにとることによって、2年間でより確かな力を身に付けていくことができるようにしていきます。

D校の例は、「内容の取扱い」に示されているフォークダンスを加えて三つの内容を2学年で取り組む計画例です。この計画例は、第3学年では「リズムダンス」に重点を置き、「フォークダンス」を加えて学習できるようにしています。第4学年では、「表現」の単元を二つ位置付け、最初の単元では「はじめの段階」として具体的な生活からの題材を取り上げ、後の単元では「やや進んだ段階」として空想の世界からの題材を取り上げ、表現の特性に十分触れていくことができるようにしています。

表現で取り上げる題材は、第3学年では、「〇〇づくり」や「1日の生活」などの身近な生活の中から、イメージがとらえやすく多様な感じを含む題材を中心に取り上げ、日常生活の中のおもしろい動きを誇張して楽しむことができるようにします。第4学年になると、論理的な思考力が身に付く一方で、「〇〇探検」のような空想の世界の題材の方が、独自の捉え方を生かして楽しむことができます。また、リズムダンスでは、弾んで踊れる軽快なテンポのロックやサンバのリズムの曲や、いろいろな速さや曲調の異なる曲を取り上げ、弾みとともに多様な動きの変化を楽しめるようにしていきます。

#### C校の例：

2学年それぞれで「リズムダンス」と「表現」に取り組む計画例

第3学年	
4～6時間	6～7時間
<リズムダンス>	<表現①>
第4学年	
4～6時間	6～7時間
<リズムダンス>	<表現②>

#### D校の例：

リズムダンスを第3学年だけで取り組む計画例（フォークダンスを含む）

第3学年	
7～8時間	
<リズムダンス>	
第4学年	
5～6時間	5～6時間
<表現①>	<表現②>

#### 内容

<表現①> 具体的な生活からの題材からイメージをひろげ、ひと流れの動きや「はじめとおわり」を付けた動きにして踊る。題材の特徴をとらえ、全身で踊る。

<表現②> 空想の世界からの題材からイメージをひろげ、ひと流れの動きや「はじめとおわり」を付けた動きにして踊る。

<リズムダンス> ロックやサンバのリズムの特徴をとらえて、全身で即興的に自由に踊る。

<フォークダンス> 日本の民謡や外国のフォークダンスを身に付けて踊る。

### ③高学年における2年間を見通した計画

高学年における2年間は、「様々な表現運動を体験して、表現運動の特性（楽しさや魅力）に触れる段階」です。高学年の児童は、表したいイメージや踊りたい音楽などに対する好みが多様化すると共に個別化してきて、変化と起伏のある個性的な表現を志向するようになってきます。その一方で、異性に対する意識や踊ることに対する恥ずかしさや抵抗感も大きくなり、自由に踊りにくい状況も出てきます。そのため、一人一人のよさを生かしやすい、より大きなまとまりをもった内容の取り上げ方を工夫するとともに、踊りに没入できるような導入の工夫が大切となってきます。

高学年の表現運動では、「表現」と「フォークダンス」の内容が示され、それぞれの内容の特性に触れることが重視されるとともに、「内容の取扱い」ではリズムダンスを加えて指導することもできるようになっています。高学年では、中学年までの学習の積み重ねを生かし、それぞれの内容を楽しむためのより確かな力を身に付ける学習を実現していけるよう、以下に二つの計画例を示します。

E校の例は、「表現」と「フォークダンス」の内容を2学年で分けてそれぞれにじっくり時間をかけて取り組む計画例です。この計画例では、第5学年で「表現」の大単元を位置付け、「表現」の特性に深く触れながら学習できるようにします。また、この表現の単元では、「内容の取扱い」に示されているリズムダンスを毎時間の表現の導入として帯状に位置付け、高学年における学習の停滞をなくし楽しく学習がスタートできる

ようにしています。そして第6学年では、「フォークダンス」の大単元を位置付けて、日本の民踊と外国のフォークダンスをじっくり学習できるようにしています。

F校の例は、第5、6学年の2学年それぞれで「表現」と「フォークダンス」に取り組む計画例です。この計画例の場合、第5学年を「はじめの段階」、第6学年を「やや進んだ段階」として位置付け、第6学年では、児童自身が群の動きやひとまとまりの動きの構成を工夫したり、踊りの特徴を生かして踊ったりする時間を多くとることによって、2年間でより確かな力を身に付けていくことができるようにしています。

**E校の例：**

「表現」と「フォークダンス」に2学年でじっくり取り組む計画例

<b>第5学年</b>	
7～9時間	
〈表現①〉 ※毎時間導入としてリズムダンスを取り入れる	
<b>第6学年</b>	
6～8時間	
〈フォークダンス〉 ※毎時間導入としてリズムダンスを取り入れる	

**F校の例：**

2学年それぞれで「表現」と「フォークダンス」に取り組む計画例

<b>第5学年</b>	
5～7時間	3～4時間
〈表現①〉	〈フォークダンス①〉
<b>第6学年</b>	
5～7時間	3～4時間
〈表現②〉	〈フォークダンス②〉

内容

- 〈表現①〉 激しい感じの題材や多様な感じの題材などからイメージをひろげ、ひと流れの動きや簡単なひとまとまりの動きにして踊る。
- 〈表現②〉 群が生きる題材や多様な題材などからイメージをひろげ、ひと流れの動きや簡単なひとまとまりの動きにして踊る。
- 〈フォークダンス①〉 外国のフォークダンスを身に付けて踊る。
- 〈フォークダンス②〉 日本の民踊を身に付けて踊る。

なお、表現リズム遊びや表現運動の「授業」と運動会などの「学校行事」で扱うダンスはねらいが異なる場合が一般的です。体育の授業では、学習指導要領に示された内容を課題解決的に学習し、表現運動系の特性に十分触れることが求められます。学びを連続させていくために、「授業」と「学校行事」との「ねらいの違い」を明確にし、授業の中で運動の特性に触れていくことができる年間指導計画を作成することが重要です。

**【ポイント2】 中学校では必修の2年間を見通した計画を立て選択して取り組む第3学年につなぐ**

中学生になると、一層心身共に成長し、異性への意識はさらに大きくなるとともに、自己表現の仕方に戸惑いながらも、自己を確立していきます。そうした時期の生徒たちが、仲間と共にダンスの魅力に触れながら自己実現していくことは、自分自身の生き方にも大きな影響を与える貴重な体験となります。しかし、小学校での表現運動の学習経験の差が大きいことも考えられ、中学校第1・2学年の必修の時期に、どのようなダンスを履修するかは、中学校第3学年からの選択に大きな影響を与えていきます。そこで、この時期は「いろいろなダンスを体験して、それぞれのダンスの特性に触れる段階」であることととらえると、ダンス領域の内容である「創作ダンス」「フォークダンス」「現代的なリズムのダンス」の三つのダンスの全てを学習するといった、2年間を見通した計画を立てることなどが考えられます。

ここでは、2学年それぞれで複数のダンスに取り組む計画例と、2学年で三つのダンスにじっくり取り組む計画例、第2学年で（領域内）選択して取り組む計画例の三つを以下に示します。

G校の例は、第1学年で「現代的なリズムのダンス」「創作ダンス」「フォークダンス」のそれぞれのダンスの核となる内容（特性と関連して一番おもしろいところを凝縮した内容）を学習し、第2学年で「現代的なリズムのダンス」と「創作ダンス」の二つを取り上げる例です。この計画例では、第1学年を「はじめの段階」、第2学年を「やや進んだ段階」として位置付けることができます。小学校での学習経験の違いが大きいことを考えると、このG校の計画例のように、第1学年で三つのダンスの特性に触れる方法も考えられます。

H校の例は、第1学年で「現代的なリズムのダンス」と「フォークダンス」を学習し、第2学年では「創作ダンス」のみを大単元で学習するという、2学年かけて三つのダンスの特性に深く触れながらじっくり学習に取り組む計画例です。この例の場合、第1学年において「現代的なリズムのダンス」の全身で弾んで踊る学習と「フォークダンス」の定型の踊りを皆で交流して踊る学習をすることにより、第2学年において初めて学習する「創作ダンス」でも抵抗なく取り組むことが期待できます。また、「創作ダンス」の単元の後半の学習では、表したいテーマ別グループで「ひとまとまりの表現」にしていくところに十分な時間をとることができます。

I校の例は、第1学年でG校の例と同様に「現代的なリズムのダンス」「創作ダンス」「フォークダンス」のそれぞれの内容を学習し、第2学年ではダンス領域の三つのダンスから好きなダンスを選んで学習を進める計画例です。この例は、第1学年で学習した三つのダンスを基に、第2学年では一つのダンスを自分で選択し、同じダンスを選択した仲間とともに学習を深めていくことができ、第3学年からの選択制の授業への移行がしやすい例といえます。

なお、どの学年で三つのダンスのうちからいくつのダンスを取り上げ、何時間配当するするかについては、生徒の実態や内容の習熟を図ることができる時間数等を考慮し、各学校で適切に決定する必要があります。

#### G校の例：2学年それぞれで複数のダンスに取り組む計画例

9～12			
中学1年	〈現代的なリズムのダンス〉	〈創作ダンス〉	〈フォークダンス〉
中学2年	〈現代的なリズムのダンス〉	〈創作ダンス〉	

#### H校の例：2学年で三つのダンスにじっくり取り組む計画例

9～12			
中学1年	〈現代的なリズムのダンス〉	〈フォークダンス〉	
中学2年	〈創作ダンス〉		

#### I校の例：第2学年で領域内選択して取り組む計画例

10～13			
中学1年	〈現代的なリズムのダンス〉	〈創作ダンス〉	〈フォークダンス〉
中学2年	〈既習のダンス〉	〈選択したグループで創作・練習・発表会・交流会〉 ①創作ダンス班 ②フォークダンス班 ③現代的なリズムのダンス班	

#### 内容

〈創作ダンス〉多様なテーマから表したいイメージをとらえ、即興的に表現したり、ひとまとまりの表現にしたりする。

〈フォークダンス〉外国や日本の踊りの踊り方の特徴をとらえて踊り、交流する。

〈現代的なリズムのダンス〉ロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえて即興的に自由に踊る。

### 【ポイント3】領域を選択する4年間では内容の選択と生徒の主体的な学習計画を吟味する

中学校第3学年から高等学校までの領域を選択する時期は、ダンス領域を選択した生徒たちが、「好きなダンスを選び、時間・場所・仲間に応じてダンスを再構成・再構築してダンスの特性を深める」ことができるように、内容の選択の仕方や、選択した後の生徒による学習計画を吟味することが重要となります。

この時期は他の運動領域との選択であるため、単元は20時間近い時間の設定が可能となります。グループごとの活動に入ってから、生徒が主体的に学習を進めることができるように、活動の進め方や、動きや踊りの工夫のポイントなどについて、指導者がグループを回って個別にアドバイスしていきます。また、毎時間、その日の活動をグループごとに振り返り、成果と課題を明らかにして全体の場で報告し合ったり、発表し合ったりするなど、互いに交流できる場の工夫をしていくことが大切です。

選択制の授業における教師のあり方は、生徒自身が主体的に学習を進めていく上でのコーディネーターとしての役割を果たしていくことが求められます。

## (2) 単元計画作成のポイント

### ①単元で取り上げる運動の特性とねらいを明確にする

単元を計画するにあたっては、何をどのように取り上げていくか、つまり単元で取り上げる三つのダンス(内容)のそれぞれの特性を生かす学習過程をどのように構想するかが重要となります。冒頭の「表現運動系及びダンス」のねらいと内容(「4・4・4」の括りによるダンスの発展)において示されているように、小学校から中学校・高等学校に至る児童生徒の発達の段階とダンスの系統性を踏まえ、児童生徒が各単元で取り上げたダンスの特性や魅力に触れ、楽しさや喜びを十分に味わうとともに、特性と関連した技能を身に付けることができるようにすることが求められます。また、児童生徒が「三つのダンスの内容」をどのように受け止め、どこにおもしろさを感じているか等を十分に把握し、それを踏まえた上で、「技能」「態度」「知識、思考・判断」の内容をバランスよく組み込むよう留意して、単元で取り上げる運動の特性とねらいを明確にすることが大切です。

### ②具体的な内容(題材やテーマ、リズムや踊り、動き等)の取り上げ方を工夫する

解説において具体的な内容(題材やテーマ、リズム、踊りとそれに対応した動き等)が多く例示されています。単元で取り上げる具体的な内容を決定する際、表現系ダンスでは「題材と動きの例示」(小学校)、「テーマと題材や動きの例示」(中学校・高校)、リズム系ダンスでは「リズムと動きの例示」、フォークダンスでは「踊りと動きの例示」等、解説で示された例示を参考にするとよいでしょう。

また、表現系ダンスでは、多様な動きをイメージしやすい題材を取り上げることにより、児童生徒の関心や意欲を高め、個の違いを生かした表現ができるよう工夫します。リズム系ダンスでは、児童生徒の発達の段階や実態に応じて単元で取り上げるリズムの特徴や音楽の速さなどを考慮した選曲を十分に検討するとともに、全身でリズムに乗って自由に弾んで踊ることの楽しさや動きの面白さを児童生徒が味わうことができるようにします。フォークダンスでは、児童生徒の発達の段階や実態に応じて単元で取り上げる踊りや曲目を検討するとともに、仲間とかかわり合って踊ることの楽しさや喜びを児童生徒が味わうことができるようにします。さらに、毎時間の発表(見せ合い)や交流、単元の最後に行う発表会・交流会を楽しく行うための工夫(発表方法や役割分担等)の仕方について明確にして指導に当たることも重要です。

### ③学習のねらいを達成するための学習の進め方(学習過程)を工夫する

「ダンス系」領域の学習は、「踊る－創る－見る」活動を毎時間取り入れ、いわゆる習得を重視した学習活動と活用を図る学習活動を相互に往還しながら学びを深め、探究の学習へとつなげていきやすい領域とと



らえることができます。このような領域の特性を踏まえ、単元の学習過程の作成にあたっては、「何を身に付けるのか」、そして「それらをどのように身に付けるのか」を両輪としつつ、運動の楽しさが十分味わえるよう学習の道すじを適切に構成することが求められます。

「表現系ダンス」の単元における学習過程は、「いろいろな題材やテーマからの即興的な表現」から「簡単な作品づくり」へと、二つの段階で構成されるところに特徴があります。単元前半の即興的な表現の段階では、その時間の中で学ばせたい重要なイメージと動きを、教師と一緒に動きながらみんなでやってみることから始め、教師が示した内容を材料やヒントに、児童生徒が自分達で動きを自由に再構成し、1時間の終わりには即興的な踊りを「ひと流れの動き」にして見せ合い、このような学習を毎時間積み重ねていくようにします。そして、単元後半の「簡単な作品づくり」では、「いろいろな題材やテーマからの即興表現」の学習経験を生かして、グループで好きな題材やテーマを選び、表したいイメージを強調するようにグループで「ひとまとまりの表現(作品)」へと発展させていきます。解説における「題材と動きの例示」、「テーマと題材や動きの例示」の内容は、このような即興表現から作品創作へとという学習の道すじに従って示されているので、それを参照しながら単元の学習過程を工夫することが大切です。

「リズム系ダンス」の単元における学習過程は、表現系ダンスと同様の創造的で自由な学習が進められ、リズムや曲調の異なるいろいろな曲のリズムに乗って「自由に弾んで踊る活動」から「リズムの特徴を生かした乗り方や対応の仕方を工夫して踊る活動」へとという二段階の構成で学習を進めていくようにします。児童生徒の発達の段階や実態に応じて、教師が児童生徒と一緒に踊りながら進める前半の活動の割合を調整するようにします。また、技能の習得のみに偏らず、他者と関わって踊ることの大切さを理解していけるような活動形態を工夫するようにします。毎時間の授業のまとめとして、工夫した踊りを見せ合い交流する活動を行うとともに、単元のまとめとしても皆で踊る交流会を行うことが重要になります。

「フォークダンス」の単元における学習過程は、日本の民踊や外国の代表的なフォークダンスの中から、児童・生徒の発達の段階や実態に応じて難易度を考慮し、また特徴の異なる踊りをいくつか選んで構成します。単元の前半では、曲目毎に、特徴的なステップや動きと組み方を覚え、みんなで楽しく交流しながら繰り返して踊る活動を積み重ね、単元の後半では、それぞれの踊りの由来を改めて確認し理解を深めたり、踊りに伴う掛け声等をつけたりして踊りの雰囲気高め、学習した踊りをみんなで踊る交流会をします。また、踊りを通して、日本のいろいろな地域や世界の文化に触れることができるよう工夫することが大切です。

#### ④適切な時間を配当する

領域ごとの配当時間数は決まっていますが、学習指導要領や解説を参考に、それぞれの踊りの楽しさや魅力(特性)に十分に触れ、深めていくためにはどれくらいの時間を配当するとよいかを検討し、適切な配当時間を各学校で設定することが求められます。

小学校低学年、中学年、高学年、中学校第1・2学年においては、2学年ごとのまとまりで指導内容が示されているため、2学年ともに「ダンス系」領域の内容を位置づける場合は、「態度」「知識、思考・判断」(小学校は「思考・判断」)は2年間で全ての内容が学習できるようにし、「技能」についても例示の取り上げ方を学年の目標に応じて選択する等、弾力的な扱いを工夫することが大切です。また、中学校第3学年からの接続を踏まえ、高等学校においては、内容の習熟を図ることができるよう考慮し適切な時間を配当することが大切です。

このように、複数学年を見通した弾力的な年間指導計画に基づいて単元計画を作成することは、一人一人の児童生徒がじっくりと学習に取り組むことや、学習内容の確実な定着を図ることを可能とし、生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践していく力を培うことを促すものとなります。

### (3) 単元計画のモデルと作成上の留意点

#### ①表現系ダンス

##### ア) 表現リズム遊び (小学校低学年)

小学校低学年の「表現リズム遊び」は、「表現遊び」と「リズム遊び」の両方の遊びを豊かに体験する中で、中学年からの表現運動につながる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えるようにします。そのため、1時間の学習の中に「表現遊び」と「リズム遊び」の二つの内容を組み合わせたり関連をもたせたりするなど、いろいろなものになりきりやすく、律動的な活動を好む低学年の児童の特性を生かした即興的な活動を中心とした学習指導の進め方を工夫することが大切です。

また、「態度」に関わる内容としては、誰とでも仲良く踊ったり、場の安全に気をつけたりする等の自他を尊重する態度を育むことに留意する必要があります。「思考・判断」に関わる内容に関しては、楽しく踊るための動きを選んだり、友達のよい動きを見付けたりできるようになることを目指します。そのためには、教師が児童のアイデアを大いに活用し、児童の実態に応じて、思考力や判断力を育むことができるよう指導方法を工夫することが大切です。

表1・表2は、「表現リズム遊び」の単元計画モデルです(低学年における2年間を見通した年間指導計画をもとに具体化したもの)。留意点としては、単元を通して毎時間「リズム遊び」と「表現遊び」を行い、単元の最後には、気に入った動きを出し合うことで、みんなで一緒に続けて踊る活動を行って締めくくるといふ流れをつくることが挙げられます。

表1 「表現リズム遊び」はじめの段階の単元計画モデル

#### 「どうぶつランドでへんしん！」

軽快なリズムに乗って踊ったり、動物のいろいろな様子や特徴をとらえた動きで即興的に踊ったりする。		どうぶつランドメドレー
1～5		6
リズム遊び	軽快なリズムの曲に乗って自由に踊る。 (ジェンカやタタロチカのような軽快なフォークダンスを含む)	
○教師のリードで、友達と動きを真似し合って、友達と動きを続けて、友達と気に入った動きをつないでなど、いろいろな活動の仕方です。		
表現遊び	小テーマの特徴的な動きをみんなでいくつかやってみたり、友達と好きな動物を選び、簡単なお話で続けて踊ったりする。	
動物	昆虫	海の生き物
○特徴の異なる動物を取り上げ、教師のリードで即興的に踊る。 ○取り上げた動物の中から好きな動物を選び、簡単なお話で続けて踊る。		
		これまで踊った中で面白かった動物の様子や動きをみんなで一緒に踊る。

表2 「表現リズム遊び」やや進んだ段階の単元計画モデル

#### 「ゆうえんちへいこう」

軽快なリズムに乗って踊ったり、遊園地にある乗り物などの特徴をとらえた動きで即興的に踊ったりする		ゆうえんちメドレー
1～5		6
リズム遊び	軽快なリズムの曲に乗って弾んで自由に踊る (ジェンカやタタロチカのような軽快なフォークダンスを含む)	
○教師のリードで、友達と動きを真似し合って、友達と動きを続けて、友達と気に入った動きをつないでなど、いろいろな活動の仕方です。		
表現遊び	小テーマの特徴的な動きをみんなでいくつかやってみたり、友達と好きな乗り物などを選び、簡単なお話で続けて踊ったりする。	
乗り物	びっくりハウス	パレードが通る
○教師のリードで、急変するような場面を入れながら即興的に踊る。 ○取り上げた乗り物等の中から好きな乗り物等を選び、急変するような場面を入れながら続けて踊る。		
		これまで踊った中で面白かった様子や動きをメドレーで踊る。

## イ) 表現 (小学校中学年・高学年)

小学校中学年・高学年の「表現」では、身近な生活などから題材を選んで、表したいイメージや思いを表現できるようにすることがねらいとなります。こうしたねらいに迫るため、児童がその時点で身に付けている技能を把握し、個の違いを生かせるような題材や音楽を選ぶとともに、多様な活動や場を工夫して、一人一人の課題の解決に向けた創意工夫ができるようにしていくことが大切です。従って、単元前半は多様な題材での即興的な表現の活動、単元後半は簡単なひとまとまりの動きにして踊って楽しむ活動という、二つの学習の段階による単元構成が考えられます。

中学年の「表現」の単元計画モデル（はじめの段階：表3、やや進んだ段階：表4）では、単元前半は毎時間異なる料理の小テーマからの即興的な表現を繰り返した後、単元後半の「表したい場面や様子をひとまとまりの動きにする活動」につなげるようにします。単元後半の学習は中学年で初めて行うことから、表したい様子に「はじめとおわり」をつけた易しい動きで発表するようにしたり、メドレー形式などにより、発表の工夫をしたりすることも考えられます。

また、単元計画モデルには時間数が示されていますが、前半の即興的な表現の時間と後半のひとまとまりの動きにして踊る時間の割合は、学習経験などの児童の実態を踏まえて柔軟に考えてください。

表3 小学校中学年の「表現」はじめの段階の単元計画モデル

## 「お料理しましょ！」

「お料理しましょ！」のいろいろな様子や場面の特徴をとらえて、ひと流れの動きで即興的に踊る。				「お料理しましょ！」から好きな場面を選び、「はじめとおわり」をつけた動きにして踊る。
おかし・パン ・めんづくり	魚や貝で つくろう	おなべで つくろう	はりきり クッキング	
1～5				6・7
<ul style="list-style-type: none"> <li>○「お料理しましょ！」の小テーマから思い浮かぶ特徴的な様子や場面をいくつかみんなでやってみる。</li> <li>○小テーマから好きなイメージを選び、ひと流れの動きにして踊る。</li> <li>○一番気に入ったひと流れの動きを見せ合う。</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>○表したい場面に「はじめとおわり」をつけた動きにして踊る。</li> <li>○見せ合って感想を伝え合う。</li> </ul> <p style="text-align: right;">○発表会をする。</p>

表4 小学校中学年の「表現」やや進んだ段階の単元計画モデル

## 「○○探検」

「○○探検」のいろいろな様子や場面の特徴をとらえて、ひと流れの動きで即興的に踊る。				「○○探検」の中から好きな探検と場面を選び、「はじめとおわり」をつけた動きにして踊る。
オリエン テーション	ジャングル 探検	宇宙探検	海底探検	
1	2～4			5・6
<ul style="list-style-type: none"> <li>○探検からイメージを出し合う。</li> <li>○学習の進め方を知る。</li> <li>○いくつか即興的に踊ってみる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○小テーマの特徴的な場面や動きをいくつかみんなでやってみる。</li> <li>○小テーマからの好きなイメージをひと流れの動きにして即興的に踊る。</li> <li>○一番気に入ったひと流れの動きを見せ合う。</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>○グループで気に入った場面を選び、「はじめとおわり」をつけた動きにして踊る。</li> <li>○見せ合って感想を伝え合う。</li> </ul> <p style="text-align: right;">○発表会をする。</p>

小学校高学年の「表現」の単元計画モデル（はじめの段階・表5、やや進んだ段階・表6）では、それまでの学習経験を生かしながら、表現の特性にさらに触れていくことをねらって単元後半の時間数を多めにとり、グループごとの「ひとまとまりの動きにして楽しむ活動」を充実させていくことがポイントです。また、単元前半の「即興的な表現を楽しむ活動」の中では、よい動きのポイントを理解しながら、自分の動きに取り入れていくことができるように学習を進め、単元後半の活動に生かしていくことが大切です。

表5 高学年の「表現」はじめの段階の単元計画モデル

**「対決！」**

「対決！」のいろいろなイメージを、ひと流れの動きで即興的に踊る。				「対決！」から好きなイメージを選び、グループでひとまとまりの動きにして踊る。
オリエンテーション	2人の戦い	追いつ追われつ	危機一髪！○○	
1	2～4			5～7
○「対決！」からイメージを出し合う。 ○学習の進め方を知る。 ○いくつか即興的に踊ってみる。	○小テーマからの特徴的な動きをいくつかみんなでやってみる。 ○小テーマからの好きなイメージをひと流れの動きにして踊る。 ○一番気に入ったひと流れの動きを見せ合う。			○表したいイメージが強調されるように、ひとまとまりの動きにして踊る。 ○見せ合って感じを確かめ合い、アドバイスし合う。  ○発表会をする。

表6 高学年の「表現」やや進んだ段階の単元計画モデル

**「大変だ！○○」（激しい感じの表現）**

「大変だ！○○」のいろいろなイメージを、ひと流れの動きで即興的に踊る。				「大変だ！○○」の中から好きなイメージを選び、グループでひとまとまりの動きにして踊る。
オリエンテーション	身近な生活編	自然・社会編	群が生きる内容編	
1	2～4			5～7
○「大変だ！○○」からイメージを出し合う。 ○学習の進め方を知る。 ○いくつか即興的に踊ってみる。	○小テーマからの特徴的な動きをいくつかみんなでやってみる。 ○小テーマからのイメージをひと流れの動きにして踊る。 ○一番気に入ったひと流れの動きを見せ合う。			○表したいイメージが強調されるように、ひとまとまりの動きにして踊る。 ○見せ合って感じを確かめ合い、アドバイスし合う。  ○発表会をする。

**ウ) 創作ダンス（中学校・高等学校）**

小学校における「表現」で学習した「身近な題材から見付けてなりきって踊ることや表したい感じを表現して踊ること」などを受けて、中学校・高等学校における「創作ダンス」では、多様なテーマの中から表したいイメージを生徒一人一人が捉えたり深めたりして踊ることや、生徒同士が協力し、ひとまとまりの表現にして発表することができるようにしていきます。

中学校第1・2学年での「創作ダンス」のはじめの段階の単元計画モデル（表7）では、多様なテーマから即興的に踊って楽しむ学習を積み重ね、生徒が表したいイメージをとらえて踊ることができるような学習指導の進め方を工夫しています。このような即興的な表現の活動では、教師自らが生徒と一緒に動きながら学ばせたい内容を示すことや、2～4人程度の少人数のグループによる活動を大切にすること等に留意します。また、小学校とは異なる新しい集団での学習となる場合が考えられることから、授業の導入でリズムに乗って心身をほぐす活動や既習の内容などを取り入れること、また、開放的な雰囲気を作ることなどに留意します。

表7 中学校第1・2学年「創作ダンス」はじめの段階の単元計画モデル

単元前半					単元後半	
多様なテーマを手がかりに、変化を付けたひと流れの動きで即興的に表現する。					表したいイメージを選んで、グループで変化と起伏のあるひとまとまりの動きにして踊る。	
オリエンテーション ダンスの特性を知る	テーマA 身近な生活や日常動作「スポーツいろいろ」	テーマB 対極の動きの連続「伸びるー縮む」	テーマE もの(小道具)を使う「新聞紙」	テーマC 多様な感じ「激しい感じ」	既習のテーマから、グループで好きなテーマを選択して動きを工夫して踊る。	発表会
1	2	3	4	5	6～8	9
○毎時間のテーマから、イメージを膨らませて、思い浮かぶ特徴的な動きを即興的に表現する。 ○2～4人組で、表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて、ひと流れの動きで表現する。 ○ペアグループ間で見せ合って、感想を伝え合う。					○変化と起伏のある「はじめーなかーおわり」のひとまとまりの動きにして表現する。 ○動きを見せ合って発表する。 ○互いの良いところを認め合う。	

中学校第3学年から高等学校入学年次における創作ダンスの単元計画は、小学校や中学校第1・2学年での学習経験が十分であるならば、進んだ段階の内容にすることが理想的です。進んだ段階の単元計画では、「即興表現」から「簡単な作品」へという2段階の学習指導のうち、特に単元後半の「簡単な作品」の創作過程が重要となり、イメージを捉えた表現からさらにイメージを深めた表現へと学習が深まっていくことが期待されます。したがって、テーマにふさわしいイメージを捉えた「ひと流れの動き」を繰り返したり誇張したりしながら、グループの仲間と協力して、変化のある「はじめーなかーおわり」の簡単な作品にまとめ、発表することができるようにすることがねらいとなります。さらに、イメージを深めた表現ができるよう、踊り込みやグループ間での中間発表等を積極的に取り入れること等に留意します。

なお、三つのダンスを選択して取り組む単元計画モデルを表8に示していますが、これは限られた時間数の中でできるだけ多様なダンスに触れることを念頭においた単元計画モデルとして考案されているため、単元前半に現代的なリズムのダンスとフォークダンスも含まれていますが、実態に応じて選択しながら計画を立てることが可能です。

表8 中学校第3学年～高等学校入学年次領域内選択単元計画モデル

※「創作ダンス」の進んだ段階の単元計画モデルとしても活用することが可能です。

	1	2～4	5～7	8～10		
単元前半	オリエンテーション	《共通の学習①》 フォークダンス 日本の民謡、 外国のフォークダンス	《共通の学習②》 現代的なリズムのダンス ロック、ヒップホップ 選んだリズム	《共通の学習③》 創作ダンス 群の動き、ものを使って はこびとストーリー		
単元後半	11	12～17		18		
	ダンスの 選択 グループ 作り 学習計画	《創作ダンスグループ》		中間発表会	合同発表 交流会 まとめ	
		【簡単な作品創作】 表したいイメージが強調されるように動きや構成を工夫する。				【作品の修正と踊り込み】 アドバイスを生かして
		《フォークダンスグループ》				【踊りの確認と踊り込み】 アドバイスを生かして
【踊りの特徴の理解と洗練化】 踊りの全体を覚える。踊りの由来等の文化的背景を調べ、特徴をとらえて踊る。		【ダンスの修正と踊り込み】 アドバイスを生かして				
	《現代的なリズムのダンスグループ》					
	【オリジナルダンスづくり】 選んだリズムや音楽の特徴をとらえ、変化のある動きをつなげたり、群の構成を工夫したりして、まとまりを付けて踊る。					

## ②リズム系ダンス

### ア) リズムダンス (小学校中学年)

小学校における「リズムダンス」のねらいは「軽快なロックやサンバなどのリズムに乗って仲間とかかわって自由に踊る」楽しさを学習することにあります。こうしたねらいに迫るため、はじめの段階の単元計画モデル(表9)のように、毎時間全身でリズムに乗って踊る活動と仲間とかかわり合いながら即興的に踊る活動を積み重ね、単元の最後にダンス交流会で締めくくるなど、児童が自由に動きを工夫して楽しむことができるような創造的な学習の場を創出することが求められます。

表9 小学校中学年「リズムダンス」はじめの段階の単元計画モデル

#### 「ロックやサンバのリズムによって」

ロックやサンバのリズムの特徴をとらえて、友達とかかわり合いながら踊る。					ダンス交流会
軽快なロック		ビートの強いロック	サンバ		
1	2	3	4	5	6
○リズムの特徴をとらえて、複数の曲をみんなで即興的に踊る。 ・2～3分の曲を数曲用意し、教師と共にリズムの特徴をとらえながらメドレーで踊る。 ・リズムの特徴をとらえ、変化をつけた動きを入れて続けて踊る。 ○全体で1曲を選び、リズムの特徴をとらえた動きで、2～4人組で即興的に踊る。					○学習してきたリズム(曲)から、クラス全員で人気の高かった曲を選び、みんなで踊る。

表10 小学校中学年「リズムダンス」やや進んだ段階の単元計画モデル

#### 「リズムで交流！」

ロックやサンバのリズムの特徴をとらえて踊る。		ロックやサンバから好きなリズム(曲)を選んで踊る。	リズムダンス交流会
ロック	サンバ		
1	2	3～5	6
○リズムの特徴をとらえて、みんなで即興的に踊る。 ○リズムの特徴をとらえて、2～4人組で即興的に踊る。		○好きなリズム(曲)を選んで、4～6人組で即興的に踊る。 ・毎時間全体で4曲選び、固定した4～6人組でその中から1曲選び、選んだ曲で即興的に踊る。 ○他の4～6人組とお気に入りの動きを交換し合ったり教え合ったりする。	○人気の高かった曲を選んで、リズムダンス交流会をする。

### イ) 現代的なリズムのダンス (中学校・高等学校)

中学校・高等学校における「現代的なリズムのダンス」の特性は「ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの曲に乗り、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせるリズムに乗って体幹部を中心に全身で自由に弾んで踊ること」です。こうした特性に生徒一人一人が触れることができるように、小学校におけるリズムダンスのロックやサンバのリズムに乗って弾んで踊る学習経験を基に、ヒップホップのリズムを加えた「現代的なリズムのダンス」のはじめの段階の単元計画モデル(表11)を示しています。この単元では、リズムに乗って弾む動きを中心に、全身で自由に踊る段階を多めに設定し、単元の最後に仲間とかかわりながら、リズムの乗り方や動き方を工夫して踊る「交流会」で締めくくるという流れを大切にしています。ここでの留意点は、生徒の実態に応じて、リズムの特徴をとらえやすく踊りやすいテンポや曲調の音楽を選択するようにすることです。また、ロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえ、体の各部位の動きのずれや連動、ダイナミックなアクセント等、変化を付けて連続して踊る等の発展が考えられます。

このように、リズムの乗り方や特徴をつかむ単元前半と、仲間同士で工夫を加える、後半の2段階の学習指導の進め方にし、単元後半の活動の中で、仲間同士が対応しながら踊る交流の活動を多く取り入れる等、かかわって踊ることの楽しさや喜びにさらに触れ、学習を深めていくことができるよう工夫することが大切です。

表11 中学校第1・2学年「現代的なリズムのダンス」はじめの段階の単元計画モデル

単元前半					単元後半			
ロックやヒップホップなどのリズムに乗って、自由に弾んで楽しく踊る。					変化のある動きを組み合わせるリズムに乗って続けて踊る。			
オリエンテーション	軽快なロック	ビートの強いロック	簡単なヒップホップ	アクセントのきいたヒップホップ	グループでオリジナルダンスづくり			交流会
1	2	3	4	5	6	7	8	9
○現代的なリズムのダンスの特性と学習の進め方を知る。	○ロックのリズム ・特徴をとらえて踊る ・全身で大きく弾んで踊る。		○ヒップホップのリズム ・特徴をとらえて踊る。 ・全身を使って縦ノリのリズムで踊る。 ○ダンスの掛け合い(ダンスバトル)		○ロックやヒップホップのリズムの特徴をとらえ、動きを続けて自由に踊る。 ○オリジナルダンスの作成 ・リズム別のグループで、自由な動きをもとにして、変化のある動きを組み合わせるオリジナルダンスをつくる。			○仲間同士互いの違いや良さを認め合う。

なお、「現代的なリズムのダンス」の進んだ段階の単元計画モデルとしては、表8を参照のこと。

### ③フォークダンス

フォークダンスは、「世界の代表的な踊りや地域に伝わる踊りを身に付けて踊ったり、踊りの特徴を味わって踊ったりして交流することが楽しい運動」であり、外国のフォークダンスと日本各地域の民踊から構成されています。

小学校におけるフォークダンスの学習では、表12の単元計画モデルのように、毎時間踊りを変えながら、「既習の踊りを踊る」→「新しい踊りを身に付けて踊る」→「踊りの特徴をとらえて踊る」という流れで活動していくことが、児童にとって学びやすいと考えられます。また、6時間の中に踊りを五つ示しているため、児童にとって1時間で身に付けることがやや難しかった踊りについては2時間にわたって学習することが可能となります。

表12 小学校高学年「フォークダンス」単元計画モデル

「簡単なフォークダンスを踊って交流しよう」 ※この計画は2年間の中で行います。

外国のフォークダンスを身に付けて、みんなで楽しく踊る。			日本の民踊を身に付けて、みんなで楽しく踊る。		交流会
マイムマイム	コロブチカ	グスタフス・スコール	日本の代表的な踊り	郷土の踊り	
1～5					6
○既習の踊りをみんなで踊る。(前時の復習を含む) ○新しい踊りを身に付けて、みんなで踊る。 ・全体を四つくらいに分けて大づかみに身に付けてから通して踊る。 ○踊りの特徴をとらえて、みんなで踊る。 ・全体で踊りの特徴を確認し、踊りの特徴を意識しながらみんなで踊る。					○学習した踊りを思い出しながら、みんなで踊って交流する。

中学校や高等学校におけるフォークダンスの学習では、「踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること」のフォークダンスの特性に迫ることができるように、日本の民踊や外国の代表的なフォークダンスの中から生徒の実態に応じて難易度を検討し、地域や特徴が異なる踊りをいくつか選んで単元を構成します。表13に中学校第1、2学年の「フォークダンス」の単元計画モデルを示しましたが、ここでは仲間と楽しく踊り交流する活動を積み重ねながら、踊りが生まれ伝承されてきた地域や風土等の背景や情景をグループで調べ理解を深める活動や、踊りや動きの中に込めたい感じの理解を深める活動を加え、単元のまとめの交流会を充実させていく等の工夫がポイントです。単元のはじめの雰囲気づくりには、小学校で学んだ既習の内容を改めて踊って楽しむ活動を取り入れることも有効でしょう。

表13 中学校第1・2学年次「フォークダンス」単元計画モデル

日本の民踊や外国のフォークダンスの特徴をとらえてみんなで踊る。					グループで選んだ踊りの特徴を強調して練習し交流して踊る。	
オリエンテーション	日本の民踊		外国のフォークダンス		グループで選曲	フォークダンスメドレー
	春駒・炭坑節	郷土の踊り	オクラホマ・ミクサー、バージニア・リール	ボードレブスカ・ポルカ		
1	2	3	4	5	6	7
○小学校での既習の踊りを踊る。 ○学習を見通す。	○踊りの全体を大づかみに覚えて踊る。 ○踊りの由来を理解し難しい踊り方を取り出して踊る。 ○みんな楽しく踊って交流する。				○曲目を選択して踊る。 ○選んだ踊りの特徴がより生きるように工夫し、グループ間で見せ合ったり、教え合ったりして踊る。	交流会

#### ④三つのダンスを選択して取り組む単元計画モデル

中学校第3学年から高等学校にかけては、ダンス領域を選択した生徒が、創作ダンス、フォークダンス、現代的なリズムのダンスの中から好きなダンスを選び、時・場所・仲間に応じてダンスを再構成・創造してダンスの特性を深めていく単元計画を考えていくことを目指します。なぜなら、生徒自らが好みに応じてダンスを選択し実践することは、生涯スポーツとして将来ダンスを実践する可能性を生徒に伝えるという意味で大変重要であるからです。特に高等学校においては、他の運動領域との選択で実施することから、ある程度まとまりのある単元時数を確保し、生徒自らが時間をかけて主体的に学習していくことも可能です。ただし、生徒の主体性を尊重するとともに、学習のねらいや種目の選択方法、選択後の学習計画の立て方などについて、指導者が生徒に学習の道すじを示すことは必要です。

例えばグループ毎の活動に入ってから、生徒が主体的に学習を進めることができるように、学習の進め方や、動きや踊り方の工夫の仕方等について、教師がグループを回って指導、助言を行います。毎時間、その日の活動をグループ毎にふり返るとともに、中間発表の際にそれまでの成果と課題を明らかにし、授業の後半に向かって生徒同士が互いに交流しながら主体的な学習をさらに深めていくことができるよう指導に当たることが求められます。

このように、選択して取り組む授業においても教師は、生徒の主体的な学習を支援する役割を担うことが重要となります。

なお、表14は中学校第3学年、表15は高等学校その次の年次以降における領域内選択の単元計画モデルとなっており、それぞれの校種での集大成としてとらえることができます。



表 14 中学校第3学年「三つのダンスを選択して取り組む」単元計画モデル

単元前半	1	2・3	4・5	6・7		
	オリエンテーション	<b>《共通の学習①》</b> フォークダンス 日本の民踊、 外国のフォークダンス	<b>《共通の学習②》</b> 現代的なリズムのダンス ロック、ヒップホップ	<b>《共通の学習③》</b> 創作ダンス 多様な感じ、「見る」×群		
単元後半	8	9～11		12・13		
	ダンスの 選択  グループ 作り	<b>〈創作ダンスグループ〉</b> <b>【作品創作】</b> 共通の学習で踊ったテーマから表したイメージを選び、自分達でまとまりのある作品を創って踊る。			グループ毎に発表や交流の仕方を工夫し練習する	合同発表・交流会
		<b>〈フォークダンスグループ〉</b> <b>【練習】</b> 共通の学習で踊った踊りの中から、気に入った踊りを選び、踊りの特徴が生きるように練習し、皆で交流して踊る。				
		<b>〈現代的なリズムのダンスグループ〉</b> <b>【オリジナルダンスづくり】</b> 共通の学習で踊ったリズムを選び、変化とまとまりを付けてオリジナルダンスを創って踊る。				

表 15 高等学校その次の年次以降「三つのダンスを選択して取り組む」単元計画モデル

1	2～5
オリエンテーション	三つのダンスの復習（各1時間）とグループ分け創作ダンス、フォークダンス、現代的なリズムのダンスについて、1時間ずつ教師主導で活動を行い、それぞれのダンスの特性と活動の進め方を復習してから、三つのダンスから一つを選択し、グループ分けを行う。

グループごとに計画的に練習 6～13		踊り込みと準備、本番 14～19	
○やってみたい内容を試してみよう！  グループごとに、踊りたいテーマ／踊り／音楽の候補を2～3曲選び、試してみる。  リーダー会議	中間発表・交流会①  ○決定した内容の練習に計画的に取り組もう！  グループごとに、決定したテーマ／踊り／音楽について、作品やオリジナルダンスづくり、練習に取り組む。  リーダー会議	中間発表・交流会②  ○踊り込みと準備をしよう！ ・グループごとに、踊り込み、衣装や小道具、音楽等の準備、最終確認を行って、完成度を高める。 ・合同発表・交流会の係打ち合わせ、準備を行う。 ・通し練習やリハーサルを行う。  リーダー会議	合同発表・交流会

まとめ「自分に適したダンスとのかかわり方を考えよう！」 20  合同発表・交流会とそれまでの活動を振り返ると共に、生徒一人一人が自分に適したダンスとのかかわり方を見出せるようにする。
---

第3節

## 2 学習評価の考え方と実施上の留意点

### (1) 目標に準拠した学習評価の考え方

学習評価は、学習指導要領の示す目標に照らして児童生徒の実現状況を見るのが求められるものです。さらに、学習評価は、児童生徒の学習状況を検証し、結果の面から教育水準の維持向上を保障する機能を有するものと言えます。

各学校における学習評価は、指導と評価の一体化を目指し、学習指導に係るPDCAサイクルの中で適切に実施されることが重要です(図3)。目標に準拠した評価のメリットは、児童生徒に対する評価だけでなく、教師の授業改善にもつながるものです。そこで、目標に準拠した評価を行うに当たっては、これまで以上に学習指導要領を理解した授業づくりをすることが大切です。

体育科・保健体育科における評価について考える上では、次の4点についておさえ、学習評価の妥当性、信頼性について確認することが大切です。

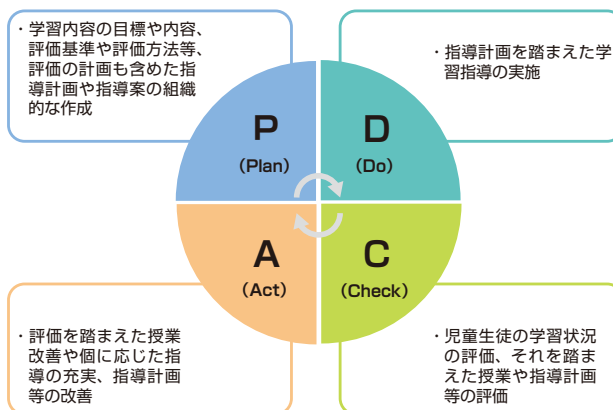


図3 学習指導に係るPDCAサイクル考・判断の例示

#### ①指導内容が学習指導要領に基づいているか

学習評価は、学習指導要領に基づいて行われた指導内容に対して行うものです。ですから、指導内容が学習指導要領とずれてしまうと、評価として妥当性、信頼性が失われることになります。

#### ②指導したことが評価されているか

「技能」のみを指導するだけでなく、「態度」や「思考・判断」についても指導し評価することが大切です。

#### ③評価方法は適切なものであるか

児童生徒の実現状況を多面的に把握するために、適切に評価できるよう評価方法を工夫します。

#### ④効果的・効率的な評価であるか

学習評価だけを単独で考えるのではなく、指導を充実させ児童生徒が力を付けていくために評価が必要なものと捉えることが大切です。そこで、評価に当たっては、指導内容を明確にした上で、指導を工夫し、評価するようにしていきます。また、評価をした際、指導内容が十分に身に付いていない児童生徒が多いようであれば、指導を改善し、児童生徒が確実に学習内容を身に付けることができるようにすることが必要です。このようにすることで、指導と評価が分離せず、効果的・効率的な評価となります。

### (2) 「ダンス系」領域の学習評価の留意点

学習評価は、指導した結果を児童生徒の姿から見取っていくものであり、何を評価するのかが、何を指導したかということと一体です。「ダンス系」領域においても、他の運動領域と同じように、指導内容の明確化、系統化が図られましたが、「表現系ダンス」や「リズム系ダンス」においては、ゴールがいくつもあるため、何をどのように評価すればいいのかが分かりにくいと感じる教師も多いでしょう。この点を踏まえて、ここでは、「ダンス系」領域の学習評価の留意点について「児童生徒の動きの何を見て評価するのか」「評価計画の工夫」「評価方法の工夫例」の三つの側面から示します。

## ①児童生徒の動きの何を見て評価するのか

## ア) 表現系ダンス

「表現系ダンス」では、題材やテーマから思い浮かんだ表したいイメージによって、児童生徒の動きは多様になります。そのため、どの動きをもって「よい動き」と評価すればいいのかが分かりにくい面があります。そこで、評価に当たっては、発達の段階を踏まえつつ、以下の視点を参考に動きを見取るようにすることが考えられます。

## ◆動きの誇張（デフォルメ）

…動きの特徴を明確にとらえ、その特徴を強調した動きであるか。

## ◆連続した動き

…気持ちと動きが途切れることなく、表す対象になりきって「ひと流れの動き」や「ひとまとまりの動き」にして動いているか。

## ◆変化とメリハリ

…同じ調子の動きが続くのではなく、何か事件が起きたり、場面が急展開したり、急変した動きが入ったりして、緩急のついた動きで見る者をハッとさせる瞬間があるか。

## イ) リズム系ダンス

「リズム系ダンス」では、授業で取り上げたリズムによってリズムへの乗り方が異なり、その乗りをベースに生まれてくる動きは、児童生徒によって異なります。しかし、指導内容がリズムでくくられているため「表現系ダンス」に比べると評価の観点はしほりやすいでしょう。評価に当たっては、発達の段階を踏まえつつ、以下の視点を参考に動きを見取るようにすることが考えられます。

## ◆リズムの特徴をとらえているか

…ロックでは「弾みや後打ち」、サンバでは「前後スイングや後打ち」、ヒップホップでは「ダウンやアップの縦ノリ」などのリズムの特徴をとらえた動きとなっているか。

## ◆連続した動き

…気持ちと動きが途切れることなく、曲のリズムと一体となって続けて踊っているか。

## ◆変化と対応の仕方

…動きにアクセントをつけたり、素早い動きやストップなどでリズムに変化を付けたり、友達や相手と調子を合わせたり、対応したりして踊っているか。

## ウ) フォークダンス

「フォークダンス」では、伝承された日本の民踊や外国のフォークダンスによって、踊りの特徴や難易度が異なるものの、指導内容は定形の踊りでくくられているため、「表現系ダンス」「リズム系ダンス」の内容よりもさらに評価の観点はしほりやすいでしょう。評価に当たっては、発達の段階を踏まえつつ、以下の視点を参考に動きを見取るようにすることが考えられます。

## ◆踊りの特徴をとらえているか

…踊りの由来などを調べて特徴をとらえ、感じを込めて踊っているか。

## ◆踊りを正確に身に付けているか

…踊りの特徴をとらえ、ステップや動き、組み方を身に付けて、正確に1曲を通して踊っているか。

## ◆踊りで交流できているか

…共に踊る仲間と対応しながら、スムーズに楽しく踊っているか。

②評価計画の工夫

指導をし、評価する（指導と評価の一体化）ことから、指導内容と評価の観点を明確にする必要があります。そこで、次の2点を踏まえて評価計画を作成するとよいでしょう。

ア 指導内容と評価の観点を含めた単元計画の作成

単元計画を作成する段階で、いつ、何を指導し評価するかということを示した指導と評価の計画を作成します。その際、「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」（高等学校は「関心・意欲・態度」「思考・判断」「運動の技能」「知識・理解」）の四つの観点について、どの時間にどの観点を評価するかなど、単元計画の中に位置付けるようにします。実際の授業では毎時間全ての観点を評価するのは難しいため、単元全体を通してバランスよく指導を行い、評価するという計画を作成することが大切です（図4）。なお、実際の評価に当たっては、単元の目標にどれだけ迫ることができたかについて、具体的な指導をしていないと評価ができません。そこで、指導と評価の計画を作成する際には、具体的な指導内容を示すようにするとよいでしょう。

また、小学校、中学校、高等学校では「ダンス系」領域の単元に当てる時間配当は異なり、小学校よりも、中学校、高等学校の方が配当時間が長いことが考えられます。したがって、小学校では指導したら短時間のうちに評価をすることになることから、1時間の途中で評価し、授業の最後にもう一度評価することで効果が上がります。中学校、高等学校では、大単元としてある程度まとまった時間の指導が可能であることから、観点によっては、指導をした後そのことをすぐに評価せず少し時間を空けてから評価するようにすることが考えられます。このように、いつ、どこで、何を評価するのかをきちんと計画することが評価を効果的・効率的に行う上で大切です。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	多様なテーマからふさわしいイメージをとらえひと流れの動きで即興的に表現する					表したいイメージを深めてひとまとまりの表現にする			
	テーマBから伸びる一編む	テーマEからゴム	テーマCから急変する	テーマDからエネルギー	テーマDから対決	① グループ毎に表したいテーマ、内容を決定する ② 動きを誇張したり、繰り返したり、場の使い方を工夫したりして、簡単な作品にまとめる ③ グループ間で見せ合う			発表会
	① 心身をほぐす ② その時間の題材から思い浮かぶ特徴的な動きをみんなでいくつか即興的に表現する ③ 2~4人組で、表したいイメージを膨らませて、変化のあるひと流れの動きで表現できるようにする ④ ひと流れの動きを見せ合って、感想を伝え合う								
技能	表したいテーマや題材からの表現 ・ふさわしいイメージをとらえて踊る ・動きや空間の使い方に変化を付けて踊る ・簡単な作品にまとめて踊る								
態度	自主的に取り組む		違いやよさを認め合う			自己の責任を果たす			
	←-----健康・安全の確保-----→								
知識	ダンスの名称や用語など			交流の仕方			体力の高め方		
思考・判断	イメージを見付ける			構成を見付ける					
	体調に応じた練習方法を選ぶ			互いの違いやよさを指摘する			継続して楽しむかわり方を見付ける		

図4 中学校第1・2学年の創作ダンスの指導と評価の計画の例

イ 単元における具体的評価規準と「努力を要する状況（C）」の児童生徒への支援の計画の作成

評価の妥当性、信頼性を得るために、児童生徒の「概ね満足できる」「十分満足できる」状況について教員内で共通理解しておく必要があります。そのために、あまり評価規準を細かくしすぎないようにするとよいでしょう。また、評価規準を設定した後に、学年内や学校内、教科部会等で話し合い、実現状況を子どもの具体的な姿を確認することで、評価の信頼性が高まります。このように指導と評価の計画を含めた単元計画ができた段階で、単元における具体的評価規準の一覧を作成し、その後「努力を要する状況（C）」の児童生徒に対しどのように支援していくかの計画を作成するようにします。

③評価方法の工夫例

授業における実際の評価は、「教師の観察」が最も大きなウェイトを占めます。しかし、1時間の授業で

30～40人の児童生徒の評価全てを教師の観察だけで行うことは難しく、客観性が乏しくなりがちです。そこで、以下のような評価方法を複数考えておく必要があります。

#### ア 教師による観察

- ・その時間に評価する観点をしばって評価したり、複数回の評価機会を設定したりする。
- ・単元の最初では、特に「運動への関心・意欲・態度」の「努力を要する状況（C）」の児童生徒のチェックに重点を置き、その上でその児童生徒を中心に支援する。
- ・単元の中盤では、活動の仕方に慣れて「楽しく踊るための動きや活動の仕方の工夫」が顕著に見られるようになると思われることから、「運動についての思考・判断」について評価する。さらに、それらの工夫例を学級全体に紹介するなどして、「努力を要する状況（C）」の児童生徒の支援に役立てる。
- ・「運動の技能」については、動きや活動の工夫にともない単元の後半に顕著に見えてくると思われることから、単元の後半を中心に評価する。
- ・毎時間のまとめの活動として、グループごとにメドレー形式で踊るような発表（見せ合い）の機会を設定し、その場で踊る児童生徒を中心に評価する。

#### イ 児童生徒同士による相互評価

- ・「ダンス系」領域においては、見せ合う活動自体が運動の楽しさの一部となっていることと合わせて、互いの動きを見せ合うことで、よい動きを見取る観点を確認し合ったり、互いの動きのよさを認め合ったりする。それらを教師の評価の参考にする。
- ・毎時間見せ合ったり、単元最後に発表会として見せ合ったりしながら相互評価を行う。
- ・「ひと言メッセージ」「今日のベストダンサー」などの観点を取り入れて相互評価を行うことで教師の評価に生かす。
- ・学習カードに相互評価の項目を加えることで、自分の学習だけでなく友達のよさを確認するなど互いに高め合えるための資料として活用する。

#### ウ 学習カードによる児童生徒の自己評価

- ・学習カードを活用することで、児童生徒自身が学習を振り返って自己評価し、次の学習へのめあてをもつことができる。また、教師が児童生徒の学習の様子や思いを把握して次時への指導に役立てたり、児童生徒の学習状況を評価する際の参考資料にしたりする。

