

# 全校みんなでダンス 「夢おどる～岡崎の舞～」

## 愛知県岡崎市立常磐<sup>ときわ</sup>中学校

全校生徒数	189名(男子88名 女子101名)		
全クラス数	8	教職員数	23名(内体育教員2名)
運動部活動	9	運動部活動参加率(中学2年)	84.5%
地域の外部指導者の活用(年間延べ人数)			56人

### 取組時の課題と目的

## Plan

#### 1 取組時の課題

本校では体育大会での全校演技にダンスを取り入れている。昨年度のダンスの授業では、ほぼ教員のみで指導を行い、生徒同士のかかわりの場数が少なかったという反省があった。また、今年度は岡崎市独自のダンス曲「夢おどる」のヒップホップバージョンを行うということで、より速い動きがあり、難易度が上がるため、ついてこられず、踊りに対する抵抗感が生まれる生徒が出るのが心配されていた。

#### 2 取組の目的

- ①リズムにのって全身を使って、全校の仲間とともに一つになって踊ることの楽しさと達成感を味わうようにする。
- ②ヒップホップダンスの特徴をとらえ、変化のある素早い動きを組み合わせ、リズムにのって全身で踊れるようにする。

### 取組の内容

## D

#### 1 ダンス部（ダンスリーダー）誕生

3年生からダンスリーダーを募集したところ、約半数の20名が集まり、授業後にダンスの練習を行った。生徒たちは常々ヒップホップに興味をもっていたようで、生徒たちは「ダンス部だ」と意欲的に取り組み、模範映像を見ながら互いに教え合い、確認し合いながら3日間ほどでひと通り踊れるようになった。

#### 2 かかわり合い

全校生徒での全体練習では、ダンスリーダーを各学年に配置して、見本の踊りを見せたり、踊りを教えたりするようにしている。また、ペアやグループを組み、お互いの動きを確認したり、教え合ったりする等、生徒同士の活動を入れながら、踊りをマスターしていった。約2週間の練習で、踊りの技術を高めるとともに、生徒たちの気持ちも高めていった。

#### 3 体育大会本番 魂の踊り

体育大会では、この全校生徒によるダンス演技でクライマックスを迎える。クラスごとに色分けしたTシャツを着て、いよいよ本番となった。昨年度と同様の女子のしなやかな動き、男子の力強い動きに加え、ヒップホップ特有の素早いステップ、そして気持ちの入ったかけ声等、一人一人が力の限り踊ることができた。

体育大会後のアンケート調査では、全校生徒が気持ちを1つにして力いっぱい踊ることができた今回の

ダンスを「とても楽しかった」「楽しかった」と答え、どの生徒も「達成感を得ることができた」と答えた。

#### ●工夫したこと

- ①ダンスリーダーを各グループに配置し、教員主導の活動ではなく、生徒主体の教え合い・かかわり合いの活動を取り入れた。また、踊りが不得手な生徒たちが踊りをよりマスターできるように、ペアや少人数のグループでの練習時間を設けた。普段は教員に質問できない生徒たちも、友達に積極的に分からない動きを教えてもらい、練習に励む姿が見られた。
- ②学年別に練習する時間を設け、習得段階に応じた練習を行った。2・3年生は、昨年度にダンスの基本的な動きを既習していたため、細かい動きまでこだわって練習をした。初めてダンスを踊る1年生は、基本的な動きからスタートし、習得ペースを見計らいながら、進度を調整していった。
- ③細かい動きを確認・練習するときは体育館で、隊形移動等を練習するときは運動場で行う等、練習内容により練習場所を変えた。
- ④細かい動きを練習するときは、「指先の第2関節がグラウンドに着くまで曲げる」「左手の高さは体操服のマークの位置で止める」等、具体的な指示を出すようにした。

### 取組の成果

## Check

- ①女子の体力総合評価において、AB-DE値が97.3ポイントであった。また、1週間の総運動時間が420分以上の割合が男女とも90%を超えている。
- ②授業と行事をリンクさせたり、生徒の興味関心を引くような種目を取り入れたり、授業の中では具体的なポイントを示し仲間と確認し合う等、かかわり合いの活動を取り入れることで、生徒たちに技や動きができるようになった喜び・達成感を多く味わわせることができていると考えている。それらを積み重ねていくことによって、生徒たちの運動に対する意欲を高め、保健体育の授業や部活動が活性化し、体力向上につなげることができていると考える。

### 今後の課題

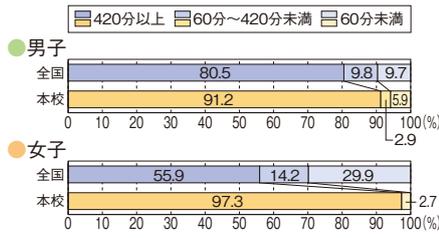
## Action

- ①これからも生徒たちがかかわり合いながら、技術を高め合い、運動することが楽しいと感じられる種目の選定と学習展開を考えていきたい。
- ②体力測定の結果から、本校の生徒は握力の値が低いので、握力をつける運動を準備運動等に取り入れること等行っていきたい。

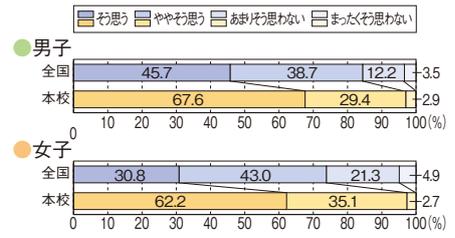
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	47.5	63.0
(5段階)総平均	A	12.5
	B	43.8
	D	6.3
	E	3.1
	AB-DE	46.9
1週間の総運動時間(分)	1025.3	938.6
60分未満の割合(%)	5.9	2.7

●1週間の総運動時間の分布



●【質問15】保健体育の授業は楽しい



体育館にて



ダンスリーダーによる模範演技



かかわり合い学習を通して踊りをマスター



グループ練習による教え合い



グラウンドにて



演技場所や隊形移動の確認



体育大会

全校生徒が1つになってヒップホップダンス



笑顔でフィニッシュ

達成感・喜び⇒運動への親しみ・意欲