

# 小学校C

# 表現運動の指導方法について

花澤 幸之助 (市原)      大倉 茂人 (長生)      池田 大祐 (夷隅)  
 岩崎 隆栄 (安房)      田中 宏次郎 (君津)      梶原 慶憲 (木更津・袖ヶ浦)

## ○表現運動の指導方法について

低学年の発達段階だと、恥ずかしさ・周囲を気にする感覚・性差などもなく、みんなが仲良く運動することができるが、学年が上がるごとに、普段行わない「表現運動」を集団の前で行うことに対して、「恥ずかしさ」を感じる児童が増えてくる。その結果、思い切った表現運動が行われていない場合が考えられる。



そこで、低学年から、表現運動に対する抵抗をなくせば、高学年になっても思い切り表現運動を楽しめると考える。

表現運動を展開する中で、「表現運動が楽しい」と実感できるように、技能面の「4つの崩し」を意識して指導することを重要視している。

### 4つの崩し (技能面)

空間	身体	リズム	人間関係
場面設定・工夫	普段とは異なる運動	拍数や音の出し方	いつでも誰とでも



#### \*具体的な指導方法

<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育館で行っている場合でも、今日のテーマにあった場面に居ると思わせて表現運動を行わせる。</li> <li>・「〇〇が〇〇しているとこ。」と具体的に出して迷いを少なくする。</li> <li>・ジャングル探検 「冒険家が猛獣を探しているところだよ。」</li> <li>・忍者ごっこ 「忍者が敵に見つからないように動いているところだよ。」</li> <li>・動物園シリーズ 「動物が一生懸命生活しているところだよ。」</li> <li>・個人や集団で表現させる。</li> <li>・人がいないところに移動しながら大きな動きを行わせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・先頭真似っこウォーキング 列車のように歩きながら先頭の動きを真似することで多様な体の動かし方を体験する。</li> <li>・カルタ運動 (スポーツや動物) 自分がめくったカードの動きを行うことで、あまり体験がない体の動かし方を知る機会を意図的に作る。</li> <li>・2人組でストレッチを行う 体の状態が表現運動を行うのに適した状態にする。</li> <li>相手の様子を知る機会とする。</li> <li>・事前に、動物やスポーツ等の映像を見せて、体の動かし方を考えさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・聞き覚えが合って、動きやすいリズムの音楽を選び、表現運動が始まったら常に流し続け、いつでも表現運動に入れるようにする。やや速いテンポのロックやサンバを用いると有効である。</li> <li>・簡単で覚えやすいステップから始め、細かく覚えてのか確認しながら徐々に長い動きを覚えさせる。</li> <li>・手拍子や床をたたく等して、自分達で一定のリズムからの変化や、音の強弱。1人から大勢に増える・減る。など沢山のパターンリズムを作り、考えさせる。</li> <li>・表現の中に、テンポの変化や、体の動かすリズムに変化をつけさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誰とでも表現運動を行える関係性を構築する。 低学年段階から出会った人とすぐに表現運動を行うことが当たり前の環境で指導を行う。</li> <li>・固定のグループでじっくりと製作活動を行うことも重要だが、低学年の段階では、「毎回グループ交換」「今日は同じカードの人とグループ」にするなどして、偶然同じになった人と表現運動を行わせる。</li> <li>・グループの中で教師役(見本の動き)を決め、真似たりすることで人間関係をほぐす。教師役は1分程度で交換。</li> </ul>
--	--	---	--

## 低学年について

### ～概要～

低学年は「表現リズム遊び」と呼び、以下のような内容を指導します。

- 1 技能 次の運動を楽しく行い、その動きができるようにする。
  - (1) 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。
  - (2) リズム遊びでは、軽快なリズムに乗って踊ること。
- 2 態度
  - (1) 運動に進んで取り組むこと。
  - (2) だれとでも仲良く踊ること。
  - (3) 場の安全に気を付けること。
- 3 思考・判断
  - (1) 簡単な踊り方を工夫すること。

題材は、「○○が○○しているところ」のように具体的なものがよいでしょう。

友達が踊っているのを見て、よい動きを見つけたり、まねしたりするのも大切です。

やや速いテンポのロックやサンバ  
児童の関心が高い曲がよいでしょう。

### ～指導のポイント～

- ①いきいきと踊れるように実態に合った題材を選ぶ。
  - (例) 児童が見たことがあるもの ⇒動物・昆虫・飛行機 など
  - 経験したことがあること⇒遊園地の乗り物に乗った・朝顔を育てた など
  - 聴いたことがある曲 ⇒アニメの曲やテレビで流れてくる曲
- ②動きを引き出すために言葉がけを工夫する。 ♪「向こうの木に渡ってみよう」
  - (例)「サルが木に登ってるよ」の題材で、具体的なイメージの言葉⇒「もっと高いところまで登ってみよう」
  - 具体的な動きの指示 ⇒「今度は右へ」「スキップしながら」

## 高学年について 高学年（第5学年）における表現運動の指導計画例

時間	1	2	3 (本時)	4	5	6
0	<オリエンテーション	言葉から感じるイメージを広げ即興的に踊ろう。		グループで表したいイメージを話し合い、「はじめ」「なか」「おわり」の一流れの動きを創作しよう。		
10	1 学習課題の確認	1 体ほぐし運動 (自然と表現運動に入っていけるように、友達との交流を主とした内容を取り入れる)				
20	2 学習の進め方や決まりを知る	2 めあての確認	2 めあて確認 3 表したいイメージを話し合い「はじめ」「なか」「おわり」の一流れの動きを考える。	2 めあて確認 3 表したい動きを練習、確認をする。	交流会をしよう	
30	3 ソーラン節と即興的踊り	3 イメージを広げて表現する活動を行う。	4 即興すごろくを行い、いろいろな動きを表現する。	4 中間交流会をする。		
40	4 学習のまとめ	5 激しい感じの題材・群が動く題材・多様な題材から表したい動きを行ってみる。	4 表したい動きを創作、練習、確認をする。	5 中間交流会でのアドバイスや反省を生かして練習する。		
45		学習のまとめ (学習カードの記入、発表)				

### 【つまずきの例】

- (ア) 踊ること表現することへの抵抗感や恥ずかしさがある (イ) 表したいイメージが浮かばない。  
(ウ) 表したいイメージを動きで表現できない。(エ) 動きが小さかったり弱かったりする。

### 【指導のポイント及びつまずきに対する手立て】



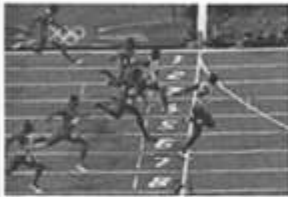
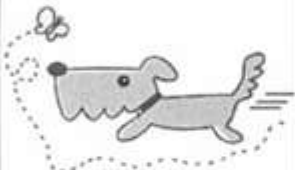
- 単元を通して、導入時に体ほぐし運動を取り入れ、自然に心と体を解放させるようにする。(ア)
- 単元前半では、児童に様々な動きをできるだけたくさん経験させ、イメージを持たせたり、選択肢を広げたりする活動が大切である。本単元では、即興的に表現する活動を行う中で、様々な動きのアイデアを引き出している。また、そのアイデアをお互いに見合い、全体で動きを共有化していくようにしている。(ア)(イ)(ウ)
- 単元中盤以降は、「はじめ」「なか」「おわり」を意識させ、ストーリー性を持たせると児童の意欲を高めることができる。(ア) (イ)
- 動きを客観的に確認できるようにICT機器を使うと効果的である。(iPad、遅れ再生機能等) (ウ)(エ)
- 動きが小さかったり、動きのバリエーションが不足したりしているときには、「2つ以上の動きを組み合わせる」「表現したいことの逆の動きを取り入れる」等をする、動きのダイナミックさや豊かさを引き出すことができる。(ウ) (エ)

ジャングルたんけん！・どうぶつえんにいこう！  
低学年用なりきりカード


 <p>ウサギがはねる</p>	 <p>サルがけづくろいする</p>	 <p>ゴリラがさんぽする</p>	 <p>パンダがささを食べる</p>
 <p>ゾウがあるく</p>	 <p>ライオンがほえる</p>	 <p>ペンギンがあるく</p>	 <p>クジャクがはねをひろげる</p>
 <p>カエルがなく</p>	 <p>カメがあるく</p>	 <p>ヘビがはう</p>	 <p>カニがさんぽをする</p>
 <p>ウマがはしる</p>	 <p>イルカがジャンプする</p>	 <p>ワニがえものをとる</p>	 <p>カバがあくびをする</p>

裏返しになったカードをめくって、出た動物の真似をしよう！  
音楽や掲示物で雰囲気を出せば、もっと表現力が高まるね！






### スーパースローステージ

<p>歓喜をあらわそう！！</p> 	<p>打ち上げ花火をスーパースローで</p> 
<p>リレーのバトンパスをスーパースローで</p> 	<p>ボクシングの動きをスーパースローで</p> 
<p>100m走のゴールをスーパースローで</p> 	<p>走り回る犬をスーパースローで</p> 

### ぐるぐるステージ

<p>歓喜をあらわそう！！</p> 	<p>コマになったつもりで回ってみよう</p> 
<p>回転寿司を表現してみよう</p> 	<p>遊園地のティーカップでたくさん回ってみよう</p> 
<p>台風になって強風をおこそう</p> 	<p>フィギュアスケートの選手になりきろう</p> 

### 自然ステージ

<p>歓喜をあらわそう！！</p> 	<p>大きな雷が落ちたー！！</p> 
<p>花が咲き、花びらが散っていく</p> 	<p>火山が大噴火したー！！</p> 
<p>川の流れ</p> 	<p>種から芽生え、そして成長</p> 

### スポーツステージ

<p>歓喜をあらわそう！！</p> 	<p>ボーリングで見事ピンに当たった</p> 
<p>卓球でラリーが続く</p> 	<p>バスケットボールで1対1</p> 
<p>野球でピッチャーが投げて・・・ バッター打った！！</p> 	<p>クライミングで上まで登ろう</p> 