

中学校C ダンス領域における学習形態の工夫について

市原 剛志 (長生)	岡安 和彦 (夷隅)	笹子 竜侍 (安房)
初澤 朋恵 (君津)	内藤 康優 (木更津袖ヶ浦)	香川 浩昭 (市原)

1. はじめに

平成25年度に各中学校の体育主任を対象に、保健体育の授業を行う上で困っている領域とその内容についてのアンケート調査を実施した。その結果、武道とダンスの領域で、学習の進め方や、教師の指導・支援の仕方で戸惑いや不安を抱えていることが顕著になった。そこで、本グループでは、ダンスの単元に焦点を当て、微力ではあるが、ダンス指導が初めてだったり、ダンス指導が苦手と感じていたりする先生方のお役に少しでも立てるような学習の進め方の実践例を紹介する。

2. 実践例

(1) 指導計画

①対象生徒 第2学年女子32名 (特別支援学級生徒2名含む)

②生徒の実態

運動能力は比較的高く、バランスの良い生徒たちである。互いに協力し、声をかけ合い活動する中で、力を発揮することのできる集団である。その反面、自ら先頭に立ち、自主的に発言や行動をすることが苦手な一面もある。創作ダンスの領域は、小学校も含めて初めての取り組みである。

③単元計画 (6時間)

※DKW…ダンスキーワード

時	学 習 内 容	使用したBGM	DKW
1	曲に合わせたウォーミングアップのダンスを覚えて踊る。	ひょっこりひょうたん島	ダイナミック
2	新聞紙を使って、動きの模倣 見せ合い	DOOP	ひとながれ
3	即興創作 走るー止まる ミニ発表会①		メリハリ
4	即興創作 走るー止まるー止まるー止まる		メリハリ
5	創作「忍者参上！」	にんじゃりばんばん	デフォルメ
6	創作「遊園地」 ミニ発表会②	MAIN STREET ERECTRICAL PARADE	デフォルメ

④指導のポイント

- ・グループ分けは生徒が決定した。ただし、仲良しグループではなく、どの班も同じように活動できるよう助言し、配慮させた。
- ・毎時間ダンスキーワードを決め、それを意識させながら授業を行った。また、「空間」「方向」「リズム」は、単元を通したキーワードとし、意識をもたせながら動きの創作をするように声かけを行った。
- ・始めのうちは、大きく動けている生徒、独創性のある動きをしている生徒を賞賛し、その動きを見せる時間をとることで、早い段階で恥ずかしさを払拭させる工夫を行った。
- ・動きの工夫をしているが、わかりづらい動作の表現をしている生徒については、発表後に全員でイメージを共有できる時間をとった。

⑤活動の様子



新聞紙を使って



「走る－止まる」の創作



創作「忍者参上！」

3. 成果と課題

生徒達は学習前には創作ダンスというものにあまり意欲を示さなかった。始めた頃は、動きを真似することにも躊躇して止まってしまう、楽しい雰囲気はあまり感じられなかった。しかし、新聞紙を使って動きの模倣を始めた頃から、自分とは違う何かを体で表現し、心を解放させて踊ることの楽しさを見い出せる生徒が現れ始め、恥ずかしさの中にも笑顔が出てくるようになった。また、曲に合わせて、自然と体を動かせる生徒もいた。

以下に生徒の気持ちの変容がわかる感想を載せる。

始めた頃は、恥ずかしいし、どう踊ればいいのかわからないという感じだった。即興も全然思い浮かばなくて、前の人とか周りの人と同じになってしまい、立っているだけで工夫して行うことができなかった。それに、大きく動くことができなかった。でも、ダンスの授業が終わった時は、楽しいからもっとやりたいと思った。数時間しかやってないのに初めの時に感じた気持ちと違うなと思った。恥ずかしさを捨てると周りを気にせず大きく踊ることができた。最初からそうしたらよかったなと思った。もっとダンスをやりたいと思った。

最初はあまりやる気ではありませんでしたが、授業をしていくうちに徐々に楽しいと思えるようになりました。テーマを決めたり、DKWを使って班で話し合ったりしたことで、新たな案が生まれることを改めて知りました。班のみんなで協力できました。

創作ダンスをやると聞いて、初めはどんなのだろうと思っていたし、そこまで期待してはいませんでした。だから、最初の時は、今ほど大きくノリノリには踊れませんでした。そんな中、大きな動きで楽しそうにやっている人も何人かいて、「やっぱり違うな…」と感じていました。でも、そう思ったのは最初だけで、班員の楽しい動きを真似しているうちに、「踊る楽しさ」を感じたし、楽しんだもの勝ちだなと思いました。そう考えていくうちに、だんだん大きな動きに自然となってきて、ダンスがすごく楽しいと感ずることができました。それに、楽しいと感ずるようになると、次ももっとよいものを作り上げたいというやる気にもつながってくるなと思いました。自分が楽しいだけでなく、その楽しさを見ている相手にも伝えたいと思うことで、動きに工夫や新しい発想が生まれてくるなと思いました。1人がそう思うと、班のみんなにも伝わって、班員全員で1つのものになるのでとてもよかったです。また、色々なDKWも知ることができてよかったです。創作ダンスを通して、班全体の協力性が高まり、雰囲気もよくなったし、すごくいい経験ができました。

私は、初め恥ずかしいと思い、控えめに踊っていました。しかし、授業をするにつれ、もっと自分をダンスで表現したいと思うようになりました。自分で動きを考えて踊ると、とても楽しくなりました。(中略)ダンスを通じて自分を表現し、踊ることの楽しさや開放感を知ることができました。私は、体育がそこまで好きな訳ではありませんでしたが、ダンスはとても楽しくて、ダンスをやる時の授業が大好きになりました。来年またダンスをやる機会があるなら今よりもっとうまく踊れると思います。そして、色々な動きをイメージしながら、メリハリ、空間、方向、リズム、そしてデフォルメに気をつけてダンスができると思います。

最初は、ダンスなんて・・・とっていて、授業の度に憂鬱で、正直なところやりたくありませんでした。でも、授業を重ねていくうちにだんだんと恥ずかしさもなくなり、大きく踊れるようになりました。新聞紙の動きになりきることをやり、初めて素直に楽しいと思えて、本当の自分を出すことができました。(中略) 今回の授業で、私は思いっきりはじけられる自分と、自分でも即興で動きが作れるんだ!! という自信がつかしました。ダンスに取り組んだことで、最近自分でも明るくなったと感じます。ダンスの力って本当にすごいんだなと思いました。

また、以下は、生徒の変容を見るためにとった、事後アンケートの集計結果である。

※以下の質問に、5＝とても感じた 4＝やや感じた 3＝どちらでもない

2＝あまり感じなかった 1＝感じなかった で答えてください。

(数値は%)

	項 目	5	4	3	2	1
1	いつもの自分と違った自分になれる楽しさ	3 4	3 8	1 1	1 7	0
2	そのものになりきって踊る楽しさ	3 7	3 7	2 0	6	0
3	体をいっぱいに使って思いきり踊る楽しさ	4 1	4 1	1 1	7	0
4	色々な音楽のリズムに乗って踊る楽しさ	6 2	3 1	3	3	0
5	他の種目にはない動きの面白さがある楽しさ	5 8	2 3	1 3	6	0
6	思いがけない動きやアイデアが偶然出てくる面白さ	3 1	3 0	2 2	1 1	6
7	リズムの取り方や動きを工夫して踊る楽しさ	3 8	2 4	3 1	7	0
8	思いつくまま次々と踊る楽しさ	1 7	4 8	2 8	7	0
9	色々な感じやイメージを動きで表現する楽しさ	3 8	2 8	2 0	1 4	0
1 0	表現の仕方や動き方を色々工夫する楽しさ	3 1	3 5	2 1	1 0	3
1 1	踊っている自分を人に見てもらおう楽しさ	7	2 1	2 1	3 4	1 7
1 2	互いの動きを見せ合う楽しさ	1 7	2 8	4 1	1 0	4
1 3	自分や友達の新たな一面や意外な一面を発見できる楽しさ	5 5	2 1	1 7	7	0
1 4	友達と自由にかかわり合いながら、一緒に踊る楽しさ	5 8	2 0	1 1	1 1	0
1 5	仲間との一体感を感じることができる楽しさ	4 9	2 3	2 1	7	0
1 6	友達と意見を出し合い、協力してひとまとまりの動きをつくる楽しさ	4 8	2 8	2 1	3	0
1 7	ひとまとまりの動きが出来上がってきた時に感じる達成感	3 8	3 1	2 1	3	7

全体的に、創作ダンスがとても楽しいものだというイメージが変わり、普段の自分の心を開放して、楽しく踊れるようになったという感想がほとんどであった。

しかしながら、最後まで恥ずかしさを捨てきれずに活動していた生徒も若干名おり、イメージが膨らまず、同じような動きの模倣になってしまう生徒もいた。テーマのある作品創作については、ある程度の知識がないと、即興で動きを作ることは難しいと思われる。また、イメージは湧くが、それを動きで表せないもどかしさを感じた生徒もいた。このような生徒達に対しての指導や言葉がけが課題として残った。

4. まとめ

今回は、1校の事例しか載せられませんでした。共同研究を行った学校では、1年男子が「現代的なリズムのダンス」の領域で、J-ポップの曲に合わせて、学校独自で創作したウォーミングアップ(別紙参照)を行っていたり、3年女子生徒が、全国のダンスコンクール出場を目標に、クラスごとに作品づくりをしていたりした学校もありました。

大切なことは、教師が苦手意識をもたず、自分も一緒になってダンスという単元を学習しながら楽しむことです。現代的なリズムのダンスは、リズムや振り付けの関係上、指導が難しいこともあると思います。しかし、創作ダンスであれば、発想力が重視されるため、踊りの技能がなくても指導が可能だと考えます。生徒達が創作活動を行うにあたって、教師側が様々な動きの発想をもち合わせていけば、指導・助言ができ、共に作り上げていくことができるのではないのでしょうか。

参考：某中学校で行っている「Choo Choo Train」の曲に合わせたアップメニュー

※カウントはすべて8×2 休憩8カウント

- 1 トレイン → 2 ジャンプキック → 3 跳躍 → 4 屈伸
♪FUN FUN
N
- 5 伸脚 → 6 伸脚深く → 7 前後屈 → 8 回旋
♪まだ知らないZONE
- 9 アキレス腱 → 10 スキップ肩回旋 → 11 サイドステップ → 12 小キック
♪FUN FUN
N
- 13 ハイキック → 14 サイドキック → 15 サイドステップターン → 16 ヒールタッチ
- 17 対角線 → 18 股関節内回り → 19 股関節外回り → 20 ツーステップ
- 21 WOWWOWWOHO → 22 整列 → 23 深呼吸 → 24 ポーズ