

# 中学校C

# ダンス領域における学習資料

市原 剛志 (長生)	目出 剛丈 (夷隅)	笹子 竜侍 (安房)
寺田 陽美 (君津)	川上 滋也 (木更津・袖ヶ浦)	白鳥 純也 (市原)

## I テーマについて

平成25年度に県下の保健体育科の先生方の協力を得てアンケートを実施した。そのアンケートの結果では、授業を進める上で武道・ダンスに関する悩みが多かった。具体的には、学習の進め方や教師の指導や支援の方法についてどうすることがより良い授業につながるかという悩みだった。

これを受けて、平成26年度はダンスの授業実践を通して学習形態について研究を行った。そこで、今年度は保健体育科の先生方が実際に授業を行う際、何か役に立てるようなものを残したいと考え、【ダンス領域における学習資料】について調査研究をしようと考え、中学校1年生のダンス（創作ダンスと現代的なリズムのダンス）の授業の資料となるものを探ろうと考え設定した。

## II 調査・研究方法

今年度の調査・研究については、以下の手順で進めてきた。

- (1) それぞれの学校で中学校1年生を対象に授業実践を行う。
- (2) 各学校で実践した題材や資料を持ち寄り、どんな題材が生徒の興味関心を引き出せたか、教師が授業を進めやすい題材や資料にはどんなものがあるかを話し合う。
- (3) 実際に授業を進める際に使いやすい題材を精選し、分かりやすくまとめる。
- (4) 課題を出し、来年度以降の研究に生かせるようにする。

## III 授業実践から

以下の表が、実践した授業の中から他の先生方に紹介したい資料等である。

対象 難易度 オススメ度	授業形態	説明 (コメント)
<b>【エアロビクス】 (ウォーミングアップとして)</b>		
全学年 初級 ☆☆☆	一斉	エアロビクスを使って、教科員の動きに合わせて同じ動作をしたり、流れてくる曲に合わせてリズム良く体を動かす準備運動。 ④ やさしいエアロビクス 自宅でできる簡単なダイエット体操
<b>【GOI Choo Choo TRAINING】 (ウォーミングアップとして)</b>		
全学年 中級 ☆☆☆	一斉	16カウント→8カウント休憩で行う準備体操で、リズムよく体を動かし、準備体操として行え、全部で24種類の動きを取り入れたウォーミングアップ。ストレッチ運動なども取り入れてあり、気持ちよく授業をスタートできる。
<b>【おとぎStory(創作ダンス)】</b>		
中1 初級 ☆☆☆	グループ	3～5人のグループを編成し、昔話やおとぎ話の中から自分たちで表現してみたい題材を選び、①自然(川・海・森・風・木・花など)を表す動き、②登場人物の気持ち(喜び・怒り・悲しみなど)を表す動きを取り入れながら音楽に合わせて表現する。

<b>【ゲームでDance(創作ダンス)】</b>		
全学年 礎～上 ☆☆	グループ	基本的な考え方は前述の【おとぎ Story】と同じであるが、TVゲーム等を基にストーリーや動き・感情を表現しながら隊形を考えてたりして踊る。ダンスの授業だけでなく体育祭や文化祭での発表でも使えるヒントになると思う。
<b>【スポーツでDance(創作ダンス)】</b>		
中2・3 礎～上 ☆☆	グループ	基本的な考え方は前述の【おとぎ Story】と同じであるが、サッカーや野球、柔道やバスケットボール等のスポーツをイメージして動きや選手の気持ちを表現したり、移動を考えて踊る。イメージを膨らませると様々な動きができる一方で、エア野球やエアバスケになってしまうこともあるので注意が必要。
<b>【踊育教育プロジェクト教材(現代的なリズムのダンス)】※</b>		
全学年 初級～ 中級 ☆☆☆	グループ	日本ストリートダンススタジオ協会が教員向けに作成した模範演技映像。幼児向けから高校生向けまでであるため生徒の既習状況に合わせた指導ができる。 “幼稚園・保育園向け” “小学校低学年向け” “小学校高学年向け” “中学校向け” “高校向け” の5種類がある。 この他に “「ドレミの歌」参考振付幼稚園保育園向け” “「ラデツキー行進曲」参考振付小学生向け” “「歓喜の歌」参考振付中学生向け” “「カノン」参考振付高校生向け” などもある。 また、DVDなども販売されていたり、使用する曲もそのダンスに適した曲となるように考えられている。
<b>【リズムダンスふれあいコンクール(現代的なリズムのダンス)】</b>		
全学年 初級～ 中級 ☆☆☆	グループ 一斉	「現代的なリズムのダンス」を学級単位で発表できるように考えられたダンスコンクールの規定ダンス。グループでの活動になるが、どの規定曲でも一つの動きをゆっくりと練習できる。  ㊦ 第2回全国中学校リズムダンスふれあいコンクール規定振り 【規定曲：Flower「Flower Garden」(Short ver.)】  ㊦ 第2回全国中学校リズムダンスふれあいコンクール規定振り 【規定曲：J☆Dee'Z「Let the music flow」2:00EDIT ver.】  ㊦ 第3回全国中学校リズムダンスふれあいコンクール規定振り 【規定曲：DISH「KLAP」】  ㊦ 第3回全国中学校リズムダンスふれあいコンクール規定振り 【規定曲：剛力彩芽「相合傘-Dance ver.-」】
<b>【現代的なリズムのダンスSTEP1】※</b>		
中1 初級 ☆☆☆	個・ グループ	簡単なステップ(サイドジャンプ・2ステップ・グーパー・Vステップ)の練習用動画。基本となるステップを身につけるためにはオススメできる動画。

<b>【現代的なリズムのダンスSTEP2】※</b>		
中1 初級 ☆☆☆	個・ グループ	STEP 1に続くもので、簡単なステップ（サイドステップ・トップロック・4ステップ）の練習用動画。STEP 1と同様で基本ステップを身につけるとい う目的を達成できる動画。
<b>【動画でかんたん練習！ダンスの基本を身につけよう】※</b>		
中1 初級 ☆☆☆	個・ グループ	KANKO が支援するダンスサイトで基本的な動き（アップ・ダウン・サイド ステップ・4ステップ・ボックスステップ・ランニングマン・ビズマーキー・ トゥエル・ロックポイント）の練習用動画。 現代的なリズムのダンス STEP1 と STEP2 に比べ、基本動作の数が多くある ため、数時間の授業時間を要する。
<b>【KANKOくるくるダンス】※</b>		
中1 初級 ☆☆	なか グループ	「聖者の行進」をアレンジした曲を使って学習指導要領をベースに安全面を 考慮したダンス。 一つ一つの動きを練習できるようになっており、ドリル練習が可能。
<b>【YDKダンス】※</b>		
中1 初級～ 中級 ☆☆	個・ グループ	個別指導塾「明光義塾」の CM から生まれたダンス。ダンスよりも何度も 流れる YDK の音が耳に残り、いつのまにか踊ってしまう踊り。 個人で踊ってもよし、3人でY・D・Kに分かれて踊ってもよし。
<b>【ポッキーダンス シェアハピ】※</b>		
全学年  中級 ☆☆☆	グループ	グリコのポッキーの CM で三代目 J Soul Brothers が歌う THE Share happi を 使ったダンス。 全体を踊るのは大変だったが、ダンスが得意な生徒がいると、教え合ったり、 お互いに認め合いの場面が見られ、道徳教育にも役立つと考える。また、休み 時間にこの曲を流すだけでみんなが同じ動きを取る不思議な光景も見られた。
<b>【めっちゃイケ 帰れますステップ】※</b>		
全学年  中級 ☆☆☆	個	フジテレビのめっちゃイケという番組内で、学校のダンス指導を基モチーフに したコーナーの動画。お題となるダンスを踊れるかどうか。 一人で練習もでき、グループで練習することもできる。テレビ番組で扱われ るため生徒も楽しみながら練習できる。

㊦はインターネットで検索する際のキーワード

※は【 】内がインターネットで検索する際のキーワード

当初、中学1年生の保健体育の授業での実践だったが、他の学年でも実践できそうなものや同じ1年生でもダンス経験がある生徒とない生徒では難易度を変えた方が良いという意見、他学年の方がやりやすいのではないかという意見などから、【対象】【難易度】を設定した。また、私たちのグループが独自に【オススメ度】も☆の数で表わした。

#### IV 結果と考察

今年度の調査・研究では、まず、それぞれの学校でダンスをどう進めたら良いかを考えながら、授業を実践できた。特に、五井中学校での実践は数年前からの積み重ねられてきたものであったり、大多喜西中学校でのおとぎストーリーは、小さな学校であるが故に抱える表現力不足という問題を解消しようと始められた授業であった。

これは、ダンスの授業だけではないが、生徒の実態からどんな力をつけさせたいと考えるという授業の基本姿勢から行われた授業で、今後も継続していきたい。またそこから、現代っ子が得意とするTVゲームをも題材にして創作ダンスに結びつけてしまおうと考え授業に取り入れたが、意外に創造性豊かで発想も豊かなダンスを実践できたと考える。

また、ダンス指導に慣れていないという保健体育科教諭の悩みを少しでも解消しようというのが私たちのグループの目標だった。そのため、現代的なリズムのダンスを扱う場合の基本となるステップを指導することで先生方が悩むのではないかと予想した。そのため、インターネットを使って動画で学習を進めることを考え、提案したい。

KANKOや学習塾、テレビ番組でも中学校保健体育科でのダンス授業をよりよい物にできるようにと考えられた内容がたくさんある。今回は、その中から先生方が簡単に扱えそうなものを紹介することにした。これは、ここ数年で急速に発達しているICT機器が学校教育にも導入され、パソコンやタブレット、大型モニターやビデオカメラが保健体育の授業でも使用されるようになった。これらの機器を活用した授業も各学校で実践できると考えたからである。各学校の工夫も必要だが、体育の授業はグラウンドか体育館（プール）という固定観念からコンピュータ室や視聴覚室等での授業も展開できないだろうか。

学習形態については、初歩段階での表現活動はグループ活動がよいと感じた。頭では理解できていても全員が動きを体で表現できるとは限らず、互いに教え合える仲間と共に学び合える雰囲気を作れるようになるからである。また、ウォーミングアップで、代表者を真似しながら曲に合わせて体を動かすことでダンスの運動の基本となるリズム感を養うことができるのではないかと考えた。

これらから、同じ悩みを持つ保健体育科の仲間として少しでも役立てば良いと考える。

#### V 課題

今回の授業実践、調査・研究では、紹介できる学習内容を大きく分けて14個にまとめたが、各地区の他の学校での実践も調査できたらもっと多くの題材となったのではないかと考えた。

動きを中心にまとめたが、ダンスの授業に不安を持つ保健体育科教諭の悩み解消につなげるためには、今回まとめた結果を他の学校に広めていかなければならない。また、どんな曲が生徒が動きやすいか、授業をしやすいか等についても調査研究をしていく必要があると感じた。

研究部員が2～3年で交代してしまうため継続した研究がしづらいが、今年度は6人が協力してできたので来年度も協力して取り組んでいきたい。

#### VI おわりに

今年度の調査に協力いただいた学校の先生方のおかげでたくさんの授業の題材を紹介することができました。ありがとうございました。