

## 単元名 表現運動「表現」 ～ わたしたちの地球 ～

### 1 運動の特性

#### (1) 一般的特性

○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、互いの違いやよさを生かしあって仲間と交流して踊り楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

#### (2) 児童から見た特性

○多感な児童たちの多様な欲求に応じて表現の楽しさを味わうことができる運動である。  
○他者とかかわるといふ「創る・踊る・見る」の活動を通して、仲間と教え合ったり、励まし合ったり、あるいは共感したりできる運動である。

### 2 単元目標

#### (1) 関心・意欲・態度

○表現に進んで楽しく取り組み、互いに認め合い、友達と励まし合って運動することができる。

#### (2) 思考・判断

○自分やグループに合った課題を見付け、いろいろな地球の特徴的な動きや迫力のある動きを工夫することができる。

#### (3) 運動の技能

○表したい感じがより強調されるように、動きに変化と起伏をつけて踊ることができる。

### 3 評価規準

観点	ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 運動の技能
学習具活体動のにおほほ規準	①表現に進んで楽しく取り組もうとする。 ②互いに認め合い、友達と励まし合って運動しようとする。	①自分やグループのよさに気づき、練習や作品づくりに生かしている。 ②課題を明確にして、より良い動きづくりをしている。	①表したい感じがより強調されるように動きに変化と起伏をつけて踊ることができる。

### 4 単元計画と評価

	1	2	3	4	5	6	7	8	
		○ほぐしの運動（心も体もほぐすウォーミングアップ）							
10	〈オリエンテーション〉 ○ウォーミングアップで動き作りをする ○イメージバスケットを作る ○学習の進め方を知る	ねらい1 「わたしたちの地球」からいろいろなイメージを広げ、即興表現で踊って楽しむ。		ねらい2 イメージ別グループで表したい感じが強まるように動きを工夫し、簡単なひとまとまりの動きをつくって踊って楽しむ。					
20		○1人または2人で思いつくまま自由に踊る ○楽しく踊れたイメージを選び、同じイメージを選んだ友達と2～3人で踊る		○ねらい1で気に入ったイメージや動きを思い出しながら自由に踊る ○イメージ別のグループで表したい感じを強めるための工夫をして踊る。					
30		○表したいイメージの特徴を様子が分かるように動きを工夫して踊る ○見せ合ってアドバイスし合う		○ペアグループで見せ合い、アドバイスしながら踊る ○全体を通して踊り込む					まとめ 発表会
40		○学習のまとめをする							
評価	ア①	イ①ア②	イ②	ウ①	イ①	ア②イ②	ウ①	ア①イ①	

### 5 指導の工夫

#### (1) 学習過程の工夫

○ねらい1は即興表現で自由に踊って楽しむことにより「もっている力で十分活動する」、ねらい2は表現の工夫をし、「ねらい1で身に付けた力で踊り込む」というステージ型の学習過程にする。  
ねらい1から2への移行は、児童の欲求や実態に応じて柔軟に扱うようにする。

○ダンスウォーミングアップ

※恥ずかしがらずになりきって踊るために、心と体を解放するウォーミングアップを工夫することが重要になってくる。円形コミュニケーションのようなアップテンポの楽しい感じのものと、ミラーの動きや割り箸を使ってのようなデリケートで個性的な動きを体感させるものを組み合わせて行うとよい。

例：猛獣狩り、ミラーの動き、割り箸を使って、だるまさんがころんだダンス、新聞紙を使って、タッチ&エスケープ、円形コミュニケーション、じゃんけんダンス、体でじゃんけんなど

・ミラーの動き

2人組で行う。向かい合って鏡のように動く。始めにどちらかが主になり、もう片方が鏡となる。体をねじったり上下をさかさまにして動くもよい。鏡となる方がついて行けるようにゆっくり動く。ゆっくりした幻想的な音楽をかけると雰囲気が出る。

・割り箸をつかって

2人組で行う。2人とも目を閉じて、人差し指で割り箸一本を挟む。指先に神経を集中して、割り箸を落とさないようにゆっくりと体をひねったり、上下に動いたりする。ゆっくりとした幻想的な音楽をかけてもよい。また、慣れてきたら学級を半分に分け、見るグループを作り、割り箸が落ちてても目を閉じたまま持って、見ているグループがそっと2人の指に挟んであげるなどしてもよい。

・じゃんけんダンス

アップテンポな曲に乗って走り、教師の合図で2人組になってじゃんけんをする負けたら、勝った人の動きを曲げて踊る。十分にまねられたら、次に移る。慣れてきたら、負けた人は勝った人の後ろにつき、まねながら走る。次に出会った列と先頭同士がじゃんけんをし、負けたら勝った列につき、動きをまねる。これを続ける。最後まで勝ち残った人は自分の動きを全員がまねることになる。

・円形大波小波

みんなで大きな一重円を作る。手をつないでウェーブを隣に伝えていく。大きな波や小さな波、速くしたりゆっくりしたりして行う。座って行ってもよい。立ってリズムカルに左右へ歩いたり、スキップや駆け足、ギャロップなどで移動する。輪を大きくしたり、小さくしたりする。軽く、リズムカルなBGMを使うとよい。

○ウォーミングアップでは、題材にあった音楽を活用し、雰囲気を盛り上げる。

○ウォーミングアップには、動きづくりを含め、時間配分は回数が進むにつれて減らすようにしていくようにした。

○表し方を工夫して踊るために、感じや印象を強める工夫の仕方が分かるように、工夫の視点を示す。

例

いろいろな動き方の例

- ・走るー止まる
- ・走るー跳ぶ
- ・走るー跳ぶー回る
- ・のびるー縮む
- ・のびるー縮むー回る
- ・集まるー離れる

作品の作り方

①はじめ・中・終わりを作る。  
(イメージカルタを選んでもよい)

はじめ	なか	おわり
	先に中心に作る	

②作品の工夫

- ・「4つのくずし」(繰り返し, 方向, リズム, 集散, 強弱, 時間差など)
- ・正面を意識する。
- ・口伴奏, 打楽器などをいれる。

○見せ合う活動

表現運動での見せ合う活動は、良い動きを見付け合うことで児童の意欲を高め、互いのよさを認め合うことができる。更に、児童のイメージを深め、動きの財産を増やすことにもつながるので、ねらい1・2を問わず、毎時間大切に扱う。見る力を付けるために、学習の途中での見せ合いでは、見てもらいたいところをはっきり示させるとよい。表したいものがよくわかったか、一人一人がなりきっていたか、動きの工夫が見られたかなどの視点で見ると助言したり、また、4つのくずしを意識するように助言してもよい。

【4つのくずし】

- ・空間のくずし : 踊る方向や場を変化させ、同じ場所だけでなく、場を広く使って踊る。
- ・体のくずし : ねじったり、回ったり、跳んだりなど体の状態をはっきり変える。
- ・リズムのくずし : 素早く、ゆっくり、急に止めるなどの動きのリズムを変化させる。
- ・人間関係のくずし : 離れたり、くっついたり、絡んだりなど、いろいろな友達と関わり合いながら踊る。

(2) 教具の工夫

- 理科の生命の誕生や社会科の歴史や地球環境についての学習、また、テレビ・ニュースなどからの情報などを生かしてイメージを広げる。
- イメージバスケット…イメージバスケット作りを通して、題材に対するイメージを広げさせるのに有効である。
  - ・資料（絵・写真・図鑑・VTR）を見ながら地球に起こったいろいろな現象の「特徴」や「感じ」を捉えさせ、個人用イメージバスケットに自由に記入させる。
  - ・個人用イメージバスケットをもとに生活班などの少人数で、一枚の大きめの紙（模造紙など）に題材についてのイメージを言葉や絵で自由に書かせ、学級用イメージバスケットを作成する。児童たちが自由に書き加えられるように、教室に掲示しておくとうい。
- イメージカルタ…すぐにイメージに変身できるようにさせるのに有効である。
  - ・イメージバスケットの中から動きにつながりやすい言葉を教師が選び、絵をつけて一枚のカルタにする。20～40枚あると学習しやすい。オリエンテーションの中では終わらないので、児童に作らせる場合は、休み時間や朝の学習の時間などを利用する。
- メッセージカード
  - ・毎時の終わりに友達の良かった所をメッセージカードに記入し、手渡すようにする。友達に良かった所を認めてもらうことで児童の意欲の高まりが見られる。

(3) 学習形態の工夫

- ねらい1では、いろいろな友達と自由に2～3人のグループを作り、イメージを広げるようにする。
- ねらい2では、表したい感じが強まるように工夫するためにイメージ別グループとする。

<音楽の紹介>

ダンスウォーミングアップ用

①弾んで踊れる軽快なリズムの音楽	②ゆっくりとした幻想的な音楽
<ul style="list-style-type: none"> <li>・マカレナ（2 Locos in A Room）</li> <li>・NIGHT OF FIRE（NIKO）</li> <li>・スキヤットマンズ・ワールド（スキヤットマン・ジョン）</li> <li>・自由（女子十二楽坊）</li> <li>・SHAKE（SMAP）</li> <li>・サンバ・E・ゴル（ベリーニ）</li> <li>・Mickey（Gorie with jasmine &amp; joann）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水心（宗次郎）</li> <li>・森羅万象（姫神）</li> </ul>

表現運動のBGM用

- ・表現運動・ダンスCD1（小学校編）：共同テレビジョン  
→ロック、ヒップホップ、表現効果音、フォークダンスなど
- ・表現運動・ダンスCD2（中学校・高等学校編）：共同テレビジョン  
→ロック、サンバ、ヒップホップ、創作、フォークダンスなど

6 年
No.62

- 1 単元名 わたしたちの地球
- 2 目標 学習のねらいと学習の進め方を理解し、「わたしたちの地球」からいろいろなイメージを広げ、即興的に表現することができる。
- 3 展開 (1/8)

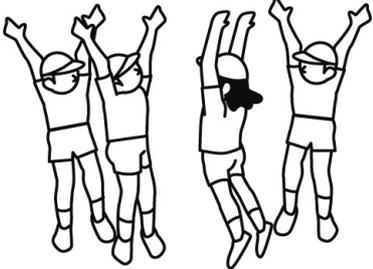
時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	学習の進め方を理解し、いろいろなイメージを広げること		
5分	1 学習のねらいと学習の進め方を理解する。 ○学習の進め方の表を見ながら、学習のねらいと進め方を理解する。	○学習のねらいと学習の進め方を理解させる。 ○本時の学習の課題をつかませる。	学習の進め方の表
20	2 資料（絵・写真・図鑑・VTR）を見ながらイメージバスケットを作る。  イメージバスケットの図 	○資料（絵・写真・図鑑・VTR）を見ながら地球に起こったいろいろな現象の「特徴」や「感じ」を捉えさせる。 ○地球に起こったいろいろな現象の「特徴」や「感じ」を個人用イメージバスケットに言葉や絵を自由に書き込ませる。 ○いろいろな現象が起きたときの音や気持ちなども書き加えるように助言し、イメージを多様にもてるようにする。 ◇いろいろな地球のイメージを書いている。 ○共通のテーマ別にラシャ紙を4枚用意し、個人用イメージバスケットをもとに学級用イメージバスケットを作成する。児童たちが自由に書き加えられるように、教室に掲示しておく。	イメージバスケット（個人用・学級用） マジック 絵・写真・図鑑・VTR
15	3 ウォーミングアップで動き作りをする。 ①ダンスウォーミングアップをする ・ロック、サンバ、ヒップホップなど ・教師のまねをしながら1～2曲踊る。（円形コミュニケーション等） ②新聞紙を使って ・教師が新聞紙を広げたり、ゆっくりくしゃくしゃにしてみたりするのを新聞紙になりきってまねをする。 ・二人組になり、一人が新聞紙を動かす、もう一人が新聞紙になって動く。十分動いたら交代する。	○心と体がほぐれるように、アップテンポの曲にあわせて踊る。 ・体全体を使って大きく動いたり、手拍子や弾む・回る・スキップする等の動きを繰り返したりして楽しく踊るようにする。 ○新聞紙になりきってまねをさせる。 ・広げたり、丸めたり、動きを工夫する。 ・慣れてきたら、二人組を作り、交代で表現させる。 ・なりきって体を動かしている児童をほめ、その姿を全体に広める。 ○良い所を見つけたらほめて、意欲を高める。 ◇表現運動に進んで取り組もうとする。	CD 新聞紙
5	5 学習カードの評価を記入し、学習を振り返る。		学習カード

6 年
No.63～65

- 1 単元名 わたしたちの地球
- 2 目標 わたしたちの地球の特徴的なイメージを即興的に表現することができる。
- 3 展開 (2～4/8)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	表したい感じが強調されるように工夫して即興的に表現すること		
10分	<p>1 心と体のウォーミングアップをする。</p> <p>○ダンスウォーミングアップをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ロック, サンバ, ヒップホップなど</li> <li>・教師のまねをしながら1～2曲踊る。</li> </ul> <p>○ミラーの動き, 新聞紙を使って, 体でジャンケンなどから1つ選んで行う。</p>	<p>○心と体がほぐれるように, アップテンポの曲にあわせて踊る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体全体を使って大きく動いたり, 手拍子や弾む・回る・スキップする等の動きを繰り返したりして楽しく踊るようにする。</li> <li>・ゆっくりした幻想的な音楽をかける。(例: 姫神や宗次郎などの曲)</li> </ul>	C D
2	<p>2 本時のねらいについて知る。</p>		
	わたしたちの地球のいろいろなイメージを広げ, 即興表現で自由に踊って楽しむ		
28	<p>3 毎時のテーマに従って, いろいろなイメージを思いつくまま次々と踊って楽しむ。</p> <p>&lt;共通のテーマ&gt; 生命の誕生と絶滅</p> <p>①イメージバスケットやイメージカルタを使って, 1人または2人で思いつくまま次々と自由に踊る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・何かのきっかけで生命ができる。</li> <li>・海から生まれる。</li> <li>・細菌の誕生, 魚の誕生</li> <li>・地球温暖化で気温が高くなる。</li> <li>・絶滅した数だけ, 生まれる。</li> <li>・隕石や火山の噴火で恐竜がもがき苦しむ。</li> <li>・小惑星の衝突で, 空を長い間土砂などが覆った。</li> <li>・酸性雨でかかれていく植物</li> </ul> <p style="text-align: right;">など</p> <p>▼枯れた木々</p>	<p>○学び方が身に付いている場合は, イメージバスケットを手がかりにさせる。</p> <p>○学び方が充分についていない児童たちにはイメージカルタを使った活動を取り入れる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イメージカルタをめくり, 思いつくままに体を動かして即興的に表現をさせる。</li> </ul> <p>○イメージをすぐ動きに変えることのできない児童には, 友達の動きをまねて良いことを助言する。</p>	イメージバスケット イメージカルタ

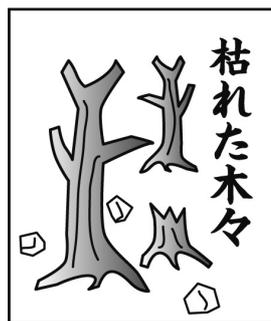


	<p>②一番気に入ったイメージを選び、特徴・様子がわかるように動きを工夫して踊る。</p> <div data-bbox="268 353 737 689"> <p>表現の例 ▼火山の爆発</p>  </div> <p>③他の友達と見せ合って、良い所を見付けて教えあう。 ④アドバイスを生かして踊る。</p>	<p>○特徴・様子がわかるように工夫させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・素早く走る。</li> <li>・急に止まる。</li> <li>・回る。</li> <li>・ねじる。</li> <li>・跳ぶ。</li> <li>・転がる。</li> </ul> <p>などの動きを組み合わせたり、くり返したりして激しい感じや急変する感じをひと流れの動きで踊るように助言する。</p> <p>○友達の良い所を見付けられたらほめて、意欲を高める。 ◇特徴や様子がよくわかるように工夫して即興的に踊っている。</p>	
5	<p>4 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習カードに評価を記入し、整理運動をする。</li> <li>○友達の良かった点をメッセージカードに書いて渡す。</li> </ul>	<p>○4時間目には、一番気に入ったイメージを一つ決めさせ、グループ分けの時に生かす。</p>	<p>学習カード メッセージ カード</p>

## 6 補助資料

<イメージカルタの例>

- ・イメージバスケットの中から動きにつながりやすい言葉を教師が選び、絵をつけて一枚のカルタにする。20~40枚あると学習しやすい。その時間の中では終わらないので、児童に作らせる場合は、休み時間や朝の学習の時間などを利用する。



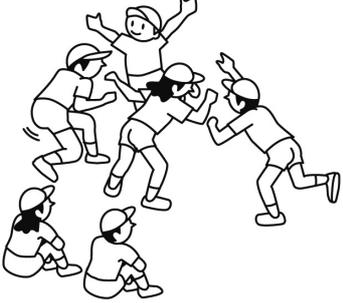
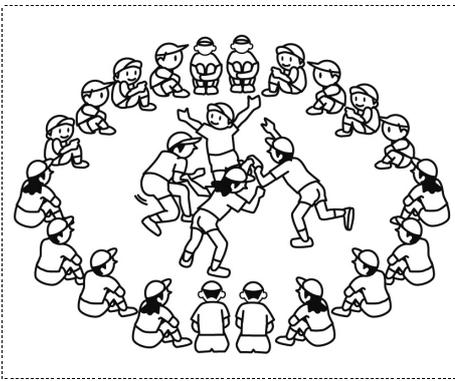
6 年
No.66～68

- 1 単元名 わたしたちの地球
- 2 目標 イメージ別グループで表したい感じが強まるように動きを工夫し、簡単なひとまとまりの動きをつくって踊ることができる。
- 3 展開 (5～7/8)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	表したい感じがより強調されるように動きに変化と起伏をつけて踊ること		
8分	1 ダンスウォーミングアップをする。 ・ロック、サンバ、ヒップホップなど ・ミラーの動き、新聞紙を使って、体でジャンケンなどから1つ選んで行う。	○心と体がほぐれるように、アップテンポの曲にあわせて踊る。 ・既習の動きでウォーミングアップをしても良い。 ・児童に学習の高まりが感じられた時は、ダンスウォーミングアップからグループに任せる。	C D
	2 本時のねらいについて知る。		
	イメージ別グループで表したい感じが強まるように動きを工夫し、簡単なひとまとまりの動きをつくって踊って楽しむ		
30	3 表したいイメージ別グループを作って踊る。 ①ねらい1で気に入ったイメージや動きを思い出しながら自由に踊る。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p style="text-align: center;">いろいろな動き方の例</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・走るー止まる</li> <li>・走るー跳ぶ</li> <li>・走るー跳ぶー回る</li> <li>・のびるー縮む</li> <li>・のびるー縮むー回る</li> <li>・集まるー離れる</li> </ul> </div> ②イメージ別のグループで一番表したい感じを強めるための工夫をして踊る。 ③ペアグループで見せ合って、良いところを見つけて教えあう。 ④アドバイスを生かして踊る。	○イメージ別グループでグループ作りをする。 ○グループ内で踊りながら共通のイメージを作っていくように助言する。 ○表したいイメージにふさわしい簡単な群れの動きで踊ることを助言する。 ・集まる(固まる)ー離れる ・あわせて動くー自由に動く ○表したいイメージを強調するように、「はじめーなかーおわり」をつけた簡単なひとまとまりの群の動きにして、友達と感じを込めて踊るようにさせる。 ○イメージ別のグループで表したい感じを強めるための工夫をさせる。 ・繰り返し、方向、リズム ・集散、強弱、時間差など ・正面を意識する。 ・口伴奏、打楽器などをいれる。 ○いつでも互いにアドバイスしあったり良い動きを認め合ったりできるようにする。 ◇動きに変化と起伏をつけて踊ることができる。 ◇自分やグループのよさに気づき、練習や作品づくりに生かしている。	イメージバスケット イメージカルタ 打楽器
5	4 学習のまとめをする。 ○学習カードに反省を記録する。 ○友達の良かった点をメッセージカードに書いて渡す。		学習カード メッセージカード

6 年
No.69

- 1 単元名 わたしたちの地球
- 2 目標 イメージ別グループで表したい感じが強まるように動きを工夫し、簡単なひとままとりの動きをつくって踊ることができる。
- 3 展開 (8/8)

時配	学習のねらいと活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	表したい感じがより強調されるように動きに変化と起伏をつけて踊ること		
5分	1 ダンスウォーミングアップをする。	○心と体がほぐれるように、アップテンポの曲にあわせて踊る。 ・児童に学習の高まりが感じられた時は、グループに任せる。	CD
	2 本時のねらいについて知る。		
	イメージ別グループで表したい感じが強まるように動きを工夫し、簡単なひとままとりの動きをつくって踊って楽しむ		
10	3 表したいイメージ別グループで全体を通して踊り込む。 ○グループ内で、見る人、踊る人に別れ、役割を交代しながら個及び全体の動きを確かにしていく。	○作品作りを指導する ・打楽器、音楽 (CD) は必要に応じてグループごとに準備させる。 ・繰り返し、方向、リズム、集散、強弱、時間差、正面等を意識しながら練習できるようにする。 ○作品作りの様子を観察し、必要に応じて指導する。 ・協力して作品作りを進めているか。 ・みんなが意見を出し合っているか。 ・はじめ—なか—おわりの一連の流れが取れてきたか。	CD 打楽器
23	4 発表会をする。 発表の例 ▼順番に中心で踊る	○各グループの良かった所をメッセージカードに記入させ、発表会の後、手渡すようにする。 ◇表したい感じがより強調されるように動きに変化と起伏をつけて踊ることができる。	メッセージカード
			
			
5	5 学習カードの評価を記入してまとめをする。 ○学習のまとめ、単元全体を振り返り、感想を学習カードに記入する。		学習カード
		<p><b>メッセージカード</b></p> <p>☆こんなところがよかったよ☆</p> <div style="border: 1px solid black; width: 150px; height: 150px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <p>さんへ</p> </div> <p>より</p>	

6 補助資料

<ねらい1用学習カード>

「わたしたちの地球」のイメージを広げて即興でおどろう

# わたしたちの地球

名前 \_\_\_\_\_

学習を振り返って

大変良い◎ 良い○ もう少し△

		/	/	/
学習の振り返り	選んだ イメージ			
1, 楽しく踊れましたか。				
2, 友達と関わり合って踊れましたか。				
3, 友達の良い動きを見付けられましたか。				
4, 動きをワンポイント工夫しましたか。				
5, 即興的にどンドン踊れましたか。				
6, 友達と見せ合ってアドバイスしましたか。				
一番楽しかったイメージは？				

## 感想

月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )

<ねらい2用学習カード>

ひとまとまりの動きにして踊ろう

## わたしたちの地球

名前

グループ
------

表したいイメージ
----------

【学習の振り返り】		/	/	/
	今日のめあて			
グループ内やペアグループで見せ合ったり、アドバイスし合ったりしましたか。				
友達と感じ合って踊りましたか。				
表したい内容がはっきりしてきましたか。				
やりたいイメージがよくわかるように動きを工夫しましたか。				
気持ちを込めて踊れましたか。				
友達の良い動きや表したいことがわかりましたか。				

### 感想

月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
---------	---------	---------

<メッセージカード>

**メッセージカード**

☆こんなところがよかったよ☆

さんへ

より

**メッセージカード**

☆こんなところがよかったよ☆

さんへ

より

**メッセージカード**

☆こんなところがよかったよ☆

さんへ

より

**メッセージカード**

☆こんなところがよかったよ☆

さんへ

より