

〔第3学年〕

第1学年及び第2学年の「イメージをとらえた表現や踊りを通した交流ができるようにする」ことをねらいとした学習を受け、第3学年では、「感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを深めた表現や踊りを通した交流や発表ができるようにする」ことを学習のねらいとしている。したがって、ダンスの学習に自主的に取り組み、仲間との違いや互いのよさを認め合うことなどに意欲をもち、健康や安全を確保するとともに、ダンスの名称や用語、踊りの特徴や表現の仕方などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

1 技能

(1) 次の運動について、感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを深めた表現や踊りを通した交流や発表ができるようにする。

ア 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化をつけて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ること。

イ フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること。

ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。

(1) 創作ダンス

第3学年では、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、動きに変化をつけて即興的に表現することや、個性を生かした簡単な作品にまとめて踊ることができるようにする。

「表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ」とは、多様なテーマから、表現にふさわしいテーマを選んで、見る人に伝わりやすいように、イメージを端的にとらえることである。

「個や群で」の動きとは、即興的に表現したり作品にまとめたりする際のグループにおける個人や集団の動きを示している。個人や集団の動きには、主役と脇役の動き、ユニゾン（一斉に同じ動きで動く）やばらばらの動き、集団の動きを少しずつずらした動き、密集や分散などの動きなどが

ある。

「緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現する」とは、緩急（時間的要素）や強弱（力の要素）の動きの変化を付けたり、列・円などの空間の使い方、思いつくままにとらえたイメージをすぐに動きにかえたりして表現することである。

「簡単な作品にまとめて踊る」とは、即興的な表現から、表したいテーマにふさわしいイメージを一層深めて、変化や起伏のある「はじめ—なか—おわり」の構成で表現をして踊ることである。指導に際しては、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、即興的に表現したり、個性を生かした簡単な作品にまとめたりして踊るようにできることが重要となるため、①表したいテーマの例を具体的に示して、取り組みやすいテーマを選んで即興的に表現する。次第に抽象的なテーマを取り上げ、主要場面を中心とした「ひと流れの動き」で表現する。次に、②変化や起伏のある「はじめ—なか—おわり」の構成で簡単な作品にまとめて踊るなどの工夫を行うことが大切である。

①の学習の段階では、次のような活動を参考に行うようにする。

- ・表したいテーマと題材や動きの例示を参考にしてテーマを設定したり、これまで取り組んだテーマから表したいテーマを各自で選んだりする。その際、取り組んでみたいテーマや題材や動きなどでグループを組み、思いついた動きを即興的に表現したり、仲間の動きをまねたり、ひと流れの動きにしたりしてみるなどの活動を取り上げる。
- ・テーマにふさわしい個や群の構成で、一番表現したい主要場면을創る。
- ・緩急強弱のある動きや空間の使い方や場面の転換などで、変化を付けた「ひと流れの動き」にする。

②の学習の段階では、次のような活動を参考に行うようにする。

- ・はじめとおわりを付け、ひとまとまりの作品にまとめる。
- ・表したい内容のテーマにふさわしいイメージを深めて表現できるように、踊り込んで仕上げる。
- ・仲間やグループ間で、作品を見せ合う発表の活動を取り入れる。

<表したいテーマと題材や動きの例示>

下記のAからFまでは表したいテーマの例示であり、括弧の中はそのテーマから浮かび上がる題材や関連する動き、並びに展開例である。

A 身近な生活や日常動作（出会いと別れ、街の風景、綴られた日記など）

- ・「出会いと別れ」では、すれ違ったりくっついたり離れたりなどの動きを、緩急強弱をつけて繰り返して表現すること。

B 対極の動きの連続など（ねじる一回る一見る など）

- ・「ねじる一回る一見る」では、ゆっくりギリギリまでねじって力をためておき、素早く振りほどくように回って止まり、視線を決めるなど変化や連続のあるひと流れの動きで表現すること。

C 多様な感じ（静かな、落ち着いた、重々しい、力強い など）

- ・「力強い感じ」では、力強く全身で表現するところを盛り上げて、その前後は弱い表現にして対照を明確にするような簡単な構成で表現すること。

D 群（集団）の動き（大回り一小回り、主役と脇役、迷路、都会の孤独 など）

- ・「大回り一小回り」では、大きな円や小さな円を描くなどをとおして、ダイナミックに空間が変化するように動くこと。

E もの（小道具）を使う（椅子、楽器、ロープ、傘 など）

- ・「椅子」では、椅子にのぼる、座る、隠れる、横たわる、運ぶなどの動きを繰り返して、「もの」のかかわり方に着目して表現すること。

F はこびとストーリー（序破急、起承転結、物語 など）

- ・気に入ったテーマを選び、ストーリー性のあるはこびで、一番表現したい中心の場面を「ひと流れの動き」で表現して、はじめとおわりを付けて簡単な作品にまとめて踊ること。

(2) フォークダンス

第3学年では、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ることができるようにする。また、日本や外国の風土や風習、歴史などの文化的背景や情景を思い浮かべて、音楽に合わせてみんなで踊って交流して楽しむことができるようにすることが大切である。

「踊り方の特徴をとらえる」とは、ステップや動き方、音楽、小道具、地域などの踊りに見られる特有の動きなどの異なった特徴をとらえることである。

「特徴的なステップや動きと組み方」とは、躍動的な動きや手振りの動きを強調する日本の民踊などの特徴的な動き、外国のフォークダンスでのパートナーとのステップや動きと組み方（オープン・ポジションやクローズド・ポジションをはじめとした様々な組み方）のことである。

指導に際しては、日本の民踊では、地域に伝承されてきた民踊や代表的な日本の民踊の中から、軽

快なリズムの踊りや力強い踊りを難易度を踏まえて選び、その特徴をとらえるようにする。外国のフォークダンスでは、代表的な曲目から、曲想をとらえて、踊り方（複数のステップの組み合わせ、隊形、組み方など）の特徴をとらえるようにする。

＜曲目と動きの例示＞

日本の民踊

- ・よさこい節などの小道具を操作する踊りでは、手に持つ鳴子のリズムに合わせて、沈み込んだり飛び跳ねたりする躍動的な動きで踊ること。
- ・越中おわら節などの労働の作業動作に由来をもつ踊りでは、種まきや稲刈りなどの手振りの動きを強調して踊ること。

外国のフォークダンス

- ・パティケーク・ポルカ（アメリカ）などの早いリズムに合わせて拍手などを入れた踊りでは、相手と合わせて踊ること。
- ・ヒンキー・ディンキー・パーリ・ブー（アメリカ）などのゲーム的な要素が入った踊りでは、グラウンド・チェーンの行い方を覚えて次々と替わる相手と合わせて踊ること。
- ・ハーモニカ（イスラエル）などの軽やかなステップの踊りでは、グレープバインステップやハーモニカステップなどをリズムカルに行って踊ること。
- ・オスローワルツ（イギリス）などの順次パートナーを替えていく踊りでは、ワルツターンで円周上を進んで踊ること。

(3) 現代的なリズムのダンス

第3学年では、リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って体幹部を中心に全身で自由に弾んで踊ることができるようにする。

「変化とまとまりを付けて」とは、短い動きを繰り返す、対立する動きを組み合わせる、ダイナミックなアクセントを加えるなどの変化や、個と群の動きを強調してまとまりを付けることである。

「リズムに乗って全身で踊る」とは、この段階では、体幹部でリズムをとって全身で自由に弾んで踊ることを発展させ、体の各部位の動きをずらしたり連動させたりして踊ることや、ダイナミックなアクセントを加えたり違うリズムを取り入れたりして、変化を付けて連続して踊ることである。

指導に際しては、ロックやヒップホップなどのリズムに合った曲を、指導の段階に応じてグループ

ごとに選曲させる。まとまりのある動きをグループで工夫するときは、一人一人の能力を生かす動きや相手と対応する動きなどを取り入れながら、仲間とかかわりをもって踊ることに留意させたり、仲間やグループ間で、簡単な作品を見せ合う発表の活動を取り入れたりするようにする。また、現代的なリズムのダンスでは、既存の振り付けなどを模倣することに重点があるのではなく、変化とまとまりを付けて、全身で自由に続けて踊ることを強調することが大切である。

＜リズムと動きの例示＞

- ・簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムに同調したり、体幹部を中心としたシンプルに弾む動きで自由に踊ること。
- ・軽快なロックでは、全身でビートに合わせて弾んだり、ビートのきいたヒップホップでは膝の上下に合わせて腕を動かしたりストップするようにしたりして踊ること。
- ・リズムの取り方や動きの連続のさせ方を組み合わせて、動きに変化を付けて踊ること。
- ・リズムや音楽に合わせて、独自のリズムパターンや動きの連続や群の構成でまとまりをつけて踊ること。

2 態度

(2) ダンスに自主的に取り組むとともに、互いの違いやよさを認め合おうとすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

第3学年では、感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表することに自主的に取り組めるようにする。

「互いの違いやよさを認め合おうとする」とは、表現方法の違いにかかわらず仲間のよいアイデアや表現に賞賛するなど、客観的な立場から、自己と他者の違いを認め、そのよさを認め合おうとすることを示している。

そのため、仲間を賞賛することは、コミュニケーションを深めること、自由な身体表現を認め合うことでダンスの楽しさが高まること、身体表現を通して共感し合うことがダンスの魅力のひとつであることを理解して、取り組めるようにする。

「自己の責任を果たそうとする」とは、練習や交流会の運営などの仲間と合意した役割に、責任をもって自主的に取り組もうとすることを示している。

そのため、自己の責任を果たすことは、活動時間の確保につながることや仲間との人間関係がよくなること、自主的な学習が成立することを理解し、取り組めるようにする。

「～など」の例には、互いに助け合い教え合おうとすることがある。これは、練習や動きを見せ合う発表などの際に、仲間の動きをよく見たり、互いに課題を伝え合ったりしながら取り組もうとすることを示している。そのため、互いに助け合い教え合うことは、仲間との連帯感を高めたり、課題の解決に役立つなど自主的な学習を行いやすくしたりすることを理解し、取り組めるようにする。

「健康・安全を確保する」とは、踊りの用具を目的に応じて使用したり、気温が高い時は適度な水分補給や休息を取るなど必要に応じて安全対策を講じたりすることなどを通して、健康を維持したり自己や仲間の安全を保持したりすることを示している。そのため、疾病やけがなどを防止するための留意点などを理解し、取り組めるようにする。

なお、これらの指導に際しては、自主的な学習に取り組めるよう練習中や発表後に話し合いなどの機会を設けるなどの工夫をするとともに、指導内容の精選を図ったり、話し合いのテーマを明確にするなどして、体を動かす機会を適切に確保することが大切である。

3 知識、思考・判断

(3) ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、体力の高め方、交流や発表の仕方などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

○知識

「ダンスの名称や用語」では、創作ダンス、フォークダンス及び現代的なリズムのダンスで用いられる身体運動や作品創作に用いられる名称や用語を理解できるようにする。

「踊りの特徴と表現の仕方」では、創作ダンスではテーマや題材からイメージを自由にとらえて仲間とともに表現し合って踊ること、フォークダンスでは伝承された踊りを仲間とともに動きを合わせて踊ること、現代的なリズムのダンスでは現代的なリズムに乗って自由に仲間とともにかわり合って踊ることを理解できるようにする。

「体力の高め方」では、ダンスのパフォーマンスは、体力要素の中でも、主として柔軟性、平衡性、筋持久力などに影響される。そのため、様々な動きと関連させた柔軟運動やリズムカルな全身運動をすることで、結果として体力を高めることができることを理解できるようにする。

「交流の仕方」では、簡単な作品を見せ合うこと、発表会やダンスパーティなどがあること、見る人も拍手をしたりリズムをとるなどしたりして交流し合う方法があることを理解できるようにする。

「～など」の例には、運動観察の方法がある。自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることを理解できるようにする。例えば、ダンスを見せ合うことでお互いの動きを観察したり、視聴覚教材などで自己のグループの表現や踊りを観察したりすることで、自己の取り組むべき技術的な課題が明確になり、学習の成果を高められることを理解できるようにする。

○思考・判断

「自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫」するとは、運動の行い方や練習の仕方、活動の仕方、健康・安全の確保の仕方、運動の継続の仕方などのこれまで学習した内容を、自己の課題に応じて、学習場面に適用したり、応用したりすることを示している。第3学年では、これまで学習した知識や技能を活用して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるようにする。

<例示>

- ・表したいテーマにふさわしいイメージを見付けること。
- ・それぞれのダンスの特徴に合った踊りの構成を見付けること。
- ・発表や仲間との交流の場面では、互いの違いやよさを指摘すること。
- ・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選ぶこと。
- ・ダンスを継続して楽しむための自己に適したかかわり方を見付けること。

