

# 表現運動の極意

4つの観点に沿って、どのような工夫が考えられるか自分で書き入れましょう。自分だけの武器をたくさん見つけましょう！

名前（ ）

<p>体のくずし（体の状態をはっきり変える）</p> <div data-bbox="108 571 783 864" style="border: 1px solid black; height: 131px; margin-top: 5px;"></div>	<p>空間のくずし（踊る方向や場所を変える）</p> <div data-bbox="812 571 1487 864" style="border: 1px solid black; height: 131px; margin-top: 5px;"></div>
<p>リズムのくずし（リズムを変える）</p> <div data-bbox="108 994 783 1288" style="border: 1px solid black; height: 131px; margin-top: 5px;"></div>	<p>人間関係のくずし（友達とのかかわり）</p> <div data-bbox="812 994 1487 1288" style="border: 1px solid black; height: 131px; margin-top: 5px;"></div>

## フリースペース

## 15分で「ひと流れの動き」をつくるコツ（6-1）

授業をつくりあげるのは・・・みなさんです。



言われたことを行うだけではなく、自分たちで与えられた課題を解決するために、活動内容を「工夫・調整する力」も表現運動には必要だと思います。「15分」という時間をどのように使うかは、グループのみなさんの自由です。時間内に仕上げるために、次のルールを意識して活動してみてください。

### その1 立ったまま、話し合いをしよう。

- ①よいイメージが浮かんだら、すぐに体を動かしてみましょう。
- ②動きながら話すのも、よいかもしれません。



### その2 友達の意見に反応しよう。（いなうんそう）

- ①「い」いいね。「な」なるほど。「うん」うんうん。「そう」そうなんだ！
- ②「〇〇にしてみるのはいかがでしょうか？」 「〇〇さんの考えでやってみよう！」

### その3 自分はどのように動くかを積極的に伝えよう。

- ①イメージが伝わるように、僕は〇〇を意識して動くよ。（動きのイメージ・役割）
- ②前の方のスペースが空いているから、私は前に出ながら動くね。（動く場所の意識）

### その4 安全面には、全員が最大限配慮しよう。

- ①怪我のリスクが高い運動になっていないか？ （危険な動き・活動場所の安全確保）
- ②それぞれの運動能力に合った動きをしているか？ （自分ができる運動を選択する）

自分たちで気づき、考え、行動して、最高に楽しく学びのある  
体育の授業を目指していこう！



テーマ：

はじめ	
↓	
中	
↓	
おわり	

ポイント	これが表現マスターの姿だ！
知る できる	<p>(1) 自分が見つけた「表現の極意」を友達に伝えたり、ワークシートに書いたりしている。</p> <p>(2) メリハリのある動きで、即興的（その時、その場での感情や状況に応じて）におどっている。</p> <p>(3) イメージが伝わるよう「物語の流れ」を工夫して、仲間と感を込めておどっている。</p>
考える 判断 表現	<p>(4) グループや兄弟チームの課題を、様々な視点から見付けている。</p> <p>(5) チームの課題を解決する方法を選んでいる。</p> <p>(6) 表したい感じやイメージにふさわしい動きになっているかを見合い、よい所を友達に伝えている。</p>
態度	<p>(7) メリハリのある動きを何度も試している。</p> <p>(8) 友達のよい動きをたくさん見付けたり、自分とは違う意見を認めたりしている。</p>



# 〈表現運動 学習カード No.1〉

年 組 氏名( )

## ☆学習予定☆

①	動きの極意を みつける	ひとながれの動き	色々な動きにチャレンジしながら、「表現の極意」を見つけよう。
②			題材①「太東の波へ」……。さあ、いくぞ!!!
③			題材②大・大・大迫力のダンスホール。
④			題材③絶対に負けられない戦い。勝利をつかむチームは!?
⑤			前時までの題材から1つ選び、ひと流れの動きを完成させよう。
⑥	動きの極意を いかす	ひとまとまりの動き	「はじめ方」「おわり方」を考え、ひとまとまりの動きを決めよう。
⑦			「動きの質」高め、ひとまとまりの動きを完成させよう。
⑧			みんなて協力し、太東フェスティバルを楽しもう。

## (先生からのお話)

表現運動は、**自己の心身を解き放して、イメージやリズムの世界に没入して**なりきって踊ることが楽しい運動です。

今回取り扱う題材については**「スポーツ」**にします。題材をスポーツにする最大のメリットは、**「題材の主な特徴をとらえやすい」**ことだと思います。多様な運動経験をもつ6年生なら、**選んだ題材を「色々な角度から表現してくれる」**と期待しています。友達のをよさを認め、協力し合いながら取り組む中で、みなさんが少しでも**「表現運動って楽しい。」**と思ってくれたらうれしいです。



# 〈表現運動学習カード No. 2〉

年 組 氏名( )

〈本時の学習内容〉

大・大・大迫力のダンスホール

〈みんなのめあて〉

「表したい感じやイメージが表れているか」  
「踊りの特徴を捉えているか」という視点で見た時に  
自己やグループの課題は何か？

## ちょっとした工夫・視点をアドバイス！

「どんな が聞こえてくる？」大・大・大迫力のダンスホール

例①・・・だんだんと強くなる

例②・・・会場いっぱいひろがる

例③・・・一瞬 が消えるドキドキ感

〈自分のチームの課題は何だと思う？〉

※兄弟チームの作品を参考にして考えてもよい。

〈兄弟チームの課題は何だと思う？〉

# 〈表現運動学習カード No. 3〉

年 組 氏名( )

## 〈本時の学習内容〉

前時までの題材から1つ選び、  
ひと流れの動きを完成させよう。

## 〈みんなのめあて〉

「表したい感じやイメージを強調する」ために、自分の  
チームは、どのような方法で表現すればよいか？

## ちょっとした工夫・視点をアドバイス！

「選んだ題材」の映像を見返して気付いたことは？

〈「表したい感じやイメージを強調する」ために、自分のチームは、どのような方法で表現すればよいか？〉

※なぜ、その方法がよいのか、理由を書ける人は、なるべく具体的に書いてください。

# 〈表現運動学習カード No. 4〉

年 組 氏名( )

## 〈本時の学習内容〉

みんなで協力し、太東フェスティバルを楽しもう。

☆発表1班目のよさ☆

☆発表2班目のよさ☆

☆発表3班目のよさ☆

☆発表4班目のよさ☆

☆自分のチームのよさ

☆はじめと比べてよくなったこと☆

☆先生からのメッセージ☆

# 表現運動学習カード

年 組

ポイント	これが表現マスターの姿だ！
知る できる	(1) 自分が見つけた「表現の極意」を友達に伝えたり、ワークシートに書いたりしている。 (2) メリハリのある動きで、即興的（その時、その場での感情や状況に応じて）におどっている。 (3) イメージが伝わるよう「物語の流れ」を工夫して、仲間と感覚を込めておどっている。
考える 判断 表現	(4) グループや兄弟チームの課題を、様々な視点から見付けている。 (5) チームの課題を解決する方法を選んでいる。 (6) 表したい感じやイメージにふさわしい動きになっているかを見合い、よい所を友達に伝えている。
態度	(7) メリハリのある動きを何度も試している。 (8) 友達のよい動きをたくさん見付けたり、自分とは違う意見を認めたりしている。

ひと流れの  
動き

早い連続をもった一息で踊れるような動きのまとまり。表現的性格を出現させる最小単位。

簡単な  
ひとまとまり  
の動き

表したいイメージを変化と起伏のある「はじめーなかーおわり」の構成を工夫して表現すること。

☆自分で評価しよう！（できない→あまりできない→できた→すごくできた）

	①本時の学習内容	②自分のめあて	③本日の MVP	④今日の学習で「学んだこと」「課題」「できたこと」
1	色々な動きにチャレンジしながら、「表現の極意」をみつけよう。	PU タイム→見つけた極意を試す 見つけた極意を友達に伝えたりワークシートに書いたりする。		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2	（ひと流れの動きを表現しよう） 「太東の波へ」・・・さあいくぞ！	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3	（ひと流れの動きを表現しよう） 大・大・大迫力のダンスホール。	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4	(ひと流れの動きを表現しよう) 絶対に負けられない戦い。勝利をつかむチームは！？	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5	(ひと流れの動きを表現しよう) 前時までの題材から1つ選び、ひと流れの動きを完成させよう。	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6	(ひとまとまりの動きを表現) 「はじめ方」「おわり方」を考え、ひとまとまりの動きを決めよう。	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7	(ひとまとまりの動きを表現) 「動きの質」高め、ひとまとまりの動きを完成させよう。	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8	(ひとまとまりの動きを表現) みんなで協力し、太東フェスティバルを楽しもう。	PU タイム→		表現マスターへの道・・・1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☆表現運動の単元を終えて（次の視点で、振り返ってみよう）

自分の表現で、どのような動きがよくなりましたか？	
自分の表現をよりよくするために、どのような工夫をしましたか？	
友達の表現をよりよくするために、どのようなアドバイスをしましたか？	