

平成18年度  
長期研修研究報告

資料編

踊る楽しさを味わう表現運動の学習  
～「くずし」を大切にした授業づくり～



神奈川県立体育センター

長期研修員

相模原市立谷口小学校 松浦 隆志

## 目次

実態調査	1
事前アンケート	4
事後アンケート	6
学習カード「たんけん日記」	8
見合いカード	13
イメージバスケットカード	16
ジャングルたんけんイメージバスケット	18
海底たんけんイメージバスケット	20
ジャングルたんけんイメージスライド、イメージカード	22
海底たんけんイメージスライド、イメージカード	24
「くずしの運動」 『どんな感じ?』用スライド	26



# 体育学習アンケート

年 組 男・女( )

## 【体育の学習について】

1 . あなたは、運動やスポーツをすることが好きですか。  
好き      どちらかというとき      どちらかというとき      嫌い      嫌い

2 . あなたは体育の学習が好きですか。  
好き      どちらかというとき      どちらかというとき      嫌い      嫌い

3 . 体育の学習で好きなところはどんなところですか。  
いろいろな運動ができる  
思いきりからだを動かすことができる  
友だちと一しょになかよく学習できる  
できないことができるようになる  
教室以外で学習できる  
くふうして学習することができる  
その他 ( )

4 . 体育の学習で嫌いなのはどんなところですか。  
つかれたり苦しくなったりする  
からだを動かすのがめんどくさい  
友だちにひやかされる  
練習してもうまにならない  
体育館や校庭での学習が苦手  
学習のしかたがわからない  
その他 ( )

5 . 体育の学習でどの運動が好きですか。

走・跳の運動（かけっこ・リレー、ハードル走、はばとび、高とび）

好き      どちらかという人喜欢      どちらかという嫌い      嫌い

力試しの運動（へいきんくずし、引き合い、おし合いずもうなど）

好き      どちらかという人喜欢      どちらかという嫌い      嫌い

器械運動（マット運動、てつぼう運動、とび箱運動）

好き      どちらかという人喜欢      どちらかという嫌い      嫌い

水 泳

好き      どちらかという人喜欢      どちらかという嫌い      嫌い

表現運動

好き      どちらかという人喜欢      どちらかという嫌い      嫌い

ゲーム（バスケットボール型ゲーム、サッカー型ゲーム、ベースボール型ゲームなど）

好き      どちらかという人喜欢      どちらかという嫌い      嫌い

6 . 表現運動のどんなところが好きですか。(いくつでもOK)

- 自由にすきなように動くことができる。
- 自分のすきなことに变身しおどることができる。
- 体を思いっきり動かすことができる。
- 自分の感じたことを動きで表現できる。
- 友だちと感じ合っておどることができる。
- 友だちと協力しておどりをつくることができる。
- イメージにあった動きを見つけることができる。
- 一つの作品をつくりあげることができる。
- 表現したいことがわかってもらえる。
- 友だちの表現を見ることができる。
- よい動きが発見できる
- 友だちのよいところが発見できる。
- 自分のよいところが発見できる。
- 友だちや先生からほめてもらえる。

7 . 表現運動のどんなところが嫌いですか。(いくつでもOK)

- どのように動いたらよいかわからない。
- おどるのがはずかしい。
- 体を思いっきり動かすことができない。
- 自分の感じたことを動きで表現できない。
- グループになるとまとまらない。
- イメージがうかんでこない。
- 一つの作品につくりあげるのが苦手。
- 表現したいことがわかってもらえない。
- 人に見られるのがいやだ。
- 友だちの表現を見るのがいやだ。
- 自分や友だちのよいところがわからない。
- 友だちや先生からほめてもらえない。
- その他 ( )

## 表現運動 事前アンケート

4年 組 番 男 ・ 女 ( )

あてはまる数字に をしてください。

4 : 思う	3 : どちらかというと思う
2 : どちらかというと思わない	1 : 思わない

- 1 . 体育の授<sup>じゅぎょう</sup>業<sup>す</sup>は好きですか。 4 3 2 1
- 2 . 表現運動の授<sup>じゅぎょう</sup>業<sup>す</sup>は好きですか。 4 3 2 1
- 3 . 「表現」では、おどることがはずかしいですか。  
4 3 2 1
- 4 . 「表現」では、どのように動いたらよいかわからないことがあ  
りますか。 4 3 2 1
- 5 . 「リズムダンス」は好きですか。 4 3 2 1
- 6 . 「リズムダンス」では、おどることがはずかしいですか。  
4 3 2 1
- 7 . 「リズムダンス」では、どのように動いたらよいかわからない  
ことがありますか。 4 3 2 1

「表現」について教えてください。

4 : 思う

3 : どちらかというと思う

2 : どちらかというと思わない

1 : 思わない

8 . 「表現」は好きですか。 4 3 2 1

9 . 「表現」では、からだをいっぱいにつかって動くことが楽しい。

4 3 2 1

10 . 「表現」では、場所を広くつかって動くことが楽しい。

4 3 2 1

11 . 「表現」では、そのものになりきっておどることが楽しい。

4 3 2 1

12 . 「表現」では、いろいろな感じやイメージを自由に表現することが楽しい。

4 3 2 1

13 . 「表現」では、友だちと協力して作品をつくることが楽しい。

4 3 2 1

14 . 「表現」では、友だちとかけあいながらおどることが楽しい。

4 3 2 1

15 . 「表現」では、友だちとお互いのよいところを見つけられることが楽しい。

4 3 2 1

# 表現運動 アンケート

4年 組 番 男 ・ 女 ( )

あてはまるものに をしてください。

1. 体育の授業は好きですか。

4 : 好 <sup>す</sup> き	3 : どちらかという <sup>す</sup> と好き
2 : どちらかという <sup>きら</sup> と嫌い	1 : 嫌 <sup>きら</sup> い

2. 表現の授業は好きですか。

4 : 好 <sup>す</sup> き	3 : どちらかという <sup>す</sup> と好き
2 : どちらかという <sup>きら</sup> と嫌い	1 : 嫌 <sup>きら</sup> い

3. おどることははずかしいですか。

4 : はずかしくない	3 : どちらかという <sup>す</sup> とはずかしくない
2 : どちらかという <sup>きら</sup> とはずかしい	1 : はずかしい

4. どのように動いたらよいかわからないことがありますか。

4 : ほとんどない	3 : どちらかという <sup>す</sup> とない
2 : どちらかという <sup>きら</sup> とある	1 : たくさんある

5. からだをいっぱいにつかって動くことは楽しいですか。

4 : そう思う	3 : どちらかという <sup>す</sup> とそう思う
2 : どちらかという <sup>きら</sup> とそう思わない	1 : そう思わない

6. 場所を広くつかって動くことは楽しいですか。

4 : そう思う	3 : どちらかという <sup>す</sup> とそう思う
2 : どちらかという <sup>きら</sup> とそう思わない	1 : そう思わない

7. そのものになりきっておどることは楽しいですか。

4 : そう思う	3 : どちらかという <sup>す</sup> とそう思う
2 : どちらかという <sup>きら</sup> とそう思わない	1 : そう思わない

8. いろいろな感じやイメージを自由に表現することは楽しいですか。

4 : そう思う	3 : どちらかという <sup>す</sup> とそう思う
----------	--------------------------------

2 : どちらかというと思わない

1 : そう思わない

9 . 友だちと協力して作品をつくることは楽しいですか。

4 : そう思う

3 : どちらかというと思おう

2 : どちらかというと思わない

1 : そう思わない

10 . 友だちとかけあいながらおどることは楽しいですか。

4 : そう思う

3 : どちらかというと思おう

2 : どちらかというと思わない

1 : そう思わない

11 . 友だちとお<sup>たが</sup>互いのよいところを見つけられることは楽しいですか。

4 : そう思う

3 : どちらかというと思おう

2 : どちらかというと思わない

1 : そう思わない

12 . 表現の<sup>じゅぎょう</sup>授業は楽しかったですか。

4 : 楽しかった

3 : どちらかという楽しかった

2 : どちらかという楽しくなかった

1 : 楽しくなかった

13 . 7回の表現の授業をふり返って感想を書いてください。

# たんけん日記 (1・2 / 7時間目用)

4年 組 番( )

たんけんした場所

いっしょにたんけんしたなかま

今日のめあて

おどったカード


いちばん気に入った  
カード

<今日の学習をふり返って>

1. 今日の学習はどうでしたか。(1つに をしよう)

とても楽しかった	楽しかった	ふつう	楽しなかった	全く楽しなかった

2. それはどうしてですか。

( )

3.

	5	4	3	2	1
楽しく活動することができた。					
そのものになりきっておどることができた。					
場所を広くつかって動くことができた。					
からだ全体をつかっておどることができた。					
動きを止めないでおどることができた。					
友だちと仲良くなつておどることができた。					
ともだちのよいところを見つけることができた。					

5. できた 4. だいたいできた 3. ふつう 2. あまりできなかった 1. できなかった

# たんけん日記 (3 / 7 時間目用)

4年 組 番 ( )

たんけんした場所

いっしょにたんけんしたなかま



今日のめあて

おどったカード


いちばん気に入った  
カード

<今日の学習をふり返って>

1. 今日の学習はどうでしたか。(1つに をしよう)

とても楽しかった	楽しかった	ふつう	楽しなかった	全く楽しなかった

2. それはどうしてですか。

( )

3.

	5	4	3	2	1
楽しく活動することができた。					
そのものになりきっておどることができた。					
場所を広くつかって動くことができた。					
からだ全体をつかっておどることができた。					
動きを止めないでおどることができた。					
友だちと仲良かつどうすることができた。					
ともだちのよいところを見つけることができた。					
友だちとかけ合いながらおどることができた。					

5. できた    4. だいたいできた    3. ふつう    2. あまりできなかった    1. できなかった

# たんけん日記 (4 / 7時間目用)

4年 組 番( )

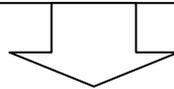
たんけんする場所

いっしょにたんけんするなかま

今日のめあて

いちばん気に入った  
カード

うごきでくふうするところ



- 
- 
- 

<今日の学習をふり返って>

	5	4	3	2	1
楽しく活動することができた。					
そのものになりきっておどることができた。					
場所を広くつかって動くことができた。					
からだ全体をつかっておどることができた。					
動きを止めないでおどることができた。					
表したい感じを強めるように動きを工夫できた。					
友だちと仲良くかつどうすることができた。					
ともだちのよいところを見つけることができた。					
友だちとかけ合いながらおどることができた。					

5. できた    4. だいたいできた    3. ふつう    2. あまりできなかった    1. できなかった

# たんけん日記 (5 ~ 7 / 7時間目用)

4年 組 番( )

たんけんした場所

いっしょにたんけんしたなかま



今日のめあて

表現したい内容

	は じ め	な か	お わ り
の			
どんな感じを			
どんな動きで			

<今日の学習をふり返って>

	5	4	3	2	1
楽しく活動することができた。					
そのものになりきっておどることができた。					
場所を広くつかって動くことができた。					
からだ全体をつかっておどることができた。					
動きを止めないでおどることができた。					
表したい感じを強めるように動きを工夫できた。					
友だちと仲良くかつどうすることができた。					
ともだちのよいところを見つけることができた。					
友だちとかけ合いながらおどることができた。					

5 . できた    4 . だいたいできた    3 . ふつう    2 . あまりできなかった    1 . できなかった

# たんけん日記 (全時間共通)

4年 組 番 ( )

自由に今日のたんけんの感想を書いてみよう。

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

~ 友だちのこんないいところ見つけたよ！

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

~ 先生から ~

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

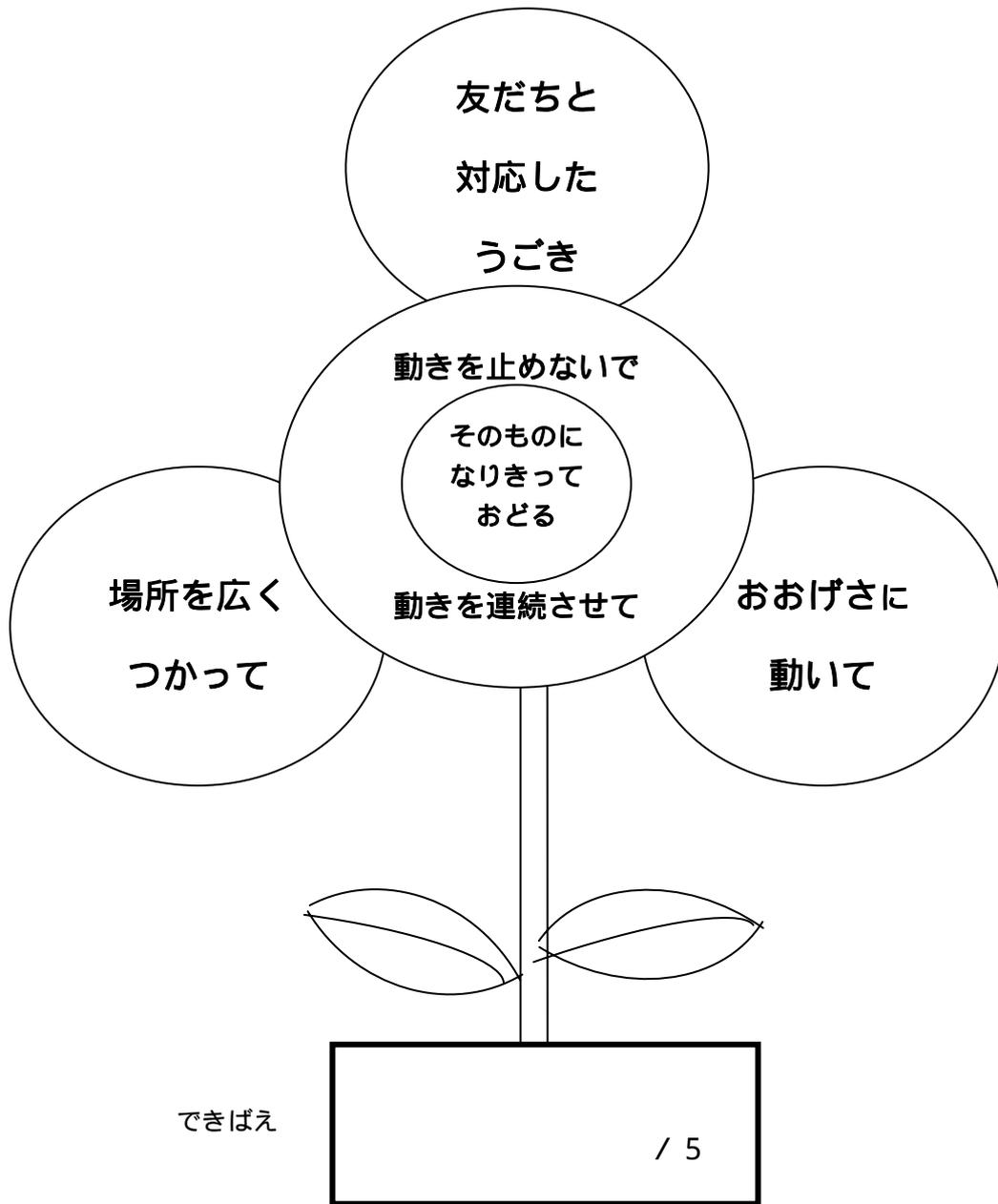
\_\_\_\_\_

( 3 / 7 時間目用 )

# さかせよう！世界に一つだけの花

友だちのよいところを見つけたら、色をぬってプレゼントしよう！

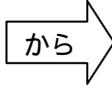
\_\_\_\_\_ から \_\_\_\_\_ さん



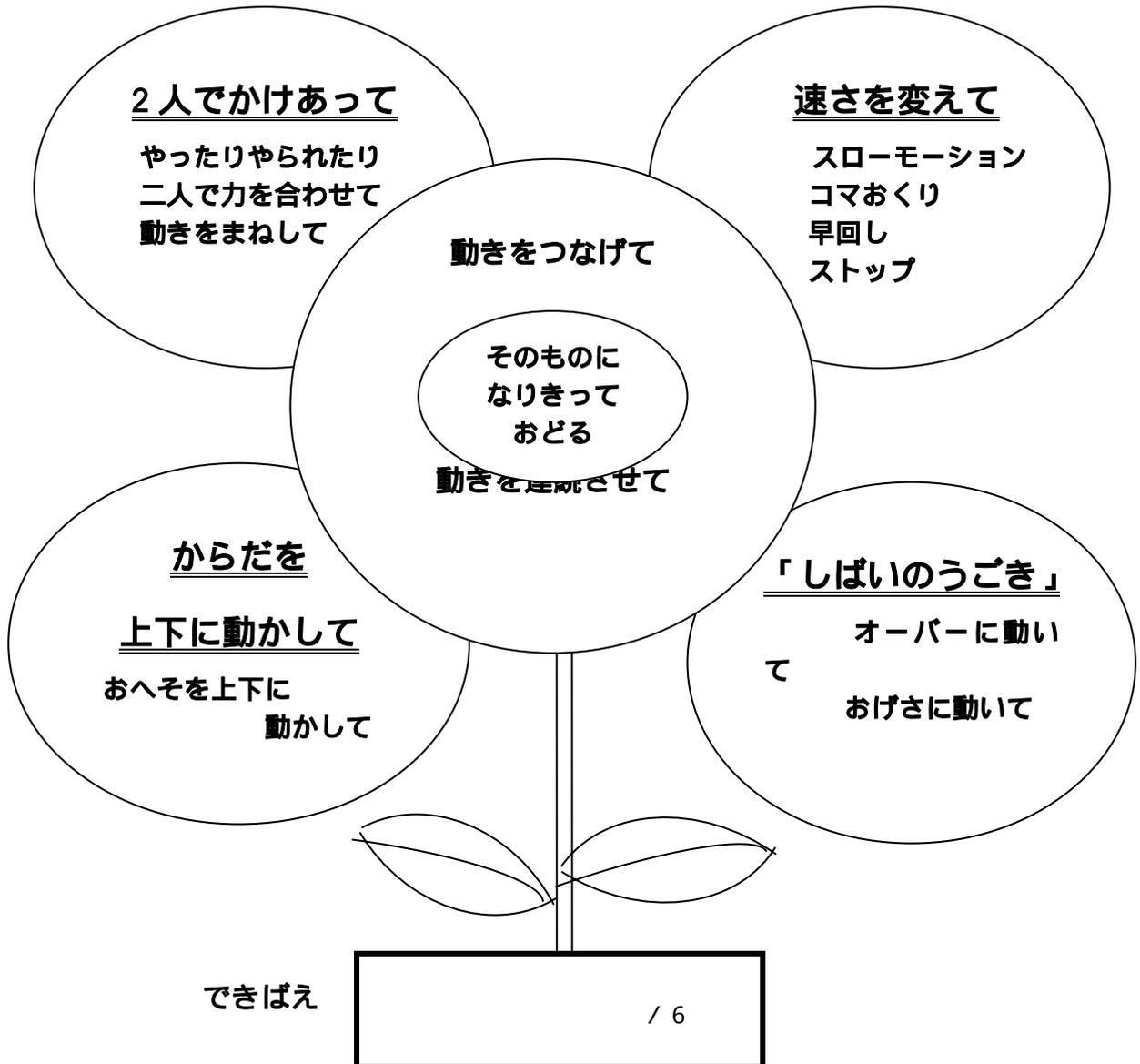
<わたしのひと言プレゼント>

# さかせよう！世界に一つだけの花

友だちのよいところを見つけたら  
色をぬってプレゼントしよう！



へ

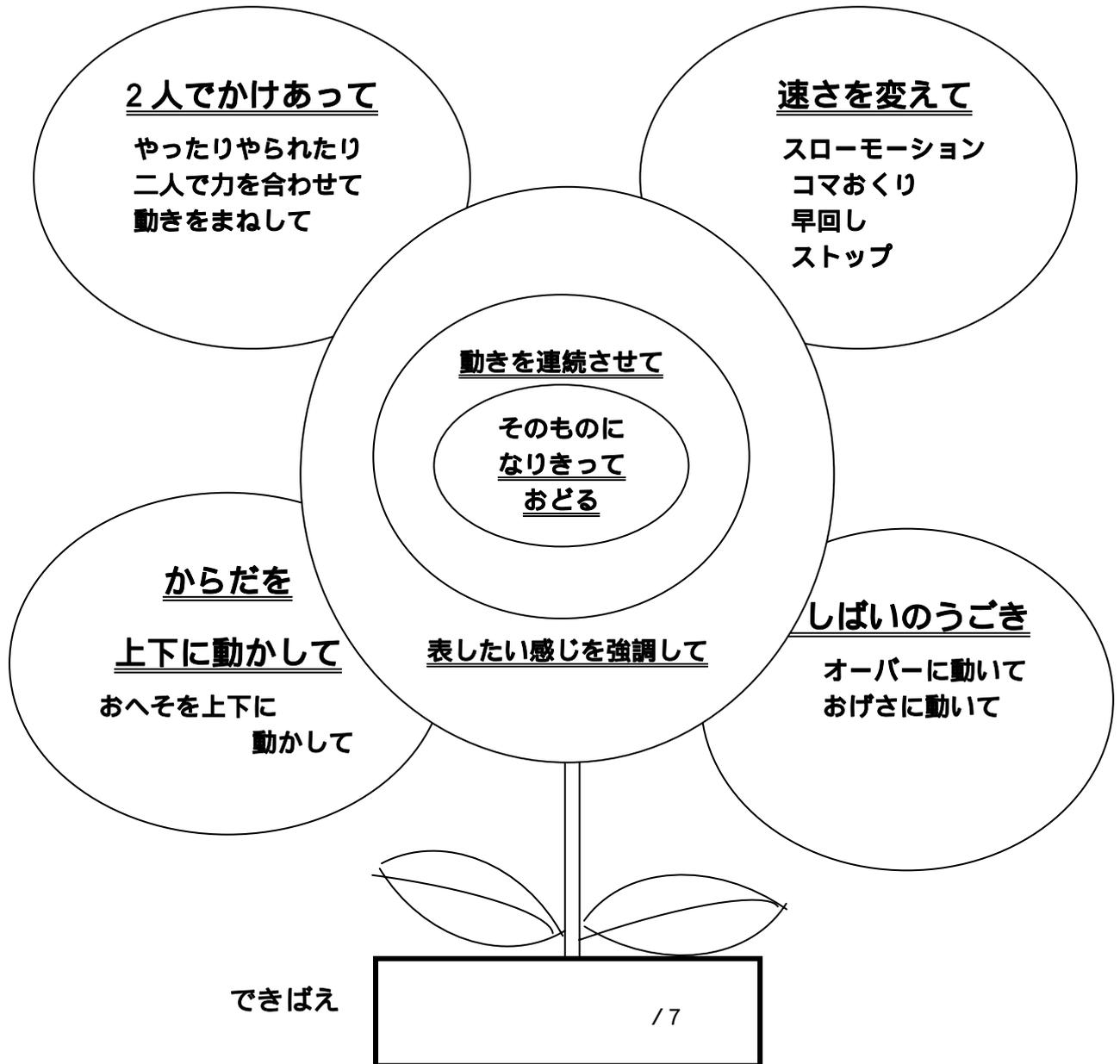


<わたしのひと言プレゼント>

# さかせよう！世界に一つだけの花

友だちのよいところを見つけたら  
色をぬってプレゼントしよう！

から → さん へ



<わたしのひと言プレゼント>

# イメージバスケットをいっぱいにしてしよう！

4年 組 番氏名( )

ジャングルは  
こんな場所！  
(こんなものがあるゾ)

ジャングルにひそむ  
生き物たち  
(なにがかくれているのかな)

ジャングルでの暮らし  
(こんなにたいへんなの?!)

ジャングル  
たんけん  
に行こう！

ジャングルのおくには...  
(ま、まさか こんなものがあるなんて)

ピンチ！たすけて～！  
(ギャーッ！)

# イメージバスケットをいっぱいにしてよう！

4年 組 番氏名( )

海底は  
こんな場所！  
(こんなものがあるゾ)

海の中の生き物たち  
(なにがかくれているのかな)

海の中での暮らし  
(こんなにたいへんなの?!)

海底に  
何をしに行くの？

**海 底  
たんけん  
に行こう！**

海の底には...  
(ま、まさか こんなものがあるなんて)

ピンチ！たすけて～！  
(ギャーツ！)

## ジャングルには こんなものがあるゾ

- ・大きな川 ・高い高い滝
- ・まっくらでおおきなどうくつ
- ・どろぬま ・底なしぬま
- ・池(水たまり?)・湖 海
- ・いずみ(オアシス)
- ・おとしあな ・大きな岩
- ・けわしいがけ
- ・小屋があるぞ
- ・トーテムポール  
(だれかがすんでる!?)

## ジャングルは こんな場所!

- ・こわい ・ぶきみ
- ・きけんがいっぱい
- ・ふしぎがたくさん
- ・ジメジメしている
- ・すごくあつい

ジャングル  
たんけん  
イメージ  
バスケット

## ジャングルにはこんな植物が

- ・木がうっそうとしげっている ・大きな木がいっぱい
- ・木のつるがいっぱい ・大きな落葉がたくさん
- ・色あざやかな花 ・見たこともないでっかい花
- ・バナナの木がいっぱい ・やしの木 ・ふしぎな木

## ジャングルにひそむ生き物たち

- ・動物がいっぱい ・動物園のより大きい
- ・肉食どうぶつ(トラ・ヒョウ・ライオン・チーター)
- ・草食どうぶつ(ゾウ、水牛、カバ、リス)
- ・鳥のむれ (インコ オウム ダチョウ)
- ・こわい鳥(大きなワシ コンドル)
- ・かしこいサル (サル、ゴリラ、チンパンジー、オラウータン)
- ・こわい魚(ピラニア、ピラルク) ・10mもある大きなヘビ!?
- ・見たのとなない動物 ・ティラノサウルスだあ ・かいぶつ
- ・ウパウパ族が住んでいる

## ジャングルでの暮らし

- ・み、水...をくれ~
- ・さわがしい  
(動物がけんかしている)
- ・夜はまっくら。何も見えない!
- ・こわくてねむれない!!
- ・テントがはれる場所がない
- ・おなかがへってフラフラ
- ・わらいきのご食べちゃった!!
- ・道にまよっちゃった~
- ・へんな音楽が  
きこえてきた...

## ジャングル たんけん イメージ バスケット

ピンチ! たすけて~!  
(ギャーッ!)

- ・ヒエーッ、  
ティラノサウルス!
- ・ギャーッ! 人食い花だ!!
- ・そ、底なしぬまだ!
- ・おとしあなに落ちちゃった!
- ・頭のいいサルが ぶきを持って  
おそってきた!
- ・ライオンをおこしちゃった!
- ・ウパウパ族が  
おそってきた!!
- ・いてててっ 矢がささった!
- ・コウモりに  
血をすわれるぞ!
- ・すごい大風だ!  
とばされるな!
- ・大雨だ! こう水だ!  
流される!
- ・火山の大ばくはつ!
- ・かみなりが落ちてビリビリ

## ジャングルのおくには...

- ・ワープゾーンが...  
ふしぎな世界へワープ
- ・タイムマシンでちがう時代へ
- ・やったー! すごい宝だ!
- ・UFOちゃくりく!  
中から宇宙人が...
- ・うちゅう人の町がある!!
- ・もうじゅうのすみかが...
- ・へんなわらいごえが聞こえる...
- ・ひみつけんきゅう所なんてあるの?

かいてい

## 海底たんけん イメージ バスケット

かいてい

## 海底に なにをしにいくの？

- ・ネッシーを見つけにいく
- ・海ぞくがかくした宝たからを探しにいく！
- ・きけんがいっぱい
- ・ふしぎがたくさん
- ・魚と友だちになりに行く
- ・海のパレードに参加

かいてい

## 海底はこんな場所！

- ・すきとおった水
- ・きれいなさんごしょう
- ・まっくらでなにもみえない！
- ・ワカメの森でかくれんぼ
- ・せまくてまっくらな海底どうくつ
- ・地球のぞこまでつづいていそうな深い谷
- ・てっぺんが見えない高い高い海底の山
- ・ちんぼつせんを発見！もしや宝たからが…
- ・ウツリするようなさんごしょう

かいてい

## 海底にひそむ生き物たち

- ・たこつぼにはいっているタコ
- ・音もなく泳ぐチョウチンアンコウ
- ・いててっつ！トゲトゲのウニをふんずけちゃった！
- ・たくさんのきれいな魚のむれ
- ・20mもある巨大うなぎ
- ・フワフワ ユラユラ 七色のクラゲ
- ・泳ぎの名人イルカに泳ぎを教わったよ
- ・見た事もない生き物
- ・海のギャングウツボ
- ・ハリセンボン、だんだんだんだんふくらんで！？
- ・すあなから カニが出たり入ったり…
- ・クリオネの水中ダンス

かいてい

## 海底での暮らし

- ・み、水...をくれ~
- ・おなかがへってたまらない！  
魚がなかなかつかまらないよ！
- ・昼でもはまっくら。何も見えない！
- ・さんそボンベの空気がなくなった！
- ・2mもあるサザエをたべたぞ！貝がらに入ってみよう！
- ・どうしよう、何をしても火がつかない！

かいてい

## 海底たんけん イメージ バスケット

## ピンチ！ たすけて～！ (ギャーツ！)

- ・ギャーツ、人食いザメがだんだん近づいてくるう～！
- ・でたーっ！  
海ぞくのぼうれいだ！
- ・大じんだ！まわり全部が  
ユラユラ グラグラ
- ・100mもある大つ波！
- ・巨大いん石のしょうとつだ！
- ・海底火山の大ばくはつだ！！
- ・クジラにのみこまれるう～！
- ・海底人ガおそってきた！！
- ・気をつける！ 海へびだ！！
- ・助けて！おばけ貝に足をはさまれた！！
- ・おばけダコにつかまった～
- ・せんすいかんがおそってきた！
- ・コンブにだきつかれた！イソギンチャクにも！うごけない！！

## 海のそこには...

- ・ワープゾーンが...  
ふしぎな世界へワープ
- ・ほかのたんけんたいに宝をとられた！
- ・やったー！すごい宝だ！  
たから
- ・うそー！タイヤキがおよいでる？
- ・でんせつのりゅうぐうじょうが...
- ・サメのすみかが...
- ・へんなわらいごえが聞こえる...
- ・海底しんでん発見！  
だれか住んでいるのかな？
- ・かいぞく船ブラックパール号だ！
- ・きれいな人魚のおしろ
- ・あっ、うらしまたろうだ！
- ・あれ！こんなところにゾウが...
- ・メッセージボトルが流れてきた！

中には宝たからの地図が！

ジャングルたんけん  
イメージスライド・イメージカード

草がいっぱい  
かきわけて進む

人食い花に  
足をつかまれた～

橋のない大きな川  
をわたる

ワニが  
おいかけてきた!

ドロドロした道

ギャーッ!  
そこなしぬまにあうた

まっくらな  
どうくつ

くずれそうな  
がけの道

にけろ～  
コウモリに  
血をすわれるぞ!

おどろない!  
大きな岩が  
ゴロゴロ

人まね子ザルだ  
ウッキッキ

ウゲッ!  
10mもある  
大きなヘビ!?

ポーン!  
山の火はくはつ!!

大雨だ  
こう水だ  
流される～

すごい大風だ!  
とばされるな!!

フーン  
奴の怠いでんが  
おそってきた!

クククク  
地しんで  
立ってけい!

水をくれ~  
のどがかわいてたまらない

最後の  
一撃!

ムムムム  
わらまのこ  
食っちゃった!!

・ロリソロリ  
お屋ねライオン  
食べさないように

ウパウパ族が  
おそってきた!!

ウパウパ族の  
おどい

UFO  
中か  
ら来た!!

ク-ク-ンだ!

見たこともない  
かい物が  
おそってきた!!

やったー!  
忘から物 発見!

あーガンだ!

# 海底たんけん イメージスライド・イメージカード



大地しんだ!  
まわすべてが  
ユラユラ クラクラ

おなかがへってしまらない!  
魚がつかまらないよ!

クジラに  
のみこまれるう〜

パクパク族が  
おぞつてきた!!

パクパク族の  
よろこびのおどろ

水をくれ〜  
のどがかわいてしまらない

イルカとなだちになって  
あよみを救ったよ

キューッ!  
人食いサメが  
おんぶつかつてくるう!

やったー!  
忘から物 発見!

\\センソ\\  
だんだんだんだん  
イラんでい

クーフーンだ!  
すいこまれる〜

うわあ!  
海ぼうずだあ!

5 / 7 時間目 「どんな感じ？」資料および題材

**大うなぎ**

どんな大うなぎ?

**力が強い！ 電気を出してしびれさせる**

どうやって表現する?

力強さを出すために体をゆっくり大きくうねらせる。  
電気を出しているように時々とまってみるえるようにする。

