

平成 16 年度
学校体育長期研修研究報告
資料編

踊る楽しさや喜びを味わう
現代的なリズムのダンスの学習
～場・学習資料・学習形態の工夫を通して～

学習ノート・・・・・・・・・・・・・・・・	1
ダンス通信・・・・・・・・・・・・・・・・	7
体育に関するアンケート・・・・・・・・	9
生活に関するアンケート・・・・・・・・	11
現代的なリズムのダンス授業事前・事後アンケート・・・	13
現代的なリズムのダンス事後アンケート・・・・・・・・	15



神奈川県立体育センター

学校体育長期研修員

厚木市立厚木中学校 広瀬 清美

(組 番 氏名)

3時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは

- ① 友だちと一緒にリズムを重ねる楽しさを味わおう
- ② 自由に運動を組みわせよう

●あなたの今日の目標

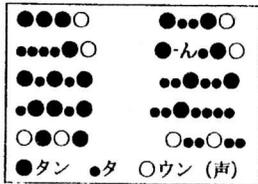
どうだった?

●今日一緒にストレッチした友だちは

 さん

●4人組でリズムカードを使って、音楽のリズムに乗ってみよう!!

*リズムカード



一緒にリズムをとった友だちは

 さん
 さん
 さん
 さん

・体カードを加えて動いてみよう

体カード
くび かた うで
はら こし ひざ

●プロジェクターで自分達の姿から自分のよさや友だちのよさを見つけよう

・自分のよさ

・友だちのよさ

●今日の授業を振り返って (数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしながら思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想・・・

- ・音楽はどうでしたか?ノリノリになれましたか?
- ・リズムカードや体カードを使ってどうでしたか?
- ・プロジェクターで自分達の姿を映して、どう思いましたか?

(組 番 氏名)

4時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは

- ①動く方向や場所を変えて大きく動こう
- ②ロックのリズムに乗って踊ろう

●一緒にストレッチした友達は

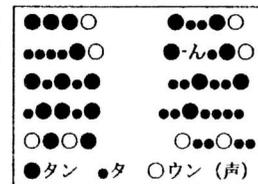
 さん

●あなたの今日の目標

どうだった?

●4人組でリズムカードを5枚ずつ使って、音楽のリズムに乗ってみよう!!

*リズムカード



一緒にリズムをとった友だちは

 さん
 さん
 さん
 さん

・体カードを加えて動いてみよう

体カード
くび かた うで
はら こし ひざ

●交流会を振り返って! (交流した友達からメッセージを書いてもらおう!!)

 (さんより)

●今日の授業を振り返って (数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしながら思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想 (自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

(組 番 氏名)
 5時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは
 ① 仲間と一緒にロックのリズムに乗ろう
 ② 仲間と楽しく1曲踊りきろう

●今日一緒にストレッチした友だちは
 _____ さん

●あなたの今日の目標 _____ どうだった? _____

●8人組でダンスを踊ろう (前回の動きを教えあつて)
 一緒に踊った人は _____
 1曲最後まで踊ってみよう
 動く方向、場を変えてみよう
 工夫をしてみよう
 _____ さん達です

●一緒に踊った8人組で他の班の人からアドバイスをもらおう
 友だちからのアドバイス _____
 _____ さんより

●プロジェクターで自分達の姿から自分のよさや友だちのよさを見つけよう
 ・自分のよさ _____ ・友だちのよさ _____

●今日の授業を振り返って (数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしがらずに思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想 (自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

(組 番 氏名)
 6時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは
 ①仲間や自分のよさを見つけ相手に伝える!!
 ②自由に運動を組み合わせて踊る楽しさを味わう

●今日一緒にストレッチした友だちは
 _____ さん

●あなたの今日の目標 _____ どうだった? _____

●一緒に踊った8人組で、他の班の人から良かったところやアドバイスをもらおう!!
 友だちからのアドバイスや良かったところ _____
 _____ さんより

●プロジェクターで自分達の姿から自分のよさや友だちのよさを見つけよう
 ・自分のよさ _____ ・友だちのよさ _____

●今日の授業を振り返って (数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしがらずに思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想 (自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

次回の授業につながる感想を書こう!!

(組 番 氏名)

7時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは

- ①サンバのリズムに乗る楽しさを味わおう
- ②自由に動きを組み合わせて踊ろう

●今日一緒にストレッチした友だちは _____ さん

●あなたの今日の目標 _____ どうだった? _____

●サンバステップに挑戦

○●●○●● ウンタウンタタ → 4人組で自由にサンバのリズムに乗って踊ってみよう! → リズムカードを使って、リズムをくずして踊ろう!

●交流して踊った他の班の人から、良かったところやメッセージをもらおう!!

良かったところ! _____
 もっとこうしたら良くなるよ! (アドバイス) _____
 さんより

●今日の授業を振り返って (数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしながら思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想 (自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

(組 番 氏名)

8時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは

- ①仲間と一緒にサンバのリズムに乗って踊る楽しさを味わおう
- ②ヒップホップのリズムに乗ってみよう!

●あなたの今日の目標 _____ どうだった? _____

●今日一緒にストレッチした友だちは _____ さん

●今日一緒に踊った友だちは _____ さん達です

●プロジェクターで自分達の姿から自分のよさや友だちのよさを見つけよう

・自分のよさ _____
 ・友だちのよさ _____

●サンバのリズムで踊ったダンスをヒップホップのリズムの曲で踊ってみよう!!

- ・地面に体重を預ける感じで ・足の出す方向を斜めにしたり、回転やひねりなどを加えて踊る
- ・両腕や頭は力を抜こう ・曲に合わせて踊る

●今日の授業を振り返って (数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしながら思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想 (自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

次の授業につながる感想を書こう!

(組 番 氏名)

9時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは

- ① いろいろなリズムに乗って動きを工夫して踊ろう
- ② だれとでも一緒に楽しく踊ろう

●一緒にストレッチした友達は

●あなたの今日の目標

どうだった?

●一緒に踊るメンバーは・・・(班長さんに○をつけよう!!)

_____ さん達です

●プロジェクターで自分達の姿から、自分のよさやグループの友だちのよさを見つけよう!

・自分のよさ

・友だちのよさ

●今日の授業を振り返って(数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしがらずに思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想(自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

次回の交流会に向けて自分の課題は?

(_____)

次回の交流会に向けてグループの課題は?

(_____)

(組 番 氏名)

10時間目: 月 日 () 今日の体調・気分は のっている 普通 調子悪い

学習のポイントは

- ①動く方向や場所を変えて大きく動こう
- ②いろいろなリズムに乗って踊ろう
- ③仲間のよさを見つけよう

●一緒にストレッチした友達は

●あなたの今日の目標

どうだった?

●ダンス交流会

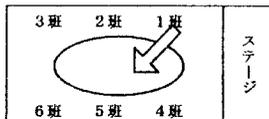
・各グループ(6人)でリズムに乗ってノリノリで踊ろう!!



・曲がかかったら、どんでん体を動かして踊り続けよう!

・前回作った動きに、さらに方向や空間(場)の工夫をして音楽に合わせて繰り返す

・各班で順番に円の中心に出て発表し、次に模倣してみんなで一緒に踊る



*他のグループの良かったところ

●今日の授業を振り返って(数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	4	3	2	1
②自分や友だちのよさを見つけることができましたか?	4	3	2	1
③仲間と動きを教え合うことができましたか?	4	3	2	1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	4	3	2	1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑥恥ずかしがらずに思いっきり体を動かすことができましたか?	4	3	2	1
⑦楽しんで動くことができましたか?	4	3	2	1

今日の感想(自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと・・・)

体育館にきたら、まずは2人組でストレッチをしよう

ストレッチで体と心をほぐそう！！

ストレッチのポイント！！

- ・ 反動はつけないで、ゆっくりと伸ばそう（1回10秒くらい）
- ・ 呼吸は止めないで、息を吐いたときに体をしっかりと伸ばす
- ・ 補助をする人は相手の様子をよく見てあげよう！
- ・ してもらう人は、どこが気持ちいいか、どうして欲しいかをしっかりと伝えよう！

1 上体を引っ張って！

相手の両手を自分の首にまわし、ひじをもって
まっすぐ上に引っ張る。
背筋がしっかりと伸びるように。

2 ゆっくりとうでをまわして！

相手の腕を持ち、ゆっくりと大きく回す。
後ろもできるだけ遠くに回し、腕から肩が
ほぐれるように。

3 寝て上体（足）を引っ張る！

水平方向からだんだんなめ上に角度を上げていく。
相手を引きずってしまわないように、
全身が伸びたところで力のバランスを保つ。

4 両脚で引っ張り合う！

相手の柔軟性を考えながら、静かに自分の方へ引っ張る。
引っ張られる方はできるだけ背筋を伸ばし、おへそを
前に出すように座り、息を吐く。

5 リラックスマッサージ

うつぶせになった相手の首から肩、背中、足などを
やさしくマッサージ。
なでたりさすったりもんだり、相手が気持ち
よくなるポイントをさがして。

みんなのダンス

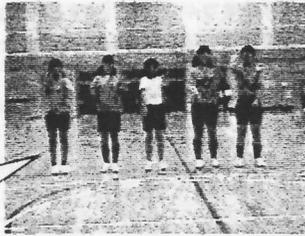
ダンス通信 No.1 10/6
厚木中学校1年1・2組
発行者 広瀬 清美

みんなの笑顔がたくさん!! 3回目の授業から!!

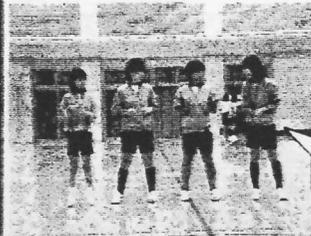
リズムカードと動きカードを使ってノリノリになってみました。プロジェクターで自分たちの姿を見て「もっと大きくうごいたほうがいいな」「恥ずかしさがなくなってきた!」、とみんなのノートに書いてありました。友だちがやらないような動きで踊ろう...というコメントもあって、だんだん「自分らしさ」を体で表現しようとしていることがわかりました。踊っているみんなのたくさんの笑顔が見られてうれしいな~!と思っています。今日は他の班と一緒に交流して自分や友だちの良さをたくさん見つけよう!!



体を大きく動かしているね!!



笑顔がたくさんありました!!



髪の毛も踊るぐらい弾んでいます!!



友だちと動きをあわせてみると楽しいな!!

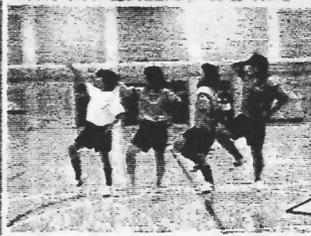


手を大きく前に出してパン子だぞ~!!

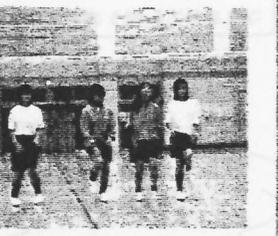


手の動きを工夫して見ました!!

今日は、隊形の工夫や動く方向を工夫して、体を大きく動かしてみよう! リズムを体全体で感じてね!!



足も大きく動かしてリズムを取るぞ!!



みんながやらないような動きで踊るぞ!!

みんなのダンス

ダンス通信 No.2 10/8
厚木中学校1年1・2組
発行者 広瀬 清美

さらに踊りの工夫を加えて!! 楽しさアップ!!

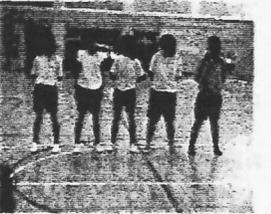
~横生先生もノリノリ?!で参加してくれました~



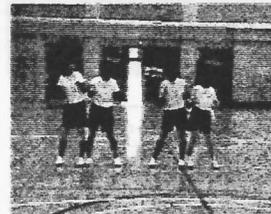
スポーツのイメージで体全体を使ってリズムに乗っていたね!!



まとまりや一体感のあるダンスでした。リズムをずらした工夫がいいね!



最初の首の動きがそろってかっこよかったです!!



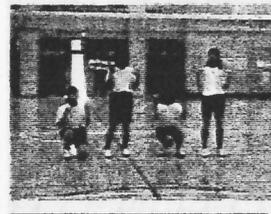
体がスイングしていて良く動いています。終わりのポーズがまとまっていたね!



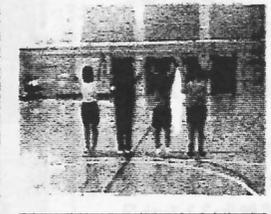
速い足のステップが見えてかっこよかったです。体が弾んでいました!!



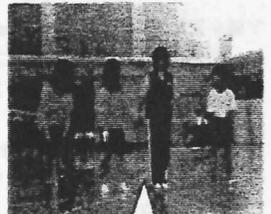
最初のリズムに乗ったステップが上手! 腰の動かし方がいい!!



動きがはっきりしていて自信を持って踊っていました! リズムに乗ってましたよ!!



スタートからの隊形の工夫がいいね! 2人組の動きがリズムに乗ってよかったよ!!



ダンスって楽しいね! 一緒に踊りたかったよ!!

みんなのダンス

ダンス通信 No.3 10/14
 厚木中学校1年1・2組
 発行者 広瀬 清美

楽しさが広がった8人組のダンス！！

～友だちの良さをたくさん見つけたよ～

みんなの感想から

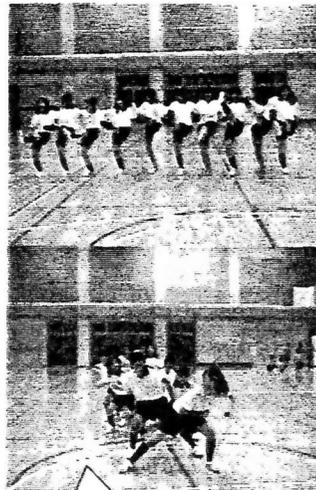


ジャンプが大きく跳べて弾んだ感じがいいですね！！

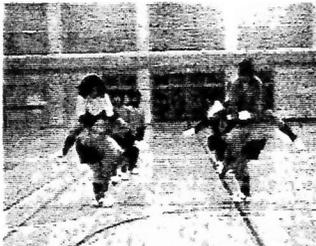
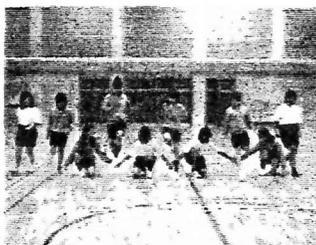


最後は大きなハートでまとまりを見せています！！

- ・ 8人で息が合っていてとてもよく動けていました (. . . さん) (. . . さん)
- ・ なるべく動きを見た (. . . さん)
- ・ もう1つのほうのグループの人たちの動きが自分達にはないものでダンスの動きが広がった (. . . さん)
- ・ 自分で、踊りの流れを覚えていたつもりでも踊った時になかなか出てこなかったの、次回は動きを完璧に覚えたいです (. . . さん)
- ・ 結構できたかも、やっぱり他の人は私よりずっと上手だった (. . . さん)
- ・ 皆恥ずかしがらなくなってきた (. . . さん)
- ・ ちゃんとできてよかった。あと残り少ないけどがんばって楽しくやりたいです (. . . さん)
- ・ 今回は堂々と発表できました。それに楽しくリズムをとることができました (. . . さん)
- ・ 工夫したダンスができた。これからもっと工夫したダンスをできるようにしたい (. . . さん)
- ・ あまりうまくリズムが取れなかったけどグループ発表が楽しくできた (. . . さん)
- ・ 多い人数だったけどみんなでまとまって行動できた (. . . さん)
- ・ 前回は意見が合わなかったり、動きが合わなかったり、大変なことが多かったけど今回は完成させるために協力することが一杯できて楽しく踊れたので良かったです。でも、リズムとかたまに合っていない時があったのががんばって合わせたいです。声かけをしっかりとって、初めての人ともリズムが合うようにできるといいと思いました (. . . さん)
- ・ もっと楽しく動くように！ちょっと恥ずかしがっていましたが (. . . さん)
- ・ 前よりも練習してわかってきたので、みんなで楽しくできた。1人がリズムをとってくれて合っていたのが良かった (. . . さん)
- ・ みんなプロジェクターでよく見れてないので見たほうが良いと思った (. . . さん)



たくさん笑顔があつてノリノリでした！！足がすごい上がってる～



短い時間で声を掛け合つて踊れたのが良かったです！！

- ・ 多くの人とダンスをやって完成すると嬉しかったです。いろいろなグループを見てもそう思いました。滑らかな動きなど、集団でやるとよくわかります (. . . さん)
- ・ 前よりも見ばえが良くなっていた。ビデオで見るとやっている時よりも全体が見えた (. . . さん)
- ・ 初めて画面を見ることができてすごくうれしかった。次回も見れるようにがんばりたい (. . . さん)
- ・ やっぱり大人数だと少ない人数の時よりも楽しかった。もっとすごいやつを作りたい (. . . さん)
- ・ 1組の子とも友だちになれた。自然に会話が弾んで楽しかった (. . . さん)
- ・ 1回休んだのにみんな優しく教えてくれてうれしかった。やっぱりダンスは友情を深めるものだと思う (. . . さん)
- ・ 楽しく踊れた。恥ずかしがらずしっかりと踊れて楽しかった (. . . さん)
- ・ もともと体育の授業は好きなんですけどもっと好きになれた気がしました (. . . さん)
- ・ 今日はあんまり考えないでやったらすごく楽しくできた (. . . さん)
- ・ 体を大きく動かすことができてよかった。速くフリを覚えてかつこよく踊れるといい (. . . さん)
- ・ ちょっと恥ずかしかったけど楽しめた (. . . さん)
- ・ なんとかダンスはできたけどビデオは見たくない。今度は広瀬先生の力を借りずにやりたい (. . . さん)
- ・ 最初はまとまりがなくて大変だったけど、最後は楽しくできた (. . . さん)
- ・ ジャンプとかはできなかったけどよく踊れたと思う。よくリズムも取れたし良かったです (. . . さん)
- ・ うちの班は他の班に比べてハンデがあったけど、仕上がりが良かったから踊り終わった後気持ち良かった (. . . さん)
- ・ とても体を動かしてとても気持ちよかったです (. . . さん)
- ・ 短い時間の中で進められてよかった。楽しくできてよかった (. . . さん) (. . . さん) (. . . さん)

体育に関するアンケート

年 組 男・女 どちらかに○をつけてください

このアンケートは体育の授業を行う上で、参考にするものです。評価や成績には一切関係しません。また、他に見せたりすることはありません。自分の思ったことを正直に答えてください。当てはまる答えの番号に○をつけてください。

- 1 体育の授業は好きですか (好き 嫌い) 好きと答えた人は2へ
嫌いと答えた人は3へ

- 2 なぜ好きか理由を教えてください (いくつ○をつけてもよいです)
 - ①楽しいから ②からだがじょうぶになるから ③からだを動かすと気持ちがいいから
 - ④運動が得意だから ⑤いろいろな運動を経験できるから
 - ⑥体育の授業で上手になるから ⑦友達と仲良くなれるから
 - ⑧苦手な友達に教えることが好きだから
 - その他 ()

- 3 なぜ嫌いか理由を教えてください (いくつ○をつけてもよいです)
 - ①つまらないから ②運動すると苦しいから ③からだを動かすことが恥ずかしいから
 - ④運動が苦手だから ⑤ルールを覚えるのが大変だから
 - ⑥体育の授業でなかなかできるようにならないから ⑦友達に声をかけるのが苦手だから
 - ⑧友達に何か言われることがいやだから
 - その他 ()

- 4 あなたは体育の授業でどのようなときに楽しい、おもしろいと感じましたか。
(いくつ○をつけてもよいです)
 - ① チームで作戦を立てるとき
 - ② 勝負で相手チームに勝ったとき
 - ③ 記録が伸びたとき
 - ④ できなかったことができるようになったとき
 - ⑤ 体力が高まったと感じるとき
 - ⑥ 友達と仲良くなったとき
 - ⑦ 自分の考えや動きを発表したとき
 - ⑧ 難しい技に挑戦したとき
 - ⑨ 友達にほめられたとき
 - ⑩ 先生にほめられたとき
 - ⑪ その他 ()

5 あなたは体育の授業でどのようなときにつまらない、おもしろくないと感じましたか。

(いくつ○をつけてもよいです)

- ① チームで話し合いがうまくいかないとき
- ② 勝負で相手チームに負けたとき
- ③ 記録が伸びないとき
- ④ いくら練習してもできるようにならないとき
- ⑤ 疲れたり苦しくなったとき
- ⑥ 友達とけんかしたとき
- ⑦ 自分の考えを発表して恥ずかしかったとき
- ⑧ 新しいわざに挑戦したときに、恐怖感や不安があったとき
- ⑨ 友達に何かいやなことを言われたとき
- ⑩ 先生に怒られたとき
- ⑪ その他 ()

6 あなたが小学校の体育で行った運動で次の種目を大好き、どちらかといえば好き、どちらかといえば嫌い、嫌い4つの中から1つ選んで○をつけてください。また、小学校で行わなかった運動については、やったことがないの欄に○をつけてください。

	大好き	どちらかとい えば好き	どちらかとい えば嫌い	嫌 い	やったこと がない
体ほぐしの運動					
体力を高める運動					
マット運動					
鉄棒運動					
跳び箱運動					
短距離走・リレー					
ハードル走					
走り幅跳び					
走り高跳び					
水泳					
バスケットボール					
サッカー					
ティーボール					
ソフトボール					
ソフトバレーボール					
タグラグビー					
表現・フォークダンス					

生活に関するアンケート

年 組 男・女 どちらかに○をつけてください

このアンケートは体育の授業を行う上で、参考にするものです。評価や成績には一切関係しません。また他に見せたりすることはありません。自分の思ったことを正直に教えてください。当てはまる答えの番号に○をつけてください。

- 1 現在、所属している部活動を教えてください。() 部
(所属していない人は記入しなくてよいです)

現在、校外で所属しているスポーツクラブやスポーツチームがあれば教えてください。

() (例 スイミング、サッカー、野球、ダンス、トランポリン、バレエなど)

- 2 部活動に所属している人だけ教えてください。(1つ○をつけてください)

- ①運動部に入り、楽しく参加している ②運動部に入っているが、あまり楽しく参加できていない
③文化部に入り、楽しく参加している ④文化部に入っているが、あまり楽しく参加できていない

スポーツクラブやスポーツチームに所属している人だけ教えてください。(1つ○をつけてください)

- ①楽しく参加している ②あまり楽しく参加できていない

- 3 あなたは学校が休みの日、どこで過ごすことが多いですか。(いくつ○をつけてもよいです)

- ①家 ②友だちの家 ③外 ④学校 ⑤図書館 ⑥公民館等
⑦公共の体育館 ⑧その他()

- 4 あなたは学校が休みの日、誰と過ごすことが多いですか。(いくつ○をつけてもよいです)

- ①家族 ②一人で ③友だちと ④近所の人
⑤その他()

- 5 あなたは学校が休みの日、何をすることが多いですか。(いくつ○をつけてもよいです)

- ①ゲーム ②テレビ ③遊び ④部活動 ⑤地域の行事
⑥ボランティア ⑦読書 ⑧勉強 ⑨習い事 ⑩塾
⑪出かける ⑫ぶらぶら ⑬寝る ⑭その他()

- 6 学校のある日、あなたの起きる時間はだいたい何時ごろですか。

- ①6時前 ②6時01分～30分 ③6時31分～7時 ④7時01分～30分
⑤7時31分～8時 ⑥8時01分～30分 ⑦不明

『現代的なリズムのダンス』授業事前・事後アンケート

1年 組 番 氏名

* 該当する数字(3・2・1)を○で囲んでください。

3:はい 2:どちらでもない 1:いいえ

「体育授業編」

- | | | | |
|---|---|---|---|
| 1. 体育ではみんなが楽しく勉強できます。 | 3 | 2 | 1 |
| 2. 体育は、明るくてあたたかい感じがします。 | 3 | 2 | 1 |
| 3. 体育をすると体がじょうぶになります。 | 3 | 2 | 1 |
| 4. 体育ではせいいっぱい運動することができます。 | 3 | 2 | 1 |
| 5. 体育で、からだを動かすと、とても気持ちがいいです。 | 3 | 2 | 1 |
| 6. 体育をしているとき、どうしたらうまくできるかを考えながら勉強しています。 | 3 | 2 | 1 |
| 7. 体育をしているとき、うまい子や強いチームを見てうまくできるやり方を考えることがあります。 | 3 | 2 | 1 |
| 8. 体育で運動するとき、自分のめあてを持って勉強します。 | 3 | 2 | 1 |
| 9. 体育で習った運動を休み時間や放課後に練習することがあります。 | 3 | 2 | 1 |
| 10. 体育では、友だちや先生が励ましてくれます。 | 3 | 2 | 1 |
| 11. 私は、運動が、上手にできるほうだと思います。 | 3 | 2 | 1 |
| 12. 私は、少しむずかしい運動でも練習するとできる自信があります。 | 3 | 2 | 1 |
| 13. 体育では、自分からすすんで運動しています。 | 3 | 2 | 1 |
| 14. 体育が始まる前は、いつもはりきっています。 | 3 | 2 | 1 |
| 15. 体育では、いろいろな運動が上手にできるようになります。 | 3 | 2 | 1 |
| 16. 体育では、いたずらや自分勝手なことはしません。 | 3 | 2 | 1 |
| 17. 体育では、クラスやグループのやくそくごとを守ります。 | 3 | 2 | 1 |
| 18. 体育では、先生の話をきちんと聞いています。 | 3 | 2 | 1 |
| 19. 体育で、ゲームや競争をする時は、ルールを守ります。 | 3 | 2 | 1 |
| 20. 体育で、ゲームや競争をする時、ずるいことやひきょうなことをして勝とうとは思いません。 | 3 | 2 | 1 |

(体育の診断的・総括的授業評価)

* 該当する数字(4・3・2・1)を○で囲んでください。

4 大好き	3 好き	2 どちらかといえば嫌い	1 嫌い
-------	------	--------------	------

21. 体育の授業は好きですか	4	3	2	1
22. ダンスの授業は好きですか	4	3	2	1
23. 授業にかかわらず踊ることは好きですか	4	3	2	1
24. 創作ダンス(表現)は好きですか	4	3	2	1
25. 「現代的なリズムのダンス」は好きですか (ロック・サンバ・ヒップホップ・ストリートダンスなどのこと)	4	3	2	1
26. フォークダンスは好きですか	4	3	2	1

4 思う	3 やや思う	2 あまり思わない	1 思わない
------	--------	-----------	--------

27. ダンスの授業は他の運動領域(種目)より運動量が多い	4	3	2	1
28. ダンスの授業は話し合いの時間が多い	4	3	2	1
29. ダンスは誰にでもできて楽しい	4	3	2	1
30. ダンスはいつもの自分と違い何にでも変身できる	4	3	2	1
31. 踊っていると気持ちがあっさりする	4	3	2	1
32. ダンスの授業では音楽やリズムがあったほうがよい	4	3	2	1
33. 音楽やリズムに乗って踊ることは楽しい	4	3	2	1
34. 授業では、恥ずかしさを持っている	4	3	2	1
35. 人前で踊るのは恥ずかしい	4	3	2	1
36. 作品の発表会は恥ずかしい	4	3	2	1
37. かたちの決まっている踊りを覚えて踊ることは楽しい	4	3	2	1
38. 仲間と協力して作品を創りあげることは楽しい	4	3	2	1
39. 一人で動きを考えて踊ることは楽しい	4	3	2	1
40. 友だちとかかわって踊ると楽しい	4	3	2	1
41. ダンスの授業はグループ活動がよい	4	3	2	1
42. 踊ることで友達は増えていく	4	3	2	1
43. ダンスの授業は人間関係をよくする	4	3	2	1

<14> 学習ノートを記入することによって、自分の踊りに変化が見られたと思いますか。
(はい どちらでもない いいえ)

<15> 学習ノートに書いてもらった友だちからのメッセージについてどう思いますか。
(意味があった どちらともいえない 必要なかった)

<16> 踊った曲はどうでしたか。ノリノリになれる曲でしたか。
(はい どちらでもない いいえ)

<17> 何人組で踊るダンスが一番楽しかったですか。(2人、4人、6人、8人、全員)
また、その理由を教えてください。

人組が良い。その理由は

<18> 自分達のグループが踊ったダンスを他のグループと一緒に踊ることについてどう思いますか。

記述

<19> 友だちとどのような声をかけ合うことができましたか。

記述

<20> 踊る楽しさや喜びを味わうことができましたか。
(はい どちらでもない いいえ)

<21> 10回のダンスの授業を振り返って感想を書いてください。

感想

(1組 35番 氏名)

10時間目: 11月2日(火)

今日の体調・気分は

☑ のってる 普通 ☐ 調子悪い

学習のポイントは

- ①動く方向や場所を変えて大きく動こう
- ②いろいろなリズムに乗って踊ろう
- ③仲間の良さを見つけよう

●一緒にストレッチした友だちは

_____ さん

●あなたの今日の目標

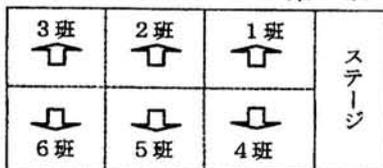
楽しくダンスを踊る!
みんなと一緒に踊る

どうだった?

最初は、3人だけであまり進まなかったけど、そこで出た意見も合わせてダンスがうまくなった!

●ダンス交流会

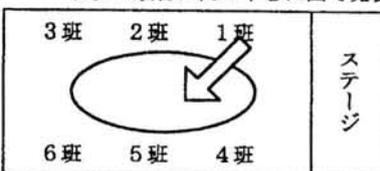
・各グループ(6人)でリズムに乗ってノリノリで踊ろう!!



・曲がかかったら、どんどん体を動かして踊り続けよう!

・前回作った動きに、さらに方向や空間(場)の工夫をして音楽に合わせて繰り返す

・各班で順番に円の中心に出て発表し、次に模倣してみんなと一緒に踊る



*他のグループの良かったところ

すごいリズムが合っていたり、笑顔で踊っていたりして、楽しそうな感じで、しんけんな感じが両方感じた!

●今日の授業を振り返って(数字に○をつけよう!)

4:大変そう思う 3:そう思う 2:あまり思わない 1:全然思わない

①友達と一緒に動く楽しさを味わうことができましたか?	④ 3 2 1
②自分や友だちの良さを見つけることができましたか?	④ 3 2 1
③仲間と動きを教えあうことができましたか?	④ 3 2 1
④リズムに合わせて動くことができましたか?	④ 3 2 1
⑤友達の動きを取り入れて、体を動かすことができましたか?	④ 3 2 1
⑥恥ずかしがらずに思いっきり体を動かすことができましたか?	④ 3 2 1
⑦楽しんで動くことができましたか?	④ 3 2 1

今日の感想(自分のことや、友達のこと、授業内容で感じたこと...)

最後の授業だったので、恥ずかしがらずに思いっきり体を動かそうと思っていました。前で少し恥ずかしいなと思ってた時もありましたが、あまりノリノリになれない時もありました。でも、今日は、最初のうちは「恥ずかしかったけど」、踊っているうちにだんだん楽しくなってきました。恥ずかしさもなくなりました。意見も、いっぱいではなかったけど、一応言えました。前よりも、もっとダンスが好きになりました!!

→ 今まで10時間教えて頂き、ありがとうございました!!