

# 「誰でもチャレンジ！表現運動！」 ～「恥ずかしい」、「どう動いていいかわからない」の 意識を変える授業の創造～

丸亀市立郡家小学校  
教諭 香西 真一郎

## 1 はじめに

表現運動は、体育の授業の中で最も普及していない領域と言われている。運動会で決まったダンスを教えて終わりとなっている場合も多い。実践校においても、ほとんどの教員が表現運動の指導を苦手だと答えている。児童についても同じ傾向が見られる。体育の他の領域は大好きだが、表現運動は苦手だという児童が多い。理由をきくと、主に「恥ずかしい」、「どう動いていいかわからない」という課題が明らかになった。そこで、児童が表現運動をやってみようという気持ちになる教師の意図的なしかけに視点を当てて授業を進めることとした。

## 2 実践の内容・方法

苦手な児童でも楽しめる授業の工夫（4年生の実践「忍者の世界」を中心に）

### （1）「まねる」から始める表現運動

人前で動くことが恥ずかしいという児童がいる場合には、「まねる」から始めると効果的であった。忍者の影分身をテーマにしながら、友だちの動きをペアでまねることで抵抗感なくいきいきと体を動かせるようになった。

また、恥ずかしさの軽減をするだけでなく、運動の技能を高めていくため、徐々に「まねる」の質を高めていった。

レベル1	・・・	同じように動く
レベル2	・・・	反対の動きをする
レベル3	・・・	まねる方は地面に寝て、影になって動く



レベル1 同じ動き

「まねる」動きを取り入れ、徐々に動きの質を高めていくことで、相手と同じように動いたり、対応して動いたりといった中学年の学ぶべき技能の向上にもつながった。更には、レベル3の影になって動く段階になると、児童はこんな動きもおもしろそうと、教師が助言しなくても「体をひねる」、「しゃがむ」、「足を交差する」といった動きを工夫するようになり、自然と様々な動きのバリエーションを増やしていった。



レベル3 影の動き

## (2) イメージカードの活用

表現運動の経験が少ない児童にとって、「自由に動いてよい」ということが結果不自由に感じ、どう動いてよいか分からない児童の増加につながっている。そこで、場面や状況を設定し、動きに変化を与えるためにイメージカードを作成した。テーマが忍者であれば、「手裏剣を手に入れた」、「火をふく技を習得した」、「剣を手に入れた」といった武器や技のイメージに加え、侵入する場面、「屋根から屋根に飛び移って」、「ロープを使って」、「水の中から」などのカードや、ハプニングの場面、「お城の天井が落ちてきた」、「強すぎる敵が現れた」、「落とし穴に落ちた」などのイメージを膨らませやすくするカードを活用することで、児童はおかれた自分の状況や立場をイメージし、動きを工夫することができた。また、カードを用いて活動した後は、それらを組み合わせてひとまとまりの作品をグループごとに創作していくことで、「どう動いてよいか分からない」という児童の悩みは解消した。

イメージカードは、表現運動の普及を図るため、本実践の忍者に加え低学年の「動物」、高学年の「自然」などの題材についても作成し、ラミネートして保管しておくようにした。誰でも使えるようにすることで、表現運動の指導を苦手としている教員にとっても授業に取り組みやすくなったとのことである。



イメージカード

## (3) 表現運動への抵抗感をなくす授業の流れに

表現運動をするにあたり、「恥ずかしい」、「どう動いてよいか分からない」と感じている児童には、教師が表現運動の世界に導くことが必要不可欠である。しかし、教師がずっと導いていたのでは、児童の発想や思考を生かした作品は生まれない。そこで、授業の流れを以下のようにした。

- ① カラダオドリズム・・・教師の動きをまねて動く
- ② リズム遊び・・・教師の声に合わせて友だちと一緒に動く
- ③ 影分身ダンス・・・友だちの動きをまねる
- ④ 創作・・・ひいたイメージカードを友だちと相談しながら動く

※時間配分は、単元前半では①～③に、後半では④に十分な時間を使って実施した。

上記のような流れにすることで、表現運動の世界に没入するまでは教師とともに学び、その後は夢中になって友だちと様々な動きを工夫し、新しい動きを生み出していく姿が見られた。また、「①カラダオドリズム」と「②リズム遊び」では、ダンスや遊びの中に本時の学びにつながる動きを教師が意図的に取り入れて行った。児童は夢中になって踊ったり遊んだりしているだけだが、自然と本時の学びのヒントを体感していくことで、友だちと動きを創作していくときにも夢中になったまま技能の質が高められた。

## (4) 「困ったときは一緒に踊ろう」を合言葉にする

より創作した動きの質を高めようと思ったときに、グループ内では意見が煮詰まり始める場面が出てきた。そこで、「困ったときは一緒に踊ろう」を合言葉にして児童の意識を変えた。今までのグループ活動では、グループ内で話し合っただけで授業の最後に他のグループと作品を見せ合うということが多かった。そのため、個やグルー

プによって「話し合う場面」、「やってみる場面」、「見合う場面」のどこでつまずくかに違いができ、動きが停滞する場面も見られた。児童にとっても自分のグループで課題を解決しようという思いが強く、他のグループを意識する様子は見られなかった。その意識を変えるため、「困ったらいつでも他のグループのところに行ってよい」と助言した。その際、理論的に話し合うよりも一緒に踊ってみようとして投げかけた。



他のグループと一緒に踊る

### 一般的なグループ活動

- ・グループで話し合う つまずき
- ・やってみる つまずき つまずき
- ・他のグループに見てもらって感想やアドバイスをもらう。

### 新しいグループ活動

「困ったときは一緒に踊ろう」 つまずいたら助けを求めよう！

グループ活動の一般的な流れを取り除く！

- ・グループで話し合いながらやってみる
- ・やってみる中で困ったらいつでも他のグループのところに行っていい！

**合言葉は、動きを止めない！**

この新しいグループ活動の流れで授業を展開することで、視野がグループ内から他のグループにまで広がった。発想や動き方に困ったら他のグループのところに行き、作品と一緒に動いてみておもしろかった動きをまねてみたり、自分たちのグループの動きと一緒に踊ってもらってアドバイスをもらったりする姿が多く見られるようになった。実際に他のグループの動きを試みることで、体を通して新たな発想が生まれ、作品がより独創的な動きの変化へとつながっていった。

#### (5) 音楽を用いた準備運動、運動感覚づくりを全領域で活用

体育の授業における準備運動では、毎回同じ徒手運動が行われることが多い。体育系の児童が前に出て「1・2・3・4」と声をかけながらいつも同じ動きをしている授業をよく目にする。しかし、かけ声に合わせて行う徒手運動は、児童にとって楽しいものではないように感じた。そこで、準備運動から楽しく取り組めるようにリズムダンスを活用した。動きを作成するにあたっては、以下のことを留意した。

- ・振付を教えなくても教師のまねをしたらすぐにできること。
- ・体の力をぬいたり入れたりする動きや、単元で扱う技能につなぐ動きを取り入れること。

例：スイミリズム・・・ペンギンになって歩くよ→平泳ぎのカエル足に

ボールツクリズム・・・後ろから前に体重移動をして腕をふる→投動作に

- ・児童に親しみやすくなるよう、ネーミングや選曲を工夫すること。

体づくり運動	・・・	カラダツクリズム
水泳	・・・	スイミリズム
陸上	・・・	ハヤクハシリズム
機械運動	・・・	トビバコトブリズム
表現運動	・・・	カラダオドリズム
ボール運動	・・・	ボールツクリズム



カラダオドリズム

全領域でリズムダンスを準備運動に活用することで、準備運動から授業を楽しめるようになった。また、音楽に合わせて動くことが日常化することで、表現運動に抵抗感をもつ児童が少なくなった。休み時間にも音楽をかけて毎日のように教室で踊る児童も見られた。この準備運動は若年研修で紹介し、校内に普及した。

### 3 実践の成果

本実践において、表現運動に対する児童の意識は以下のように変化した。

表現運動における本学級の意識調査（4年東組 全25名）

体育の授業で最も好きな領域で表現運動を選択した児童

実践前 24% → 実践後 48%

体育の授業で最も苦手な領域で表現運動を選択した児童

実践前 16% → 実践後 0%

上記の結果より、本実践が表現運動への抵抗感の軽減につながったことが分かる。最も苦手な領域であると答える児童がいなくなったことが最大の成果である。

授業第1時では、立ち尽くして動けなかった児童がいた。しかし、単元が進むにつれて友だちをまねたり一緒に動いたりしていく中でいきいきと授業に取り組むようになり、最後にはグループで一人違う動きをしてみんなから称賛されるなど、よりよい変容が見られた。

また、本実践をもとに表現運動の授業を行った、体育以外を専門としている教員によると、授業前は児童が楽しめるか不安だったが、影分身ダンスから授業を始めることで児童がいきいきと活動し、教員にとっても表現運動の抵抗感がなくなったとのことである。

### 4 普及させたい取組と期待される効果

本実践は、表現運動に抵抗を感じている児童、及び教師に視点を当てたものである。決して高レベルな知識を必要とするものではなく、表現運動を専門とする教員でなくてもできる意図的なしなかけを心がけたため、幅広く、表現運動を気軽に指導することが期待できる。

### 5 課題及び今後の取組の方向

表現運動領域の授業は、十分に普及が進んでいない。そのため、本実践で作成した教具や活動案を校内だけでなく、他校の教員でも気軽に活用できるように工夫していく必要がある。これまでに表現運動に苦手意識をもつ教員がやってみようと思ってもらえることで、本実践の成果となると考える。