学校番号	１００４

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	ダンス	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・現代的なリズムのダンスの特性を活かし、全身でリズムをとらえて、身体を動かそう。
・ステップやリズムの取り方等を楽しみながら仲間と交流し発展させていこう。
・作品としてまとめ、発表・鑑賞まで共に達成感をもてるように努力しよう。
・発表は２学期文化祭、３学期クリスマスに発表をおこなう。
・発表に合わせて各グループで衣装を準備する際、原則持っているもので準備をするが、グループ内で必要な場合には予算を決めて購入する場合がある。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
・ダンス的なウォームアップで身体の各部位の動きに着目しながら、心と身体をほぐす。
・全身でリズムをとらえ、音楽にのって身体を動かす。
【思考力、判断力、表現力等】
・仲間とのコミュニケーションを図りながら、高度な技術や表現をめざす。
・創造的な表現等の能力と鑑賞力を養い、作品創作と舞台発表を実践する力を養う。
・集団の中での自身の役割や取り組みに対して振り返り、言葉で表現することができる。
【学びに向かう力、人間性等】
・運動課題やイメージ課題等の創作を進めながら、構成的に集団を活かして作品を完成していく。
・積極的にグループ活動に取り組む。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	ダンスの歴史や文化的な特性を知り、楽しみ方を学ぶ。 作品発表の経過を経て達成感を感じ、仲間の協力に感謝し、他のチームも評価し合える。 止まる・動きの繰り返し、リズムの変化に対応した動き、フロアーを使った動き等を体験することで、全身を鍛え、より高度な技術を身につける。 使用する音楽の特性に合わせてリズムにのる。	仲間やチームを作り、テーマや音楽・衣装等を工夫し、計画的に作品の創作を進めることができる。 集団の中での自身の役割や取り組みに対して振り返り、言葉で表現することができる。	自ら進んでダンスの楽しさや喜びを味わおうとする。 作品をつくる過程で、仲間のつまずきや、自身の運動課題等に諦めず粘り強く関わり、取り組むことができる。 健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
一学期	オリエンテーション	オリエンテーション ダンスウォームアップ ボディトレーニング ショートプログラムの習得 文化祭発表に向けて創作	a:ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、体力の高め方、交流や発表の仕方などを理解している。 b:役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとしている。合意形成に貢献しようとしている。 課題解決のために、仲間と積極的に関わり取り組んでいる。 c:心と体をほぐし、全身を伸ばしたり、リズムにのって楽しもうとしている。主体的に取り組むとともに、お互いに共感し高め合おうとしている。		振り返りシート	受講状況の観察 振り返りシート
	スキルテスト・創作活動	スキルテスト 文化祭発表に向けて創作 発表	a:リズムの変化、決まったステップ、動きの強弱、表情等のダンス技術について理解し、リズムにのって踊ることができる。 b:自分の役割を果たそうとしている。自分の課題について理解し、解決に向けての取り組みをことばで表現できる。 c:仲間と協力し合い、作品のクオリティを上げるための課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいる。	技能テスト	振り返りシート	受講状況の観察 振り返りシート

二学期	スキルテスト・創作活動	文化祭発表の鑑賞 スキルテスト クリスマスライブに向けて創作発表	a:リズムの変化、決まったステップ、動きの強弱、表情等のダンス技術について理解し、リズムにのって踊ることができる。 b:自分の役割を果たそうとしている。自分の課題について理解し、解決に向けての取り組みをことばで表現できる。 鑑賞を通して、自分の取り組みを振り返り、課題や目標を具体的にことばで表現できる。 c:仲間と協力し合い、作品のクオリティを上げるための課題解決に向けて、粘り強く取り組んでいる。	技能 テスト 作品点	振り返りシート	受講状況の観察 振り返りシート
三学期	ダンスショートプログラム	クリスマス発表の鑑賞 ショートプログラムの習得 全体の振り返り	b: 鑑賞を通して、自分の取り組みを振り返り、課題や目標を具体的にことばで表現できる。 学習で得た成果を振り返り、ことばで表現できる。 c:より発展した内容に取り組もうとしている。	技能 テスト	振り返りシート	受講状況の観察 振り返りシート

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度