

体育専科通信

令和7年度 No. 16

文責 南部体育専科（末原）

今回のテーマは、『表現リズム遊び・表現運動の授業づくり』についてです。

動きを引き出すためには、どんな言葉をかけたらいい？



- 具体的に様子やイメージができる言葉
- 具体的に動きや変化を引き出す言葉
- 「大変だ！」「急に〇〇する」場面を取り入れた言葉
- 何気ない動きを取り上げて、大げさにほめる。
- 動きのヒントや感じを強める言葉をたくさん用意する。

獲物に近づくよ。

ジャンプして捕まえるよ。

これだと動きが単調になるので…

じわじわ獲物に近づこう。足音を消して…そっと。

急に襲いかかるよ。飛び上がって！ビュン！



題材の特徴を具体化	動き言葉でのイメージ化	簡単なお話づくりへの広がり
<ul style="list-style-type: none">・ 水遊びすると気持ちがいいね。・ 誰かがしっぽをふんづけた！・ どこに隠れているのかな。・ 動物の声が聞こえてくるね。	<ul style="list-style-type: none">・ バシャバシャ・ きょろきょろ・ シュツシュツ・ キキッ・ クルクルクル・ プーカプカ	<ul style="list-style-type: none">・ 大雨が降り出した。・ 嵐がやってきた！・ 大変、ライオンだ。早く逃げなくっちゃ。急げ！

2年間の指導計画を考えよう・・・(内容を2学年に分けて考える計画)

例) 1年		2年	
1～4	5～9	10～14	15～20
リズム④ ・身近な曲に乗って ・ロックのリズムに乗って	表現⑤ ・動物や昆虫になりきって (生活科と関連させる。) ・発表会	リズム⑤ ・身近な曲に乗って ・サンバのリズムに乗って ・発表会	表現⑥ ・飛行機になりきって ・遊園地の乗り物になりきって ・発表会
3年		4年	
1～6	7～12	13～20	18～24
表現⑥ ・具体的な生活からの題材 ・ひと流れの動きにして	リズム⑥ ・ロックやサンバのリズムに乗って ・発表会	リズム⑤ ・速さや曲調の異なるロックやサンバのリズムに乗って ・発表会	表現⑦ ・空想の世界からの題材 ・ひと流れの動きにして ・発表会
5年		6年	
1～7		8～15	
フォークダンス⑦ ・地域で親しまれている踊り④ ・外国のフォークダンス③ ・発表会		表現⑧ ・激しい感じの題材や群が生きる題材④ ・多様な題材④ ・「はじめーなかーおわり」を付けた簡単なひとまとまりの動きにして	



昆虫編



海中編



忍者編



スポーツ編

QRコードは、表現カルタです。
低学年は、昆虫と海中がおすすめ
中学年は、海中と忍者がおすすめ
高学年は、スポーツがおすすめ

