

# 「踊る・創る・見る」を取り入れたリズムダンスの授業 ～ F小学校を事例に～

成瀬 麻美

愛知教育大学保健体育講座

## A Class of Rhythm Dance Incorporating “Dance・Create・Observe” ～ A Case Study of F Elementary School ～

Mami NARUSE

Aichi University of Education

キーワード：リズムダンス，体育授業，「踊る・創る・見る」

Key Words：Rhythm Dance, Physical Education, “Dance・Create・Observe”

### 1. はじめに

学校教育におけるダンス領域では、平成10年度よりリズムダンス（小学校）、現代的なリズムのダンス（中学校、高等学校）が導入された。音楽は、①枯れてしまった感情を誘発させる②うっせきした感情を発散させる③励ましたり、慰めたりできる等の作用があり（村井，1995）、心と体に深く関係するものである。幼児は音楽がかかると自然と体を動かしリズムを刻み踊り出すことから、音楽は心と体を誘発し踊りを生み出す源であると言える。リズムダンスには固くなった子どもの心と体をほぐす効果があり、教育的価値が期待できる内容である。

小学校学習指導要領においてリズムダンスは「軽快なロックやサンバのリズムに乗って全身で弾んで踊ったり、友達と自由にかかわり合ったりして楽しく踊る」（文部科学省，2008，p.54）とあるように、リズムの特徴をとらえ、自由に全身で即興的に踊ることが特性である。つまり、ステップや振り付けを覚えて踊ることではなく、児童の踊りたい欲求を引き出し、リズムによって自由に踊り、弾む身体を得ていくことに重きが置かれている。

リズムダンスは創作ダンスと同様、学習内容の中に「踊る」「創る」「見る」の3要素が含まれて

いる。松本（2008，p.245）は、伝承的な型をもつ盆踊においても「リズムにのり、個々にくふうして味を出し、互いに感じあい、見る」即ち「おどり・つくり・みる」ダンスの本質を潜在させていると述べている。「踊る」「創る」「見る」行為はダンス本来の特質であり、「創る」という行為においても何もないところから創出させるという意味だけではなく、自分なりにそのものを捉え踊るという意味もあると考えられる。さらに村田（2012，p.10）はリズムダンスの「踊る」「創る」「見る」活動について、「踊る・創る・見る」の活動が分かれているのではなく、楽しさをまるごと含みながら特性に触れ「色々なリズムで即興的に自由に踊る」から「まとまりをつけて踊る（簡単な作品）」へ2つの楽しみ方に触れていくことを述べている。つまり、リズムダンスの「創る」という行為は振り付けを考えるということではなく、即興的に「踊る」活動の中からリズムやのり方に変化をつけて自分なりのリズムで踊ることであると考えられる。また、「見る」活動においても、踊る側と見る側が分かれる発表形式ではなく、ともにリズムののりを共有し合ったり、バトル形式で踊ったりするなどの「交流型」で行うものとされている。

しかし、多くのリズムダンスの授業では、「踊る」学習（教師の一斉指導による踊り方習得学習）の

みを展開している実態が報告されている(中村ら, 2003)。ダンスステップの習得や揃えて踊ることを重視するのではなく、学習者自らがリズムを感じて自由に踊る授業を提案していく必要がある。そのため、「踊る」活動で終わらず、「踊る・創る・見る」をまるごと含めたリズムダンスの授業を実践しようと考えた。

以上より、本研究では「踊る・創る・見る」活動を含めたリズムダンスの授業を実践しその内容を報告するとともに、児童のリズムダンスに対する意識がどのように変容したのかを明らかにすることを目的とする。

## 2. 研究の方法

小学校5年生を対象に、筆者がリズムダンスの授業を実施した<sup>注1)</sup>。即興的に「踊る・創る」体験を取り入れ、最後には「見る」活動としてダンス交流会を行なった。本論文はその実践を報告するとともに、児童が交流会を終えてリズムダンスに対してどのような意識に変容したのかを児童のアンケート調査とともに授業の効果を検証していく。

### (1) 授業実践

#### 1) 対象・期間

対象はA県内にあるF小学校5年生で、1組36名、2組36名の計72名の児童である。児童達は、今回の授業前にもリズムダンスの授業があり、その際には各グループに分かれて作品創作を行うよ

うな授業であった。ダンスには興味関心が強い児童のようであるが、皆が同じような動きになってしまうということから、今回新たにリズムダンスの授業時間を設けてもらい授業実践した。

授業日は、2013年10月15日、17日、21日、23日、11月5日、12日の計6回であり、11月22日が交流会の本番である。

#### 2) 授業内容

授業の内容は表1の通りであり、指導者は筆者自身である。初めの1回目と2回目は筆者の真似をするような即興ダンスや簡単な動きを提示して児童にアレンジをしてもらう内容を行い、3回目以降から徐々に児童自身が音楽を感じて独自の動きを出してそれをまとめていくような授業内容に展開した。授業の詳細はのちに記述する。

#### (2) アンケート調査

アンケート調査は、交流会が終わった後児童全員に行なった。リズムダンスを通して自身のリズムダンスに対する意識がどのように変わったか、また「踊る」「創る」行為に関して、どのような意識を持っていたかを明らかにするために実施した。

また、両クラスの担任の教員にも児童がどのようにに変容したかを探るためにアンケート調査を行なった。この教員のアンケートは児童のアンケートに関する考察の手がかりとして用いた。

#### 1) アンケート調査の内容

児童に対するアンケートの質問項目は表2の通

<表1 交流会までの流れ>

1	2	3	4	5	6	7
10/15 2クラス 合同	10/17 2クラス 合同	10/21 5-2のみ	10/23 5-1のみ	11/5	11/12	11/22
即興ダンス (ロック)	即興ダンス (ロック)	即興ダンス (ロック)	即興ダンス (ロック)	即興ダンス (ロック)	即興ダンス (ロック)	交流会 本番
サンバ	サンバ	グループで ひとまとまりの動き	グループで ひとまとまりの動き	サンバ  グループで ひとまとまりの動き	サンバ  グループで ひとまとまりの動き	

＜表2 児童に対するアンケートの質問項目＞

内容	質問項目
踊った時の気持ち	・交流会は楽しかったか ・踊っている時の気分
創る時の気持ち	・動きを創っているときの気持ち ・動きを創っていくときの積極性
即興ダンス(ロック)について	・導入のダンスは楽しかったか
サンバのダンスについて	・サンバのダンスは楽しかったか ・サンバの動きの難易度
授業以外のことについて	・リズムダンスに対する認識の変化 ・授業時間以外のダンス活動

りである。選択式の回答項目が10、記述式の回答項目が1である。踊ること、創ることに関する質問を中心に、導入で用いた即興ダンス（ロック）やサンバに関する質問、さらに授業以外でのダンスとの関わりに関する質問もした。

## 2) 分析方法

アンケート調査から得られた結果は、Microsoft Office Excelワークシートを用いてまとめた。アンケートの回収率は児童72人全員の100%であり、有効回答数も72である。

## 3. 結果及び考察

結果及び考察では、それぞれの授業内容と意図を内容別に示し、その時の児童のアンケート結果と合わせながら考察していく。

### (1) 導入の即興ダンス（ロック）

#### 1) 導入の内容と意図

導入の即興ダンスとは、指導者が行なった動きを即座に真似させるダンスである。これは、すぐ見て真似することができる簡単な動きの連続で、体幹部中心に律動的な動きをすることにより、リズムにのることを体験させる。硬くなった心と体を徐々にほぐして解放することができ、ダンスの世界に入り込ませることをねらいとする。

ロックとは「鍵をかける」という意味合いから、「止める」というような動きのことを指す。しかし、教育現場で取り扱うロックとは音楽の例示であり、止めるような動きを習得させるものではない。

軽快に弾めるアップテンポのリズムで、アフタービート（後打ち）のリズムが特徴であり、全身で弾んだり、リズムをくずしたり、アクセントをつけたりするのがロックののり方である。

今回の授業で取り上げた動きは表3の通りである。まずは指導者1人の動きを児童1人ずつ真似するダンスを行なった（図1参照）。児童全員の真ん中に指導者が入り、児童と一体になりながら踊った。その際に、「すぐに真似する」「足は止めずに」「左右どちらでもいい」「間違えてもいい」という指示を出した。次に2人組で組み、指導者の動きを真似するダンスを行なった（図2参照）。これはアシスタントの学生と2人組を組み、その動きを即座に真似させるというものである。これも児童の真ん中で踊り、手を繋いだ動きを基本に、互いに同じような動きから対応するような動きに発展させていった。

#### 2) 導入に関する児童の意識

児童の導入に対する「楽しさ」について、72名（100%）全員の児童が「とても楽しかった・楽しかった」と回答しており（表4参照）、全員がリズムにのり、ダンスをやろうという気持ちになったことが窺える。これは、難しい動きにせず、誰もが簡単にできる動きであったこと、律動的な動きでとまらずに行ったこと、2人組の動きも入ることにより他者と関わることができたことが理由として考えられる。

＜表3 即興ダンス（ロック）の例＞

音楽	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキヤットマンズワールド(スキヤットマン・ジョン)</li> <li>・Dub-I-Dub(Me&amp;My)</li> </ul>
動きの例	<p>＜先生の動きを1人で真似する＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・両足でジャンプ</li> <li>・両足を広げ、腰を左右に振る（手を横から上に挙げて頭の上で手をたたく）</li> <li>・スキップ</li> <li>・片足ずつ前に蹴る（蹴るときに手を上に挙げる）</li> <li>・胴体を揺らしながら手で波をつくる</li> <li>・一回転ジャンプ</li> <li>・弾みながら足を高く挙げて、足の下で手を叩く</li> <li>・横にターンしてジャンプ</li> <li>・その場で素早く足踏み(リズムをくずす)</li> <li>・ゆっくり小さくなって大きくジャンプ(リズムをくずす) 等</li> </ul> <p>＜2人組の動きを真似する＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手をつないでその場で弾む</li> <li>・弾みながら手を引っ張り合う</li> <li>・コーヒーカーップのように手を繋いだまま素早くぐるぐる回る</li> <li>・スキップして移動する</li> <li>・ストップしたり、素早く足を踏み合ったりする(リズムのくずし)</li> <li>・片手をつないでお互いに手を引っ張り合う</li> <li>・スキップして移動して、トンネルのようにくぐり合う</li> <li>・弾みながら手たたきをする</li> <li>・おんぶして移動 等</li> </ul>



＜図1 1人で真似をするダンス＞



＜図2 2人組で真似するダンス＞

＜表4 導入のダンスに対する児童の満足度＞

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
とても楽しかった	51	70.8
楽しかった	21	29.2
つまらなかった	0	0
とてもつまらなかった	0	0
計	72	100

## (2) サンバのダンスについて

## 1) サンバ

サンバは「ウンタッタ ウンタッタ」のリズムで、2拍子の中にシンコペーションが入り、ラテン系の陽気なイメージの踊りである。腰を前後にゆらしたり、左右にスイングさせたりするのり方が特徴である。

サンバのダンスは、まず表5のように基本の動きを児童に教え、最終的には1曲通して踊れるようにした。基本の動きは細かいステップのようなものではなく、簡単に誰もが踊れるものであり、

声を出しながら15分程度で覚えられるようなものである。これは基本の動きはあるものの、個人で自由にアレンジできるようなものになっており、児童それぞれに自由度をもたせるような指導をした。

基本の動きがおおよそできたところで、表5のように音楽1曲踊れるように構成した。基本の動きを前を向いて踊ったり互いに向かい合って踊ったりするところ、主役脇役に分かれて踊るところ、自由に2人組で踊るところ等を入れた。

＜表5 サンバのダンス＞

音楽	・サンバ・DE・ジャネイロ（ベリーニ）
基本の動き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自由にサンバの音楽で踊る(8×8)</li> <li>・「歩いて歩いてマ〜ラカス」と言いながら前に2歩進んで腰を横に振る(1×8)</li> <li>・「パーグーパーグー」と言いながら手と足を左右横に広げる(4カウント)</li> <li>・「足を開く閉じる」をなるべく早くする(4カウント)</li> <li>・前に4回サンバをする(1×8)</li> <li>・スキップで後ろに下がる(4カウント)</li> <li>・前に片足を出してターンして足踏みを3回し、ラストは自由なポーズ(4カウント)</li> </ul>
1曲の流れ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・左右から乗りながら自由に入ってくる</li> <li>・全員同じ方向で基本の動きを2回繰り返して踊る</li> <li>・主役と脇役に分かれ、主役は中心で自由にサンバの音楽で踊り、脇役は半円のような形でしゃがみ、のりながら主役を引き立てる</li> <li>・2人組みで向かい合いながら基本の動きを踊る</li> <li>・2人組で自由に踊る</li> <li>・全員前を向いて基本の動きを2回踊る</li> <li>・全員センターに集まって自由なポーズ</li> </ul>



＜図3 サンバの音楽で自由に弾む児童＞



＜図4 サンバのステップをしている児童＞

&lt;表6 サンバのダンスについて&gt;

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
とても楽しかった	62	86.1
楽しかった	9	12.5
つまらなかった	0	0.0
とてもつまらなかった	0	0.0
無回答	1	1.4
計	72	100

## 2) サンバに関する児童の意識

サンバの授業に対する「楽しさ」について、72名（100%）全員の児童が「とても楽しかった・楽しかった」と回答しており（表6参照）、全員がサンバのリズムにのる楽しさを体感することができた。これは、アレンジできるような動きにしたこと、動きが一定のリズムではなく、くずしを入れたこと等が考えられる。

また、サンバの動きの難易度に関する質問では、18人（25.0%）の児童が難しかったと回答した（表7参照）。しかし、難しいと回答した児童も「楽しかった」と回答しているため、難しかったけど楽しかったという結果になる。これは、「今日はリオのカーニバル！ここはブラジル！」というような言葉かけをし、陽気な雰囲気をつくったこと、動きを覚えることに重きを置くのではなく、サンバののりを大切に「間違えても大丈夫！」というような肯定的な雰囲気を出したことが理由として考えられる。

## (3) グループでひとまとまりの動きを創る活動について

## 1) ひとまとまりの動きを創る活動の内容

ひとまとまりの動きを創る活動では、筆者が用

&lt;表7 サンバの動きの難易度について&gt;

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
とても簡単だった	20	27.8
簡単だった	34	47.2
難しかった	15	20.8
とても難しかった	3	4.2
計	72	100

意した音楽の中からグループごとに音楽を選曲した。選曲したあとは、グループごとにその音楽でリーダーが即興的に動いた踊りを真似したり、2人組で踊ったりする活動から入り、気に入った動きを組み合わせるとひとまとまりの動きにしていた。細かい振付を考えるという活動ではなく、即興からの動きを大切にし、それぞれの音楽に合わせるところと崩すところを意識してオリジナルな動きを見付けていった。選曲した音楽は表8の通りである。

## 2) 動きを創ることに関する児童の意識

ひとまとまりの動きを創るときの気持ちに関し、61名（84.8%）の児童が「とても楽しかった・楽しかった」と回答していたが、8名（11.1%）の児童が「つまらなかった」と回答していた（表9参照）。また、創作時の積極性に関する質問では10名（13.9%）の児童が「できなかった」と回答していた（表10参照）。踊る活動に比べて創ることは自ら動きを出さなければならないため、戸惑いがあったことが理由として考えられる。「ダンスを創るのに協力できなかったけど、踊ったときは楽しかった」という自由記述があったように、踊ることと創ることを分離せずに指導する必要がある。

&lt;表8 各クラスが選曲した音楽&gt;

- ・ PECORI・NIGHT (Gorie with Jasmine & Joann)
- ・ CARTOON HEROES (AQUA)
- ・ ルパン・ザ・ファイヤー (SEAMO)
- ・ Dub-I-Dub (ME&MY)
- ・ アキサミヨー (喜納昌吉&チャンプルーズ)
- ・ Pacific Island Music (Def Tech)
- ・ Rhythm And Police
- ・ Dream land (BENNIE K)

&lt;表9 ダンス創作時の気持ちに関して&gt;

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
とても楽しかった	30	41.7
楽しかった	31	43.1
つまらなかった	8	11.1
とてもつまらなかった	0	0
無回答	3	4.2
計	72	100

あったと言える。

#### (4) 交流会について

交流会では、各グループの踊りをメドレー形式で発表し、最後はサンバの踊りを全員で踊った。交流会は保護者の方にも見ていただき、見ている人も手拍子をし、会場が一体となった交流会であった。

交流会で踊ったときの気持ちについて、「気持ちよかった」55人(76.4%)、「緊張した」49人(68.1%)、「達成感があった」42人(58.3%)という結果が得られた(表11参照)。踊ることの快感、

&lt;表11 交流会で踊った気持ちについて&gt;

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
気持ちよかった	55	76.4
恥ずかしかった	10	13.9
達成感があった	42	58.3
仲間との一体感があった	24	33.3
緊張した	49	68.1
うまくできなかった	2	2.8
その他	9	12.5
計	191	265.3



&lt;図5 グループのダンス&gt;

&lt;表10 ダンス創作時の積極性に関して&gt;

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
とてもできた	24	33.3
できた	36	50.0
できなかった	10	13.9
無回答	2	2.8
計	72	100

みんなで創った踊りを発表した達成感、頑張ったからこそ緊張などが多く、否定的な感想はなかった。ダンスに対する気持ちの変化について、「ダンスが楽しくなった」55人(76.4%)、「ダンスが好きになった」34人(47.2%)という結果であり(表12参照)、今回のリズムダンスの授業を通して、ダンスに対して肯定的なイメージに変化した児童が多くいることが分かった。否定的な項目もあったが、回答した児童はいなかった。

さらに、児童のアンケートでは「舞台上に立った時に心のきらめきがすごくて、スマイルと楽しさしか感じていなかった」「ダンスをもっとやりたい

&lt;表12 ダンスに対する気持ちの変化&gt;

n=72		
回答	人数(人)	割合(%)
ダンスが楽しくなった	55	76.4
ダンスが好きになった	34	47.2
新しい動きを知った	21	29.2
ダンスは簡単だと思った	2	2.8
ダンスが難しいと思った	6	8.3
計	118	163.9



&lt;図6 サンバで交流しているところ&gt;



＜図7 サンバの主役と脇役＞

くなった」「今までダンスが嫌いだったけど、好きになった」という記述もあり、どの児童も心の底からリズムにのる楽しさや友達と踊る楽しさを感じていたと窺える。担任の教員のアンケートからも「保護者の方から『うちの子があんな表情でできるなんて思っていませんでした』『太っているのがコンプレックスだったけど、ダンスの中で上手に生かしていて、感動してしまいました』という言葉をいただいた」という記述があった。これは普段の自分から殻を破り、どの児童も主役になり、楽しむことができた結果と言える。

#### 4. まとめ

今回のリズムダンスの授業では「踊る・創る・見る」活動をまるごと取り入れ、踊ることだけで終わらないような授業を実践した。授業は「踊る」活動から自然と「創る」活動に入り、最後にはメドレー形式のグループごとの発表と全員で踊るサンバで交流会を行った。児童のダンスに対する意識では「踊ること」に関しては「楽しかった」「ダンスが好きになった」という肯定的な回答が多かったが、「創ること」に関しては1割程度の児童は消極的な回答であった。今後はリズムダンスの「創る」活動が踊ることから切り離れず自然と創る活動も含めた授業を提案していくことが課題と考えられる。

#### 注

- 1) リズムダンスの授業は通常小学校3、4年生の内容であり、小学校5年生では取り扱わないが、学校の実態と行事との関係で小学校5年生対象



＜図8 交流会での最後のポーズ＞

となった。

#### 引用・参考文献

- 片岡康子（2000）新しい表現運動・ダンスを考える，スポーツと健康 32（6）：26-29.
- 松本千代栄（2008）おどり・つくり・みる，松本千代栄撰集3 人間発達と舞踊創作，1章創作・鑑賞と学習，244-249.
- 松本富子（2000）リズムダンス・現代的なリズムのダンス」の趣旨と授業づくりのポイント，スポーツと健康 32（6）：30-33.
- 文部科学省（2008）小学校学習指導要領解説 体育編，東洋館，東京.
- 村田芳子（2012）表現運動 - リズムダンスの最新指導法，小学館，東京.
- 村井靖児（1995）音楽療法の基礎，音楽之友社，東京.
- 中村恭子，武井正子，浦井孝夫（2003）「現代的なリズムのダンス」の実施状況と教員の意識に関する研究—学習目標と学習内容の検討—，日本体育学会第54回大会号：616.
- 中村恭子，浦井孝夫（2007）学習成果から見たダンスの教材特性の検討—生徒の学習評価の観点から—，順天堂大学スポーツ健康科学研究 11：10-20.
- 中村恭子，浦井孝夫（2006）ダンスの学習内容と楽しさの検討—創作ダンスと現代的なリズムのダンスの比較—，順天堂大学スポーツ健康科学研究 10：65-70.