

表現系ダンスとリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性に関する研究： 小学校から高等学校までのダンスの教員研修の内容を考える基礎資料として

生関 文翔 (安田女子短期大学)

本論文は、表現系ダンスとリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性を整理することを目的とした。その結果、表現系ダンスおよびリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性を図示することができた。また、本研究の結果を踏まえて浮き彫りとなった研究の課題として、次の2点が示された。それは、(1) 新聞紙以外のもの(小道具)を使った表現の実践研究の蓄積、(2) 空間、時間、力の使い方を可視化するための研究の蓄積、である。これらの研究の蓄積とともに、リズム系ダンスにおいては「後打ちとシンコーペーション」、「アフタービート」などの内容を身体でどのように表現すれば良いかを理解するための実技研修の実施が求められる。キーワード：表現系ダンス、リズム系ダンス、よい動き、教員研修の内容

I 研究の背景と目的

村田(2012)¹¹⁾は、確実にダンスの「よい動き」があると主張する一方で、その「よい動き」については、正解が一つではないことを指摘している。高橋(2012)¹⁶⁾についても同様に、何を表現したいかに応じて、「よい動き」は変化すると述べている。つまり、ダンスの「よい動き」は、一般的に定義されるべきものではないことが窺える。とりわけ、学校体育におけるダンスの3領域(表現系ダンス、フォークダンス、リズム系ダンス)の中でも、フォークダンスは定型のダンスだが、表現系ダンスは、設定された「題材」のイメージから動きを捉えた自由なダンスであり、リズム系ダンスは音楽の「リズム」から動きを捉えた自由なダンスである。したがって、表現系ダンスとリズム系ダンスは、一人ひとりの自由な発想や表現が認められており、「よい動き」としての正解は一つではない。このことが、学校体育の技能評価の仕方が分からない、どのように指導したらよいか分からないといった教員のダンス指導の悩みと繋がっていることが考えられる。一方で、ダンスの「よい動き」は一般的に定義されるべきものではないと述べたものの、ダンスの「よい動き」を引き出す視点は存在する。具体的に、学校体育実技指導資料第9集によれば、表現系ダンスにおける「よい動き」を引き出す視点として空間、時間、力の3点を挙げている(文部科学省2013)¹⁰⁾。この3つの視点をもとにダンスの技能評価をする試みは、表現系ダンスの研究を中心に数多く示されている(細川ほか2005³⁾; McCutchen 2006⁸⁾; 宮本2005⁹⁾; 野田1991¹²⁾; 下村ほか2012¹⁴⁾; 塩野1996¹⁵⁾; 山田2010¹⁸⁾)。しかしながら、その「よい動き」を引き出す視点の具体例、つまり、どのような動きをすれば、空間、時間、力の工夫ができていといえるのか、という点については検討の余地がある。

他方、教員におけるダンス指導の悩みに関する研究成果の報告に伴い、教員の悩みやニーズに対応したダンス指導の教員研修の在り方についても研究が進められている(例えば、生関・岩田2019⁶⁾; 長谷川2018¹⁾; 大橋・坂井2015¹³⁾; 山崎2013¹⁹⁾)。これらの文献の中で共通するダンス指導の教員研修の在り方としては、次の3点が挙げられる。それは、ダンスの「よい動き」に関する知見を取り入れること(生関・岩田2019⁶⁾; 山崎2013¹⁹⁾)、教員の悩み事を低減し得る授業の進め方の実践事例を提供すること(生関・岩田2019⁶⁾; 長谷川2018¹⁾)、教員自身が学習者としてダンスを経験できるようにすること(生関・岩田2019⁶⁾; 大橋・坂井2015¹³⁾; 山崎2013¹⁹⁾)、である。先述したように、ダンスの「よい動き」に関する知見とは、ダンスの「よい動き」の視点、つまり、空間、時間、力の工夫がみられる具体例に関する知見と捉えることができよう。ダンスの経験がない教員は、ダンスの「よい動き」のイメージがない(動きの引き出しがない)ことが悩みの要因の一つと考えられる。特に、リズム系ダンスは平成10・11年の学習指導要領の改訂から導入されたダンス領域であり、リズム系ダンスを未経験の教員にとっては、表現系ダンスとリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性についても整理できていない可能性がある。これらのことから、教員の悩みやニーズに対応したダンス指導の教員研修の内容を検討するにあたり、表現系ダンスとリズム系ダンスにおける「よい動き」を引き出す視点の具体例を整理することは喫緊の課題といえよう。

そこで本論文は、小・中・高等学校の学習指導要領解説に示されている動きの例示に着目し、表現系ダンスとリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性を整理することを目的とした。そのために、学習指導要領で示されている小学校低学年から高等学校3年生までの表現系ダンスおよびリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性を空間、時間、力の視点から整理することを本論文の研

究課題とした。

本研究で明らかになった知見を、リズム系ダンスにおける指導力の向上に資する教員研修の内容を検討するための基礎資料とした。

II 研究の方法

1. 調査方法

調査方法は、平成 29・30 年告示の小・中・高等学校学習指導要領解説（体育・保健体育編）における、表現系ダンスおよびリズム系ダンスの技能と動きの例示を、ダンスの「よい動き」の視点として示された空間、時間、力の視点をもとに分類した。また、新学習指導要領の内容と、平成 20・21 年の各ダンスの技能の内容について違いがみられた際は、その点についても示すこととした。なお、平成 20・21 年の内容は〈 〉で示す。

分析方法は、平成 29・30 年度告示の小・中・高等学校学習指導要領解説（体育・保健体育編）における、表現系ダンスおよびリズム系ダンスの技能と、動きの例示をダンスにおける「よい動き」の視点である空間、時間、力をもとに、演繹的に分類した。

III 結果および考察

1. 小学校低学年から高等学校 3 年生までの表現系ダンスおよびリズム系ダンスにおける「よい動き」の系統性

平成 29・30 年度告示の小・中・高等学校学習指導要領解説（体育・保健体育編）における、表現系ダンスおよびリズム系ダンスの知識および技能と動きの例示を、ダンスの「よい動き」を引き出す視点として示された空間、時間、力の視点をもとに分類した（表 1、表 2）。なお、各ダンスの技能の平成 20・21 年の内容については、〈 〉で示した。また、各学年で特徴的な内容については太字で示した。

表 1 表現系ダンスの技能および題材と「よい動き」の例示について

| 学年 (領域名) | 表現系ダンスの 技能 | 「よい動き」 の視点 | 題材と「よい動き」の具体例 |
|------------------------------|--|---------------|---|
| 小学校低学年 (表現リズム 遊び：表現遊び) | 身近な題材の特徴 を捉え、そのものになり きって全身で 即興的 に踊る (身近な動物や乗り物などの いろいろな題材の様子や特徴 をとらえて、そのものになり きって全身の動きで楽しく踊 る) | 題材 | ・鳥、昆虫、恐竜、動物園の動物など、特徴が捉えやすく多様な感じの動きを多く含む題材 ・飛行機、遊園地の乗り物、おもちゃなど、特徴が捉えやすく速さに変化のある動きを多く含む 題材 |
| | | 空間 | ・サルが木登りしたり木から木へ跳び移ったりする、など、いろいろな題材の特徴や様子を具体 的な動きで幾つか捉え、跳ぶ、回る、ねじる、這う、など高・低の差を、全身の動きで 即興的 に踊る |
| | | 時間 | ・カマキリが獲物にゆっくりと近づいていきたり戦ったりする、飛行機が旋回したり急降下した りする、コーヒーカップが ゆっくりと回ったり速く回ったり するなど、いろいろな題材の特徴 や様子を具体的な動きで幾つか捉え、 ゆっくり動く、素早く走る 、といった 速さに変化のある 動き などの全身の動きで 即興的 に踊る |
| | | 力 | ・動きの中に「大変だ！○○だ！」(池に落ちた、サメが襲ってくる、急カーブの連続だ、こわれ ちゃった)など、 急変する場面 を入れて 簡単な話 にして続けて踊る |
| 小学校中学年 (表現運動： 表現) | 身近な生活などの 題材から主な特徴や 感じを捉え、表したい 感じをひと 流れの動 き で 即興的 に踊ること (身近な生活などの題材から その主な特徴をとらえ、対 比する動きを組み合わせた り繰り返したりして踊る) | 題材 | ・「具体的な生活からの題材」－「○○づくり」(料理、粘土造形など)、「1日の生活」(洗濯物、 掃除、スポーツなど)など、 身近な生活の中から 特徴が捉えやすく多様な感じの動きを含む題材 ・「空想の世界からの題材」－「○○探検」(ジャングル、宇宙、海底など)などの 未知の想像が 広がる 題材や、忍者や戦いなどの 二人組で対立する動き を含む題材 |
| | | 空間 | ・表したい感じを、大きく一小さく、跳ぶ一転がる、などの動きの形状の変化を付けて誇張する ・ 二人で対立する動き を繰り返したり「戦い・対決」などの二人組で対立する動きで変化を付け たりしてひと 流れの動き で 即興的 に踊る |
| | | 時間 | ・表したい感じを、速く一遅く、素早く動く一急に止まる、などの動きの変化を付けて誇張する |
| | | 力 | ・表したい感じを、硬く一軟らかく、などの動きの質感の変化を付けて誇張する ・感じの異なる動きや急変する場面など変化のある動きをつなげて メリハリ (緩急・強弱) のあ るひと 流れの動き にして 即興的 に表現する |

| | | |
|--|--|---|
| <p>小学校高学年 (表現運動：表現)</p> | <p>いろいろな題材からそれらの主な特徴を捉え、表したい感じやイメージをひと流れの動きで即興的に表現したり、グループで簡単なひとまとまりの動きにして表現したりすること</p> <p>いろいろな題材から表したいイメージをとらえ、即興的な表現や簡単なひとまとまりの表現で踊る</p> | <p>題材</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「激しい感じの題材」…生活や自然などから「激しく〇〇する」(バーゲンセール、火山の爆発、大型台風接近など)や「急に〇〇する」(ロボットが壊れた、竜巻発生、怒りの爆発など)などの変化や起伏のある動きを含む題材 ・「群(集団)が生きたる題材」…生活や社会、自然などから「祭り」、「スポーツの攻防」、「出口を捜せ！」などの特徴的な群の動きや迫力を生かせる題材 ・「多様な題材」…「わたしたちの地球」、「ニュース〇〇」、「〇月×日、私のダイアリー」など、社会や生活のいろいろな印象的な出来事から個人やグループで選んだ関心のある題材 →特にラストシーンを印象的にしたりして、個人やグループの持ち味を生かした簡単なひとまとまりの動きにして、仲間と感じを込めて通して踊る |
| | | <p>空間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・表したい感じやイメージを、ねじる一回る、跳ぶ一転がるなどの動きで変化を付けたり繰り返したりする ・集まる(固まる)一離れる、合わせて動く一自由に動くなど、表したい感じやイメージをふさわしい簡単な群の動きでひと流れの動きにして即興的に踊る |
| | | <p>時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・表したい感じやイメージを、素早く走る一急に止まる、などの動きで変化を付けたり繰り返したりする ・表したい感じやイメージを強調するように、変化と起伏のある「はじめ一なか一おわり」の構成や群の動きを工夫して、仲間と感じを込めて通して踊る |
| | | <p>力</p> <ul style="list-style-type: none"> ・激しい感じや急変する感じをメリハリ(緩急・強弱)のあるひと流れの動きにして即興的に踊る |
| <p>中学校 第1・2学年 (ダンス：創作ダンス)</p> | <p>多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊る</p> <p>多様なテーマから表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて即興的に表現することや、変化のあるひとまとまりの表現ができるようにする</p> | <p>題材</p> <ul style="list-style-type: none"> ・A身近な生活や日常動作(スポーツいろいろ、働く人々 など) ・B対極の動きの連続など(走る跳ぶ一転がる、走る止まる、伸びる一縮む など) ・C多様な感じ(激しい、急変する、軽快な、柔らかい、鋭い など) ・D群(集団)の動き(集まる一とひ散る、磁石、エネルギー、対決 など) ・Eもの(小道具)を使う(新聞紙、布、ゴム など) |
| | | <p>空間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「走る跳ぶ一転がる」をひと流れでダイナミックに動いてみてイメージを広げ、変化や連続の動きを組み合わせて表現する ・「伸びる一縮む」では身体を極限・極小まで動かす、イメージを広げて表現する ・仲間と関わり合いながら密集や分散を繰り返す、ダイナミックに空間が変化する動きで表現する |
| | | <p>時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・表したいイメージを変化と起伏(盛り上がり)のあるひとまとまりの動き(「はじめ一なか一おわり」の構成を工夫した動き)で表現して踊る ・一番表したい場面や動きを、スローモーションの動きで誇張したり、何回も繰り返したりして表現する ・「走る一止まる」では、走って止まるまでをひと流れで動いたところからイメージを広げて表現する |
| | | <p>力</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生活や自然現象、人間の感情などの中からイメージを捉え、緩急や強弱、静と動などの動きを組み合わせて変化やメリハリを付けて表現する |
| <p>中学校第3学年 および 高等学校 入学年次 (ダンス：創作ダンス)</p> | <p>表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊る</p> <p>表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、動きに変化をつけて即興的に表現することや、個性を生かした簡単な作品にまとめたりして踊る</p> | <p>題材</p> <ul style="list-style-type: none"> ・A身近な生活や日常動作(出会いと別れ、街の風景、綴つづられた日記 など) ・B対極の動きの連続など(ねじる一回る一見る など) ・C多様な感じ(静かな、落ち着いた、重々しい、力強い など) ・D群(集団)の動き(大回り一小回り、主役と脇役、迷路、都会の孤独 など) ・Eもの(小道具)を使う(椅子、楽器、ロープ、傘 など) ・Fはこびとストーリー(起承転結、物語 など) →気に入ったテーマを選び、ストーリー性のあるはこびで、一番表現したい中心の場面をひと流れの動きで表現して、はじめとおわりを付けて簡単な作品にまとめて踊る |
| | | <p>空間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ずれ違ったりくっついたり離れたりなどの動きを繰り返して表現する ・視線を意識した動きを取り入れる ・個や群で大きな円や小さな円を描くなどを通して、ダイナミックに空間が変化するような動きをする ・椅子にのぼる、座る、隠れる、横たわる、運ぶなどの動きを繰り返して、「もの」との関わり方に着目する |
| | | <p>時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆっくりギリギリまでねじって力をためておき、素早く振りほどくように回って止まる、などの変化や連続のあるひと流れの動きで表現する |
| | | <p>力</p> <ul style="list-style-type: none"> ・緩急強弱を付けて繰り返して表現する ・力強く全身で表現するところを盛り上げ、その前後弱気表現にして対照を明確にする |
| <p>高等学校 入学年次の次の年次以降 (ダンス：創作ダンス)</p> | <p>表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、対極の動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊る</p> <p>(同上)</p> | <p>題材</p> <ul style="list-style-type: none"> ・A身近な生活や日常動作(「ただ今、猛烈強中」、シャッターチャンス、クラス討論 など) ・B対極の動きの連続など(伸びる一落ちる一回る一転がる など) ・C多様な感じ(激しい・静かな、急変する・持続する、鋭い・柔らかい、素早い・ゆっくりした)などの多様な感じの中から対照的な感じを表現する) ・D群(集団)の動き(カノン、ユニゾン、密集一分散、列や円 など) ・Eもの(小道具)を使う(大きな布、机、ティッシュペーパー、新聞紙のボールなど質感や大きさの異なる「もの」を取り上げる) ・Fはこびとストーリー(気に入った小説、詩、絵画 などのテーマから作品をまとめる) →気に入ったテーマを選び、ストーリー性のあるはこびで、一番表現したい中心の場面をふさわしい「緩急強弱のあるひと流れの動き」で表現して、繰り返して時間・力・空間の変化と強調によって、ダイナミックな盛り上がりを付けて作品にまとめて踊ること |

| | | | |
|--|--|----|---|
| | | 空間 | <ul style="list-style-type: none"> ・体をゆっくりとした動作で極限まで伸ばし、瞬間的に脱力して床に崩れ落ち、ゆっくりと回る・転がるなどのひと流れの動きをする ・歩く・走るなどのつなぎの動きを入れて繰り返したりして表現する ・全体で統一した動き（ユニゾン）、密集・分散、縦・横・斜めの列や円に並ぶなど、群の動きや隊形を工夫して空間が変化するように表現する ・大きな布では、布の中に隠れる・出る、布をまるめる・広げる・揺らすなど、「もの」を使って、形状に変化を付けた動きで表現する |
| | | 時間 | <ul style="list-style-type: none"> ・本を読み、書く、考えるなどの動きを猛スピードで繰り返したり、スローモーションで動いたりするなどの変化を付けて表現する ・体をゆっくりとした動作で極限まで伸ばし、瞬間的に脱力して床に崩れ落ち、ゆっくりと回る・転がるなどのひと流れの動きをする ・2～3群に分かれてタイミングをずらした動き（カノン） |
| | | 力 | <ul style="list-style-type: none"> ・体をゆっくりとした動作で極限まで伸ばし、瞬間的に脱力して床に崩れ落ち、ゆっくりと回る・転がるなどのひと流れの動きをする ・「声にならない叫び」などと題して、多様な感じの中から「静かな」と「激しい」といった対照的な感じを捉え、こみ上げる感情を抑えている様子を、こぶしを握る、胸を抱えるなどの静かな動きと、素早く回って床をたたき、鋭く伸びる、足を踏み鳴らす、ジャンプして転がるなどの激しい動きで、緩急強弱を付けて表現する |

平成29・30年、20・21年告示の小・中・高等学校学習指導要領解説（体育・保健体育編）を参考に筆者が作成

表2 リズム系ダンスの技能およびリズムと「よい動き」の具体例について

| 学年 | リズム系ダンスの知識および技能 | 「よい動き」の視点 | リズムと「よい動き」の具体例 |
|---|---|-----------|---|
| 小学校低学年 (表現リズム遊び：リズム遊び) | 軽快なリズムの音楽に乗って弾んで踊ったり、友達と調子を合わせたりして即興的に踊る <small>(軽快なリズムの音楽に乗って弾んで自由に踊ったり、友達と調子を合わせたりして楽しく踊る)</small> | リズム | ・弾んで踊れるロックやサンバなどの軽快なリズムの曲で児童にとって身近で関心の高い曲 |
| | | 空間 | <ul style="list-style-type: none"> ・へそ（体幹部）でリズムに乗って、スキップなどで弾き動きを中心に、ねじる、回る、移動するなどの動きを繰り返して即興的に踊る ・友達と向き合って手をつなぎ、スキップしながら回ったり、ねじったり、手を叩き合ったりして即興的に踊る |
| | | 時間 | 記載なし |
| | | 力 | 記載なし |
| 小学校中学年 (表現運動：リズムダンス) | 軽快なロックやサンバなどのリズムの特徴を捉え、リズムに乗って弾んで踊ったり、友達と関わり合ったりして即興的に踊る <small>(軽快なロックやサンバなどのリズムに乗って全身で弾んで踊ったり、友達と自由にかみわり合ったりして楽しく踊る)</small> | リズム | <ul style="list-style-type: none"> ・軽快なテンポやビートの強いロックのリズム ・陽気で小刻みなビートのサンバのリズム |
| | | 空間 | <ul style="list-style-type: none"> ・へそ（体幹部）を中心に動きに変化を付けて踊ったり、友達と関わり合って踊ったりするその場で弾む ・弾き動きにねじる・回るなどの動きを入れて変化を付け即興的に踊る ・二人で向き合って手をつないでぐり抜けたりして自由に関わり合って踊ったりして即興的に踊る |
| | | 時間 | <ul style="list-style-type: none"> ・軽快なテンポのロックのリズムでは、「ンタ（1拍）ンタ（1拍）」（※下線は、強調を表す）の弾みや後打ちのリズムの特徴を捉える ・ビートの強いロックのリズムでは、「ウンタ（2拍）ウンタ（2拍）」の後打ちのリズムの特徴を捉える（※下線は、強調を表す） ・陽気で小刻みなビートのサンバのリズムとしては、サンバの「ンタッタ（2拍）ンタッタ（2拍）」（※下線は、強調を表す）のシンコペーションのリズムと打楽器の小刻みなビートのリズムの特徴を捉える ・体の各部分でリズムをとったりして即興的に踊る ・素早い動きやストップなどで曲のリズムに変化を付けたりして続けて即興的に踊る |
| | | 力 | ・動きにアクセントを付けて即興的に踊る |
| ※小学校高学年は、表現とフォークダンスのみの記載 | | | |
| 中学校第1学年 および第2学年 (ダンス：現代的なリズムのダンス) | リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って体幹部（重心部）を中心に全身で自由に弾んで踊る <small>(同上)</small> | リズム | ・ロックやヒップホップなどの現代的なリズム |
| | | 空間 | <ul style="list-style-type: none"> ・ロックの弾みやヒップホップの縦のりの動き（体全体を上下に動かしてリズムをとる動き）の特徴を捉え、体の各部位でリズムをとったり、体幹部を中心にリズムに乗ったりして全身で自由に弾みながら踊る ・手拍子、足拍子、スキップ、片足とび、両足とび、蹴る、歩く、走る、ねじる、回る、転がる、振る及び曲げるなどの動き ・自然な弾みやスイングなどの動きをする ・対立する動きを組み合わせる |

| | | | |
|---|---|-----|---|
| | | 時間 | <ul style="list-style-type: none"> ・ロックの場合は、シンプルなビートを強調する ・ヒップホップの場合は、ロックよりも遅いテンポで強いアクセントがあるため、1拍ごとにアクセントのある細分化されたビートを強調する ・シンクペーション（拍子の強弱を逆転させる）やアフタービート（後拍を強調した弱起のリズムで、後打ちともいう）のリズムの特徴を生かし、動きやすいビートとテンポを選んで踊る ・素早く動いてみたり、止まったりすることを組み合わせて、続けて踊る ・気持ちよく音楽のビートに乗れるように、簡単な繰り返しのリズムで踊る ・シンクペーションやアフタービート、休止や倍速など、リズムに変化を付けて踊る ・軽快なリズムに乗って弾みながら、揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたき、ストップを入れるなどリズムを捉えて自由に踊る ・短い動きを繰り返して、リズムに乗って続けて踊る |
| | | 力 | <ul style="list-style-type: none"> ・ダイナミックなアクセントを加える |
| 中学校第3学年 および 高等学校 入学年次 (ダンス：現代的なリズムのダンス) | リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って体幹部を中心に全身で自由に弾んで踊る (同上) | リズム | <ul style="list-style-type: none"> ・ロックやヒップホップなどの現代的なリズム |
| | | 空間 | <ul style="list-style-type: none"> ・体幹部を中心としたシンプルに単純動きをしたりして自由に踊る ・動きの連続のさせ方を組み合わせて、動きに変化を付けて踊る ・群の構成でまとまりを付けて踊る |
| | | 時間 | <ul style="list-style-type: none"> ・軽快なロックでは、全身でビートに合わせて弾んだり、ストップするようにしたりして踊る ・ビートのきいたヒップホップでは膝の上下に合わせて腕を動かす ・リズムや音楽に合わせて、独自のリズムやターンや動きを連続させて踊る ・簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムに同調する ・リズムの取り方を組み合わせて、動きに変化を付けて踊る |
| | | 力 | <ul style="list-style-type: none"> ・ダイナミックなアクセントを加える |
| 高等学校 入学年次の次の 年次以降 (ダンス：現代的なリズムのダンス) | リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊る (同上) | リズム | <ul style="list-style-type: none"> ・ロックやヒップホップなどの現代的なリズム |
| | | 空間 | <ul style="list-style-type: none"> ・短い動きを繰り返す、対立する動きを組み合わせた、個と群の動きを強調してまとまりを付ける ・重心の上下動や非対称の動きを強調する ・仲間の動きをリードしたり、仲間の動きに合わせてたり、異なる動きで高低を付けて互いの動きを強調したりする ・床を使った動きなどで変化を付けて踊る ・二人組や小グループで掛け合って全身で自由に踊る ・選んだリズムや音楽の特徴を捉え、変化のある動きを連続して、個と群や空間の使い方を強調した構成でまとまりを付けて踊る |
| | | 時間 | <ul style="list-style-type: none"> ・リズムに乗ったり外したりする ・ロックでは、軽快なリズムに乗って全身を弾ませながら、後打ち（アフタービート）のリズムの特徴を捉えたステップや体幹部を中心とした単純動きで自由に踊る ・ヒップホップでは、リズムの特徴を捉えたステップやターンなどの組合せに上半身の動きを付けたり、音楽の拍に乗せ（オンビート）で膝の曲げ伸ばしによる重心の上下動を意識したリズム（ダウンやアップのリズム）を強調してリズムに乗って自由に踊る ・リズムに変化を与えるためにアクセントの位置をずらす |
| | | 力 | <ul style="list-style-type: none"> ・ダイナミックなアクセントを加える ・身体部位の強調などで動きにメリハリを付ける |

平成29・30年、20・21年告示の小・中・高等学校学習指導要領解説（体育・保健体育編）を参考に筆者が作成

表現系ダンスの系統性の特徴として、児童・生徒の発達段階に合った題材をもとに、空間、時間、力の視点の具体例が示されていた。児童・生徒の発達段階に合った題材について、小学校低学年では動物や乗り物というシンプルな題材が選定されていたが、小学校中学年から「ひと流れ」の動きが表現しやすい題材が求められ、小学校高学年では加えてグループで簡単なひと流れの動きが表現できるような題材が示されていた。中学校からは、新たにもの（小道具）を使った表現が示され、中学校第3学年以降からは、個や群での表現や、よりストーリー性の高い内容を求められていることが窺えた。しかしながら、中学校から、もの（小道具）を使った表現が示されているに関わらず、中学校から高等学校にかけて、もの（小道具）を使った表現に関する研究はほとんどが「新聞紙」を用いたものである（例えば、畑野、2017²⁾；山崎ほか、2014²⁰⁾）。一方、幼児教育に目を向けると、保育現場の身体表現活動の中で、「布、ボール、フープ、新聞紙、段ボール」（国別府、2020⁷⁾，p.16）といった、さまざまな素材の小道具を使った表現が検討されている。幼児教育の中では様々な素材の小道具を使った表現遊びが実施されているため、幼小中高等学校の連携を考えると、中学校以降のダンスにおいても、新聞紙以外のもの（小道具）を使った表現の検討が必要であろう。

表現系ダンスにおける空間、時間、力の動きの具体例の系統性をみると、空間の使い方においては、小学校低学年が個の動きのみに着目していたのに対し、小学校中学年では2人組の動きが加えられ、小学校高学年以降からは、3人以上のグループ活動を通じた空間の表現の広がりが必要とされていることが分かる。空間の使い方には、個の身体の空間の使い方とフロアの空間の使い方があり、まずは個の身体の空間の使い方の工夫について経験した後、2人組や群でのフロアの空間の使い方について経験していく必要性が示唆された。個とフロアの空間の使い方の評価・改善に着目した先行研究をみると、今雪（1980⁴⁾、1982⁵⁾は、フロアの空間の使い方について、図1のように可視化する実験を行っていた。○が踊り始めた位置、●が踊り終わった位置である。図1の例でいうと、後ろの空間は使えているが、前の空間を使うことができていないことが分かる。このようにして動きを、動画をみて可視化することで踊りの評価・改善につなげることができるだろう。しかし、個の身体の空間の使い方に関する可視化をした研究は管見の限りみられない。また、フロアの空間の使い方の可視化に関する研究も、今雪（1982）⁵⁾以降進んでいないのが現状である。時間の使い方においては、小学校低学年が「ゆっくり・速く」といった単純な速さの変化の例示だったのに対し、小学校中・高学年では「急に止まる」という動きの変化の記載が追加され、中学校1・2年生では「スローモーション」「何回も繰り返す」という動きの変化が加えられた。さらに、中学校3年生以降では、「力をためたあと瞬発的に動く」という瞬発的な動きを強調するための「ための動き」の重要性について示されていた。そして、高等学校2・3年生では、順番に動きをずらす技法である「カノン」についての記載が示された。力の使い方においては、小学校低学年では「急変する場面」を取り入れるのみであったが、小学校中・高学年では、「硬く・柔らかく」の対照的な動きを取り入れたり、緩急、強弱を意識したりした動きが求められていた。中学校1・2年生になると、それに加えて「静・動」という対照の動きも示され、中学校3年生以降は、その対照の動きをより細かく鮮明に表現する必要性が示されていた。時間と力の使い方に関する研究についても、それらを可視化することに着目した研究はみられない。

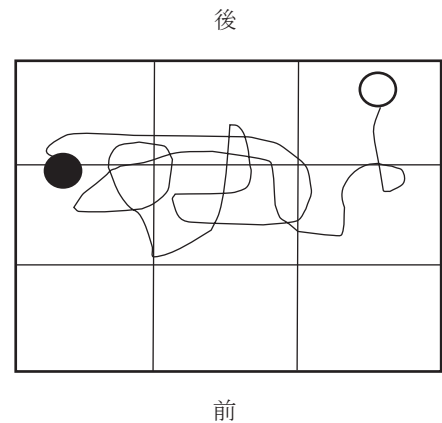


図1 フロアの空間の可視化
今雪（1980, 1982）を参考に筆者が作成

次に、リズム系ダンスの系統性の特徴として、小学校ではロックとサンバ、中学校・高等学校ではロックとヒップホップのリズムが示され、それぞれのリズムの捉え方を児童・生徒の発達段階に合わせて示されている傾向にあった。

リズム系ダンスにおける空間、時間、力の動きの具体例の系統性をみると、空間の使い方においては、小学校低・中学年が個と2人組の動きに着目していたのに対し、中学校1・2年生では個に特化した動き、中学校3年生以降は個や群の動きに着目されているのが分かる。中学校1・2年生で個の動きのみに戻っている理由としては、小学校と中・高等学校で扱うリズムが異なっているため（小学校：ロックとサンバ、中学校：ロックとヒップホップ）、中学校で再度丁寧にそれぞれのリズムについて個で理解する時間が必要であることが挙げられよう。時間の使い方においては、小学校低学年では記載がなかったものの、小学校中学年では「後打ちとシンコペーション」、中学校1・2年生では「アフタービート」、「休止や倍速」、中学校3年生、高等学校1年生では「独自のリズムパターン」、「音楽のリズムに同期」、高等学校2・3年生では「アクセントの位置をずらす」という点がそれぞれ追記されていた。とりわけ、音楽のリズムに同期することについて、高田・松尾（2013）¹⁷⁾は、「音との同期」(p.38)という言葉で音そのもののリズムである音楽要素のリズムと身体的要素のリズム（速い動き、ゆっくりした動き、ストップモーション、スローモーションなど、身体の動きで可視化できるリズム）を同調させることの必要性を示していた。一方で、リズム系ダンスを経験したことのない教師にとって、学習指導要領に示されている「後打ちとシンコペーション」、「アフタービート」、「独自のリズムパターン」、「音楽のリズムに同期」、「アクセントの位置をずらす」という内容を身体でどのように表現すれば良いかを理解するためには、実技研修などの経験が必須となるであろう。力の使い方においては、「アクセント」がキーワードとなり、小学校中学年では、動きにアクセントをつける、というシンプルな表記だったのに対し、中学校1・2年生以降では、ダイナミックなアクセントをつける、といったアクセントの使い方についての言及がされていた。また、高等学校3年生の段階では、加えて身体の部位の強調といった、部分的な動きに着目して力の強弱をつける必要性が示されていた。

学研究, 7 : 3-17.

- 4) 今雪美千恵 (1980) 創作ダンスに関する研究—運動表現の発達過程について—. 福岡教育大学紀要, 30 : 45-47.
- 5) 今雪美千恵 (1982) 創作ダンスに関する研究—運動表現の男女差について—. 福岡教育大学紀要, 31 : 157-177.
- 6) 生関文翔・岩田昌太郎 (2019) 小・中学校教員におけるリズム系ダンス指導の悩み事に関する調査研究 : 性別・校種・ダンス指導歴および教職経験年数の差異をてがかりに. 日本教科教育学会誌 : 42(1) : 65-74.
- 7) 国別府はるか (2020) 布を介して拡がる身体表現遊び. 女子体育, 63(12・1) : 16-21.
- 8) McCutchen, B. P. (2006) Teaching dance as art in education. Human Kinetics, Champaign: pp. 125 - 155.
- 9) 宮本乙女 (2005) 創作ダンス授業における学習者によるパフォーマンス評価の研究. お茶の水女子大学附属中学校研究紀要, 34 : 65-86.
- 10) 文部科学省 (2013) 学校体育実技指導資料第9集—表現運動系およびダンスの指導の手引き—. 東洋館出版社, 東京.
- 11) 村田芳子 (2012) 必須化をチャンスに, 今こそ面白いダンスの授業を! 体育科教育, 60(2) : p.9.
- 12) 野田寿美子 (1991) ドイツ連邦共和国のスポーツ学習指導要領における体操・ダンス : Nordrhein-Westfalen 州の場合—1—. 埼玉大学紀要 体育学篇, 24 : 57-76.
- 13) 大橋奈希左・坂井星太 (2015) ダンス教育における「リズムにのる」ことについての考察 : 音楽と身体の動きのかかわりを視点として. 上越教育大学研究紀要, 34 : 235-244.
- 14) 下村和敏・山崎朱音・岡端隆 (2012) 体育授業における指導方法に関する研究 : 現代的なリズムのダンスにおける教材の再考. 静岡大学教育実践総合センター紀要, 20 : 53-63.
- 15) 塩野恵 (1996) 中学1年生女子ダンス学習報告1 : 公開研究協議会にむけた授業実践の試みとして. 東京学芸大学研究紀要, 34 : 89-110.
- 16) 高橋和子 (2012) 創作ダンスで身に付ける「技能」とは何か, それをどう評価するか. 体育科教育, 60(2) : 28-31.
- 17) 高田康史・松尾千秋 (2013) 現代的なリズムのダンスの授業の学習内容に関する検討 : 中学生のステップ習得成果に焦点づけて. 舞踊教育学研究, 15 : 35-44.
- 18) 山田敦子 (2010) 学校体育におけるダンスの指導内容・方法を考える視点と具体的事例—はじめてダンスを踊る・つくる・みる段階—. 高知大学教育実践研究, 24 : 59-72.
- 19) 山崎朱音 (2013) ダンス授業実践に向けた実技研修の在り方—静岡県内中学校教員のダンス授業の実施状況の把握を通して—. 静岡大学教育学部附属教育実践総合センター紀要, 21 : 73-81.
- 20) 山崎朱音・村田芳子・朴京眞 (2014) 創作ダンスの指導における指導言語の意味と動きをみる観点 : 教材「新聞紙を使った表現」を対象に. 体育学研究, 59(1) : 203-226.

A Study on the Systematics of “Good Movement” in Expressive and Rhythmic Dance:
As a Basic Material to be Used for Considering Teacher Training Content of Elementary to
High School Dance

Ayaka ISEKI (Yasuda Women's College)

Abstract

The purpose of this paper was to organize the systematics of “good movement” in expressive and rhythmic dance. As a result, the systematics of “good movement” in expressive and rhythmic dance were illustrated. The following two issues were raised by the results of this study. (1) Accumulation of practical research on expression using objects other than newspapers (props) and (2) Accumulation of research to visualize the use of space, time, and power. In addition to the accumulation of these studies, practical training is required to understand how to express the contents of “backbeat and syncopation” and “afterbeat” in rhythmic dance with the body.

Keywords: Expressive dance, Rhythmic dance, Good movement, Teacher training