

## [音 楽]

## 身体表現を中心としたリズム学習のカリキュラムの構成

(小学校低学年を対象として)

湯澤 卓\*

## 1 はじめに

「音楽を構成している3要素」は旋律、和声、リズムである。幼児期、児童期にはその基礎・基本が身につくことが望ましい。

小学校指導要領音楽科の目標は「表現及び鑑賞の活動を通して、音楽を愛好する心情と音楽に対する感性を育てるとともに、音楽活動の基礎的な能力を培い、豊かな情操を養う。」<sup>1)</sup>となっている。特に「音楽活動の基礎的な能力」に着目すると、それは「音楽を構成している3要素」を活用することが出来る力と読みかえることができると考えている。更に小学校指導要領解説音楽編では「音楽活動の能力とは、表現や鑑賞の活動に必要となる音楽的な諸能力のことを意味している。具体的には、児童が感じたことや心に描いた思いを、自ら声や楽器で表現して伝えたり、演奏のよさや音楽の美しさを感じ取りながら、主体的に聴いたりすることができる能力のことを指している。」<sup>2)</sup>とある。これは、児童が成長して大人になり、自ら好んだ音楽を選択して視聴、または演奏するための基礎的な能力の育成につながるものと理解している。つまり、現在の社会に氾濫している音楽の中から自分の好みの音楽を取捨選択し、それを視聴したり演奏したりして楽しむための基礎的な能力は、小学校時点で身につけておくことが望ましいと考えているのである。

そこで本研究では、より具体的に現在の音楽に適応するための音楽科学習カリキュラムの作成を思い立った。教科書教材を用いて、伸ばしたい力を焦点化した学習を行えば、実践的な音楽活動の基礎的な能力の育成につながるからである。焦点化して伸びた音楽活動の基礎的な能力を積み重ねていくことによって、音楽に多角的な面からアプローチすることが出来るのではないだろうか。そして、そういった経験を基に自分が好む音楽を選択し、一生涯に渡って音楽を楽しむことができる児童の育成につながるのではないかと考えたのである。

勤務校では昨年度1年生を、本年度2年生を担当している。音楽が好きなお子もただが、リズムを打ったり、リズムに合わせて歌ったり踊ったりすることが苦手な児童が多い。そこで今回は特にリズムに焦点を当てて研究することにした。教科書教材から適した教材を選び出し、リズムを系統立てて学習できるカリキュラムを作成しようと考えた。

小学校低学年におけるリズム学習で、最も実践されている例が身体表現を交えたものである。このことを、リトミック教育の創始者であるダルクロワは「リズム運動」と表現している。ダルクロワは「耳の訓練だけでは、子どもに音楽を愛させたり認識させたりはしないであろうし、音楽で最も有力な要素であり、人生に最も密接な関係があるものは、リズム運動である。」<sup>3)</sup>と述べている。また、ジェル(1973)は「リズムは喜びであり、生命である。リズムは、生命と宇宙とを作り上げている流れであり、進行であり、調和であり(中略)これらの内的諸能力を運動によって開発し、開放しようとする原理こそが、リズム運動」<sup>4)</sup>と述べている。そこで児童の姿を踏まえ、リズムを系統立てて学習できる方法として、身体表現を中心とすることにした。

## 2 研究の目的

本研究は現行の音楽科教科書「小学生の音楽1」「小学生の音楽2」(教育芸術社)から、リズム学習に適した教材を選び出し、リズム学習のカリキュラムを構成することを目的とする。作成したカリキュラムに、中心となる身体表現を当てはめ、その効果を検証していく。

\* 妙高市立妙高小学校

### 3 検証の方法

検証に当たり、各教材に「リズム学習に焦点化したねらい」を設定し、それに対する達成率を求めることとした。検証は、これを基に身体表現を中心とした学習にどれほど効果があったかを判断する。

授業者は、児童の活動の様子、発表の様子を観察し、以下の観点で達成率を求めた。

<p>〈達成〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムに対して身体表現が一致している割合が80%～100%</li> </ul>	<p>〈達成に努力を要する〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・リズムに対して身体表現が一致している割合が0～79%</li> </ul>
--	--

身体表現が一致している条件として以下の2点を設定した。

- ・フレーズ、若しくは拍子を意識した動きをしている。
- ・小節の1拍目など、アクセントをつける拍が動きの中で意識されている。

なお、リズムを評価する単元以外の教材については、本研究の達成率は評価に含まないこととした。

### 4 カリキュラムの構成

第1学年については(表1)、第2学年については(表2)のように設定した。

小学校低学年では、リズム学習教材に関わらずどの音楽活動・学習にも身体表現が関わってくる。これは、身体表現を用いた活動をすることで、小学校低学年の発達段階における音楽に対する興味関心が助長されるためだと推測される。小学校学習指導要領解説音楽編では、「拍の流れやフレーズを感じ取って、演奏したり身体表現をしたりすること」<sup>5)</sup>とある。このことから、小学校低学年での身体表現は、リズム学習のみに特化されるものではなく、フレーズを表現したり、曲のイメージを表現したりするなど、音楽の表現全体に関わってくるという特徴があると言う事ができる。

また、ダルクローズは「リズムはもっぱら動きに依存し、リズムの最も近い手本を我々の筋肉組織の中に見出す。(中略)我々の身体によって《実感する》ことができ、また、我々の音楽的感覚の鋭敏さは、身体意的感動の鋭敏さによる」<sup>6)</sup>と述べている。このことから、身体表現をリズム学習中心に置くのは適していると考えている。

そのため、教材が直接リズム学習でないものでも、適していれば対象として含むこととした。

### 5 実践

#### (1) 第1学年時の実践(2006.4.～2007.3.)

##### ① 実践を行った児童について

実践対象となったのは妙高市立妙高小学校第1学年40名である。多くは、関山、原通、大鹿の3保育園から入学してきた児童である。明るく元気に活動できる児童が多いが、人前で話したり、歌ったり、表現したりすることは苦手な児童が多い。また、極端に人前で活動することが苦手で、音楽の授業になかなか参加できない児童もいた。

保育園でお遊戯等の身体表現に触れている。年度の初めには、3園合同で行ったダンスを踊って見せてくれる児童もいた。しかし、リズムに合わせた動きができていない児童は少なく、音楽がなっている中でただ動いている、という印象が強かった。

ピアノなどの習い事をしている児童はいなかった。楽譜や音符を読める児童もいなかった。

##### ② 実践

まず、各教材に「ねらい」と「中心となる身体表現」を設定した。そして、それぞれの学習における身体表現の達成率を出し、学習効果がどのように現れるかを確認した。

実践では、全体を3段階に分けて実践した。『みっきい まうす マーチ』を1段階、『まねっこあそび』から『うみ』までを2段階、『しろくまのジェンカ』から『ぶん ぶん ぶん』までを3段階とした。

第1段階の『みっきい まうす マーチ』では、手拍子で児童がどれくらいリズム運動をできるのかを確かめた。手拍子を正しく打てたのは40名中28名(70%)だった。楽曲に合わせて自由に身体を動かすことについては、3園それぞれで実践の経験があり、それを基にして児童は活動をした。しかし、楽曲のもつリズムに合わせて活動することができていたのは40名中18名(45%)だった。この時点で、身体全体を使ってリズム表現をしたりリズム運動をしたりすることを苦手とする児童が多いことを感じた。

第2段階では、基本的なリズムの学習を実践した。『せいじゃのこうしん』『たぬきのこうしん』は2拍子、3拍子の楽曲である。児童にとっては、4拍子以外の拍子を具体的に学習する機会は初めてだった。『せいじゃのこうしん』は比較的容易に2拍子を理解することができていた。(95%)『たぬきのこうしん』では、3拍子に少し戸惑う児童もいたが、最終的には87.5%の児童が達成することができた。

『じゃんけんぽん』『けんけん ぱ』では、手遊びを行った。手遊びは、音楽と身体表現を効率的に取り入れた遊びである。特に低年齢期の児童にとっては非常に親しみやすく、面白がって活動に取り組んだ。達成率も高かった。この点から、その後授業の導入や終末で、手遊び歌を取り入れることにした。

第3段階では、身体全体を使った活動を中心として行った。始めの段階では手拍子や足拍子を取り入れて、リズムに対する慣れを感じるようにした。『しろくまの ジェンカ』ではバニーホップ(ジェンカのステップ)、『てをたたきましよう』では、歌詞に合わせた表情変化、『ぶん ぶん ぶん』では、歌詞と曲想から動きを創作して、歌唱と表現を行った。

特に『ぶん ぶん ぶん』では、蜂の真似をしたり、曲想から晴れた日や花を想像し、その風景を表現しようとしていたりする児童がいた。これは、ダルクローズが提唱しているリトミックの手法を取り入れた実践であった。リトミックでは、音楽から何かを想像し、身体で表現したり、自分の感情を音楽で表現したりする活動を行うことがある。一番初めの『みっきい まうす マーチ』から比較すると、表現力も豊かでリズムも正確であった。何より、児童自身が、自発的に身体表現をしたことに対する喜びを感じているようだった。

(表1) 第1学年カリキュラムと達成率

段階	教材名	リズム学習に焦点化したねらい	中心となる身体表現	達成率(%)
1	みっきい まうす マーチ (鑑賞)	・楽しんで拍の流れを感じ取る。	・手拍子(歌いながら。歩きながら)	・70
			・楽曲に合わせて自由に身体を動かす。	・45
2	まねっこあそび	・他者の出すリズムを模倣する。	・手拍子	・90
	せいじゃの こうしん/ たぬきのたいこ(鑑賞)	・2拍子を感じ取る。 ・3拍子を感じ取る。	・身体全体を思うように動かしながら歩く。	・95
			・曲に合わせて踊る。	・87.5
	じゃんけんぽん	・歌いながらリズムに合わせて遊ぶ。	・じゃんけん遊び	・95
	けんけん ぱ	・歌いながらリズムに合わせて遊ぶ。	・リズム打ち ・けんば遊び	・95 ・95
うみ	・3拍子を感じ取る。	・楽曲に合わせて身体を揺らす。	・90	
3	しろくまの ジェンカ (鑑賞)	・リズム変化への気付き	・手拍子 ・バニーホップ(ジェンカのステップ)	・90 ・77.5
	てを たたきましよう	・リズムフレーズへの気付き	・手拍子、足拍子 ・表情変化	・92 ・85
	ぶん ぶん ぶん	・リズム変化への気付き	・手拍子 ・歌詞や曲想から動きを創作する。	・95

## (2) 第2年次の実践(2007.4~2007.9)

### ① 実践を行った児童について

(1)で述べた児童を引き続き担任することができたため、実践を継続した。1名転出し、39名となった。1年時に比べて人前で話したり、歌ったり、踊ったり、発表したりすることが得意な児童が増えてきた。1年時最後の「6年生を送る会」では、身体表現を生かしてダンスを2曲踊ることができた。音楽の授業になかなか参加できなかった児童も、2年生になってからは活動に参加できるようになってきた。

小学校に入ってからピアノなどの習い事で楽譜が読めるようになってきた児童が増えた。更に、1年生の3学期に行った音符の学習を基にして、四分音符、四分休符を理解できている児童が多くなった。しかし、拍子についての理解は無く、4月時点では3拍子と4拍子の違いが明確に分かる児童は多くなかった。

## ② 実践

方式は第1年時と同様である。

2年時では、1学時よりも複雑なリズムを打つことができるように学習を構成した。

第1段階では、1学年の学習内容を踏襲して楽曲に合わせて踊ったり、歌ったり、手遊びをしたりした。『ロンドンばし』以外の3曲が児童にとって触れたことが無かったか、達成率は53.8%に留まった。

第2段階では、音階を理解するための身体表現として設定されている『ドレミのたいそう』を学習の中心とした。『ドレミのたいそう』は、『ドレミの歌』に合わせて身体でドレミを表現するものだが、当然リズムにのった表現ができなければならない。その為に、音階表現よりもリズム表現を中心に学習を進めた。学習を進めていく中で、旋律も、副旋律も、リズムも正しく表現することができる児童が多かった(82%)児童の感想文の中に『身体を動かしながら歌を歌うと、楽しくていっぱいできます。』というものがあつた。身体表現に対する不安感や苦手がほとんど無くなっていることと、身体表現をしながら音楽活動をするものの効果を児童自身が実感している、と感じた。

第3段階では、指揮とダンス、楽器演奏を混同した活動を設定した。特に『いるかはざんぶらこ』ではバンブーダンスを、『ピラミッドのうた』では創作ダンスを行った。いずれも、手拍子→バッテリーリズム→全身を使った身体表現というステップで学習を進めた。

バッテリーリズムは、リトミックで用いられる手法である。2人でリズム奏を行い、1人はアクセント、もう1人はアクセントではない部分を演奏する。これにより、リズムの中における拍の役割を学ぶことができていた。

『ピラミッドのうた』で行った創作ダンスは、リズムダンスの手法を取り入れ4つのくずしを入れて行った。<sup>7)</sup>場の変化や新しいからだの動きを感じながら、児童は自由に表現を楽しんでいた。リズム学習という枠にとらわれない姿を見せていた。第1学年時の『ぶんぶんぶん』での経験した動きも取り入れながら活動する姿に、学習の積み重なりを感じた。また、歌詞の中に「黄色い砂漠の」「緑のジャングルの」「真っ赤な浜辺の」という場面を想像させる言葉と、「ラクダに乗って」「ラバに乗って」「イルカに乗って」という動物に乗ってゆったりと旅することを想像させる言葉が入っている。児童は、歌詞を手掛かりとしてグループの中で動きを工夫し、楽しみながら活動に取り組んでいた。動きながら歌唱することで、より豊かな表現で歌うことができるようになった児童もいた。

カリキュラムの中盤で、2、3、4拍子について学習した。手拍子を使って拍の違いを学習したが、児童はスムーズにその違いについて学ぶことができた。例えば教師が3拍子の曲を4拍子に、2拍子の曲を3拍子に変化させて演奏すると、「それは3拍子!」「それは4拍子だよ!」と即座に判断できるようになった。第1学年時の『せいじゃのこうしん』『たぬきのたいこ』の時よりも、より具体的な判断ができるようになったことで児童の変容が見取れた。

(表2) 第2学年カリキュラムと達成度

段階	教材名	リズム学習に焦点化したねらい	中心となる身体表現	達成率(%)
1	ロンドンばし/こめむぎあそび うた/おちゃらかほい/小犬の ビンゴ(鑑賞)	・歌に合わせて、歩いたり踊ったりする。 ・歌に合わせて手遊びをする。	・歩く ・踊る ・手遊び	53.8
	ドレミのうた(鑑賞)	・歌に合わせてドレミの体操をする。	・ドレミのたいそう	82
2	ドレミあそび	・ドレミの体操を生かして、既習曲を歌う。	・ドレミのたいそう	66.6
	かっこう	・3拍子のリズムを打つ。	・手拍子	89.7
	かえるのがっしょう	・リズム輪唱をする。	・手拍子	82
3	トルコこうしんきよく メヌエット	・2拍子、3拍子を叩く。 ・2拍子、3拍子を指揮する。	・手拍子、足拍子 ・指揮	97.4
	いるかはざんぶらこ	・バッテリーリズムで3拍子を演奏する。	・手拍子、足拍子 ・バンブーダンス ・楽器演奏	89.7
	山のポルカ	・バッテリーリズムで2拍子を演奏する。	・手拍子 ・楽器演奏	89.7
	リズムあそび	・2拍子、4拍子の中に祭囃子の言葉を入れて、演奏する。	・言葉 ・手拍子 ・太鼓うち	76.9
	ピラミッドのうた	・3拍子の雰囲気に合わせて身体を動かす。	・身体表現	97.4

## 6 考察

### (1) 実践の成果

達成率や児童の様子から、身体表現を中心としたリズム学習は以下の3点の成果が上げられる。

- ・リズムを意識した歌唱、演奏が出来るようになった。
- ・どのような音楽が流れても、それに合わせて身体を動かし、音楽を楽しもうとする姿勢が見られる児童が増えた。
- ・初めて触れる楽曲でも、身体表現を行うと拍子が分かったり、曲の雰囲気を感じ取ったりする姿が見られるようになった。

この3点は、第1学年時の児童の姿から大きく変容した点である。その他にも、少しずつではあるが良い形で変容が見られている。リズムに焦点化した学習を行うことが目的だったが、焦点化した学習によって、様々な音楽活動の基礎的な能力に影響を及ぼすことを感じた。

カリキュラムの後半は、リズムを打楽器で演奏することにつながる身体表現の活用も行った。打楽器の演奏は、手、腕、足など、体のあらゆる部分を使って行われる。打楽器演奏そのものが身体表現だとも言えるのではないだろうか。学習で積み重ねてきたリズム経験を打楽器演奏に生かすことはとても自然だと考えた。そこで、折々に場面を設定した。演奏技能が未熟で、良い音が出なかったり打拍の音がずれたりすることはあったが、児童はリズムを感じて打楽器演奏をできるようになってきている。A児は、4拍子の楽曲で身体表現をする時、裏拍を感じて表現することができるようになった。そして、裏拍を感じることも、演奏にも反映されるようになった。小学校低学年の発達段階を考えると、高いスキルを身につけているのではないだろうか。身体表現の積み重ねが、演奏に変化を及ぼしていることを感じた。他の児童でも、このように次第に、器楽、歌唱、創作という分野に分かれた表現活動に反映されていくとよいと考えている。

身体表現を行うことで、児童にもう一つ大きな変化があった。それは、人前で表現活動することが恥ずかしくない児童が増えたことである。身体表現を取り入れる場面では、発表でも活動でも、学級・学年の多数を前にして行うことがほとんどである。そのため、人の前に立って身体表現することに対する苦手意識や緊張感は薄れていったようだ。これは直接音楽の基礎的な能力の伸長にはつながっていない。しかし、音楽など表現をしようとする場面では、非常に重要なスキルだと考えられる。特に、対象児童のほとんどが苦手としていた力だったので、非常に大きな変化だと感じた。

### (2) 実践の課題

実践から課題点として見えてきたのは以下の3点である。

- ・身体表現は時間がかかり、例えば歌唱、器楽を中心教材にした授業で取り入れようとすると、授業の展開部分の充実が図れなくなる。
- ・発達段階や個人の技能によって、差が出やすい身体表現がある。
- ・上手に表現できず、身体表現を苦手だと思っている児童への支援が必要である。

特に、上手に表現できず身体表現を苦手だと思っている児童へは、個別の支援が必要である。B児は、入学当初から引っ込み思案で学級の友達と一緒に活動することが苦手だった。身体表現には積極的に取り組もうとしたがなかなか上手いかず、それが基で積極的に音楽活動に関わることができなくなってしまった。対応として、授業をTTとし、STがA児の活動支援を行った。現在では、積極的に活動することができるようになってきている。

## 7 今後の改善点

### (1) 授業構成について

身体表現を取り入れてリズム学習を行おうとする場合、児童が慣れるまでとても時間がかかる。実践の中では1単位時間全てが身体表現になってしまうこともあった。これでは、教師がねらうそれぞれの時間での学習内容に偏りが出てしまうし、多様な音楽活動が設定できないと感じた。

実践する際には、構成したカリキュラムを基にして、年間を通して導入に取り入れるなど、学習全体に偏りが出ないような工夫が必要である。また、場合によってはかかわりのある他教科の時間と連動し活動、学習を設定するなど、計画をすることも考えられる。朝活動の時間での実践も有効ではないだろうか。学年・学級や児童の実態に応じて取り入れていくことが望ましい。

## (2) 幼・保との連携

今回は低学年児童に焦点を当てた。しかし、実際に授業をしてみるとそれ以前の幼・保での音楽経験が重要となるのではないかという実感を得た。学区内の保育園から日頃の音楽活動の様子を聴取し、それを反映する形で幼・保～小学校低学年にまたがったカリキュラムの作成ができると良いと考えている。そのことが幼・保～小の連携につながる1つの要素になるとも考えている。

### 〈引用文献〉

- 1) 文部省 『小学校学習指導要領解説音楽編』 2000年, 8p
- 2) 文部省 『小学校学習指導要領解説音楽編』 2000年, 11p
- 3) ダルクローズ, エミール・ジャック, 板野平訳 『リズムと音楽と教育』 全音楽譜出版社, 1975年, 63p
- 4) ジェル, ヒーザー, 板野平, 鈴木敏朗共訳 『こどものための音楽と動き』 全音楽譜出版社, 1973年, 12p
- 5) 文部省 『小学校学習指導要領解説音楽編』 2000年, 22p
- 6) ダルクローズ, エミール・ジャック, 板野平訳 『リズムと音楽と教育』 全音楽譜出版社, 1975年, 63p

### 〈参考文献〉

- 7) 村田芳子編著 『最新楽しいリズムダンス・現代的なリズムのダンス』 小学館, 2002年, 12～13pp  
 教育芸術社 『小学生の音楽1 指導書 研究編』 教育芸術社, 2005年  
 教育芸術社 『小学生の音楽2 指導書 研究編』 教育芸術社, 2005年  
 日本ダルクローズ音楽教育学会編 『リトミック研究の現在』 開成出版, 2003年  
 ブラック・ジュリア, ムーア・ステファン 『リズム・インサイド』 西日本法規出版, 2002年