

[体育・保健体育]

リズムダンスにおける即興表現の楽しさを 味わわせる指導の工夫

－「やってみる・ひろげる」を位置付けたゴールフリー学習を通して－

本間 知可*

1 はじめに

表現運動の特性は、「自己の心身を解放して、リズムやイメージの世界に没頭してなりきって踊ることが楽しい運動であり、互いのよさを生かし合って仲間と交流して踊る楽しさや喜びを味わうことのできる運動」(学習指導要領解説・平成20年)である。これは心と体を一体としてとらえた指導の実現に向けて多くの可能性をもっている。村田(1991)は、「勝敗がない、個性が生かせる、友だちとの一体感が味わえるなど他のスポーツ領域と違う特性が多く見られる。」と述べている。これらの特性から子どもの「心」と「体」を丸ごととらえることができる領域として期待されているのは、学校現場にもすでに浸透していると思われる。

しかし、岡野ら(2011)は、表現運動の授業の問題を以下のように指摘している。

「これまでの表現運動の授業では、教師が教えた動き(振付)を恥ずかしがって踊らず立ち尽くす子どもたちの姿や、座り込んでグループでの動き方の相談をする子どもたちの姿がよく見られる。前者は、リズムダンスの授業、特に小学校の運動会ダンス指導でよく見られ、教師が動き(振付)を子どもたちに教えるという教師中心主義の一斉型授業である。後者は、表現の授業でよく見られ、教師が表現する題材だけを与え、あとはグループで創作させるという子ども中心主義の放任型授業である。」としている。さらに、「一斉型授業は、動き(振付)の獲得という出来栄を評価し、授業の出口(技能・知識)を問題にする「結果重視」の学習であり、子どもたちは「できた・できない」という結果を気にするあまり恥ずかしさを感じると考えられる。一方、放任型授業は、子どもの意欲を喚起し、学習の入り口(意欲)を重視する学習であり、最後まで意欲を継続させることが難しいと考えられる。つまり、どちらも授業のプロセスがブラックボックス化して、子どもたちが学ぶことの意味や目的を見えにくくしてしまっている。」としている。

自分の表現運動の授業も、まさに授業のプロセスのブラックボックス化であった。特にリズムダンスの単元は、運動会のダンス発表に位置付け、流行りの音楽の選曲、振付の考案、指導、練習の積み重ねを行ってきた。教師が教えた動き(振付)が出来なかったり、覚えたりしなければねらいが達成されない一斉型授業であった。そこで、今までの指導の在り方を見直し、リズムダンスの特性である「リズムに乗る」ことを子どもに味わわせる必要がある。そのためには、授業のプロセスである学習過程の構想が重要であると考えた。

表現運動の特性を生かした学習過程の構想について、村田(2011)は、「ゴールフリー学習(目標探究型学習)」を提唱している。村田によると「表現運動の創造的活動は、皆が同じゴールの到達を目指す『ゴール学習(目標達成型学習)』ではなく、『今、ここから』始まり試行錯誤しながら探究するプロセスを大切にした『ゴールフリー学習(目標探究型学習)』であり、『やってみる(習得)』から『ひろげる(活用)』への学びの往還を繰り返しながら『ふかめる』の探究へと発展させていく」と述べている(図1)。さらに重要なことは、「やってみる(習得)」の段階に教師が教えた内容をいかに押さえていくかである」と示している。従って、学習の目標である動きを教師といっしょに踊り、体験することで児童は、動きのポイントを習得して

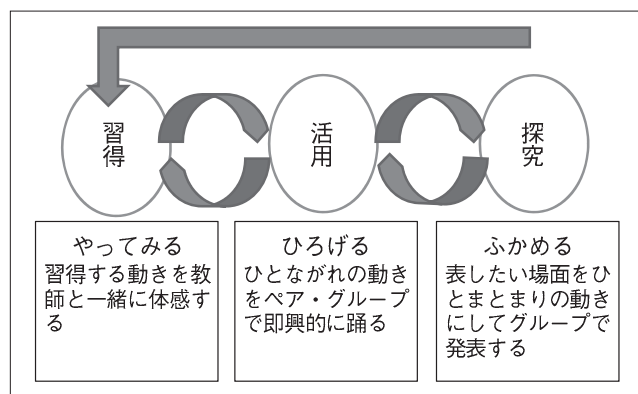


図1 ゴールフリー学習の流れ

* 新潟市立桜が丘小学校

いき、それをヒントにして次の「ひろげる」の活動では、自分たちの動きを自由に再構成したり、即興的なひと流れの動きにつないだりすることができると思う。

2 研究の目的

本研究は、リズムダンスにおける即興表現の楽しさを味わわせるために、「やってみる・ひろげる」を位置付けた「ゴールフリー学習」を基にした授業づくりを行っていくことで、どのような学びが生じるかを検討した。なお、授業実践は、第3学年31名を対象とし、「みんなノリノリッ！ダンサーズ！」という単元を2015年10月に実施した。

3 実践の概要（第3学年 表現運動リズムダンス「みんなノリノリッ！ダンサーズ！」）

(1) 単元の計画

毎時間、「やってみる」から「ひろげる」へと繰り返し即興的に踊る活動を中心に構成した。「やってみる」では、リズムや曲調の異なるいろいろな曲で友達と自由に踊って楽しみ、「ひろげる」では、1曲を選んでリズムの特長を生かした乗り方や対応の仕方を工夫して踊って楽しむようにした。第5時「ダンスカーニバル」は、「ふかめる」段階とし、今まで踊ってきたお気に入りの曲を選び、気に入った動きを組み合わせながら、最後にメドレー発表会を行った。

表1 単元計画（全5時間）

時	1	2	3	4	5
リズム	軽快なロック		陽気なサンバ		ダンスカーニバル
学習のねらい	学習のねらいと進め方を知り、ロックのリズムに乗って、踊ることができる。	ロックのリズムに乗って、友達と工夫して踊ることができる。	サンバのリズムを知り、サンバのリズムに乗って、踊ることができる。	サンバのリズムに乗って、友達と工夫して踊ることができる。	学習したロックやサンバのリズムで、踊りを見せ合ったり、一緒に踊ったりしてダンスを楽しむ。
学習活動と留意点	第1時のみオリエンテーションが入る。 1 心と体をほぐす。 2 前時の復習で1曲踊る（第2時以降）。 3 めあてを確認する。 4 〈やってみる〉ロックやサンバのリズムに乗って先生や友達と踊って楽しむ。 ・ウンタ・ウンタの後打ち（アフタービート）のロックのリズム（第1・2時）。 ・ウンタッタの2拍の中にあるリズムの変化（シンコーション）があるサンバのリズム（第3・4時）。 ・座った状態で→立って→くずしを入れて→2人組で。 ・おへそを中心に弾んで踊ることをつかませる。 ・基本的なステップやリズムの特徴をつかませる。 5 動きを振り返る。 ・〈やってみる〉での動きでお気に入りの動きを出し合い、その動きをつないだり、組み合わせたりして、次の〈ひろげる〉の自由な動きにつながるよう見通しを持たせる。 6 〈ひろげる〉全体で1曲選びリズムの特徴に合った動きで2人組を中心に工夫して自由に踊って楽しむ。 ・〈やってみる〉での動きをつないだり、組み合わせたりして、自由に踊れるようかけ声や手拍子を入れる。 ・リーダーの動きに合わせて踊ったり、反対の動きで踊ったりする。 ・リーダーは決めずに、自由に踊る。 ・どんな動きでも受け入れられるという雰囲気を作る。 ・踊れない児童には、教師と一緒に入って踊ったり、ステップだけでもいいことを伝えたりする。 7 学習を振り返る。 ・今日、楽しかったリズムダンスについて話し合う。 ・学習カードを書く。				1 体ほぐしの運動 2 前時の復習で1曲踊る。 3 学習課題を確認する。 4 〈ふかめる〉学習してきたリズム（曲）から、踊りたい曲を選び踊る。クラス全員で人気の高かった曲を選び最後にみんなで踊る。 5 単元のまとめをする。

(2) リズムダンスにつながる準備運動の工夫

授業の導入では、毎回、リズムに乗って心が弾むような運動から始めた。どの児童も楽しめるように軽快なリズムの音楽をかけながら（使用曲：「ステップ・トゥ・ステップ」共同テレビジョン）、体じゃんけん遊びから入った。教師が毎回違うお題を出し（表2）、勝ったら〇〇する、負けたら〇〇するというように簡単な動きで楽しめる活動を取り入れた（写真1）。また、前時の復習として1曲踊ることで、いつの間にかエンジン全開で楽しく踊れるようになった（写真2）。



写真1 体じゃんけん大げさバージョン



写真2 いつの間にかエンジン全開

表2 教師が提示した体じゃんけんのお題

<ul style="list-style-type: none"> ・体じゃんけんあっち向いてホイ→体で方向を示し方向が同じなら負け ・体じゃんけんカメハメハー→勝った人は、カメハメハーを送る。負けたら大げさにやられる。 ・体じゃんけんうその戦い→勝った人は、負けた人にうその攻撃をする。 ・体じゃんけん遅出しじゃんけん→身長の高い人が先にじゃんけん。身長の高い人がその後じゃんけん。

(3) ゴールフリー学習による学習過程の工夫

① 「やってみる」(習得：教師と一緒に共通の動きで踊る) の段階

ア：教師と一緒に共通の動きで踊る

最初は教師のリードでみんなで一緒にリズムに乗って踊った。ここでの動きは、「これだけは押さえない」動きであり、この動きをヒントや材料にしてつなげたり、組み合わせたりして児童が自由に動きをつなげたり、組み合わせたりして即興的に踊れるようにした。教師の動きを目のふちで捉え、即座に真似するよう伝えた。また、簡単な動きを組み合わせたり、移動したりしながら、おへそでリズムをとることを指導した。まず、座ってリズムをとる活動から、立って全身で弾んだり、2人組で簡単な動きを組み合わせたりして、教師がリードして即興的な踊りにつながるようにした。「やってみる」で児童と一緒に踊った内容は次の通りである（図2）。

【ロックのリズム】 使用曲：「ホンキートンキー」「ブギーマン」「ソウル」共同テレビジョン 「Fred Come To Bed」 Scatman John		
① 座位でおへそを大きくぐるりと動かす。	② 肩を上下に。大きく。声も出して「ハッハッ！」→早く→横に動かしながら。	③ 手を叩く。タンタン・・・！笑顔で。おへそを動かしながら。
④ 頭の上で→左右→上下	⑤ 手拍子。タタタタ・・・→ストップ→早く→ストップ	⑥ 手を伸ばして。タタタタ・・・→ストップ→早く→ストップ
⑦ ワンツのアフタービート（後打ち）。おへそも肩も動くように。	⑧ 頭の上で。「ハイ！ハイ！」声も出して。	⑨ 体をねじって。「ハッ！ホッ！」声も出して。
⑩ 立ってスキップ→手を自由に動かして。	⑪ 体をひねりながら回る。	⑫ 足を素早く動かす。手も付けて。リズムをくずす。
⑬ 二人組で相手を見て笑顔で。その場で弾む。	⑭ ねじりながら。	⑮ コーヒークップのようにぐるっと回る。


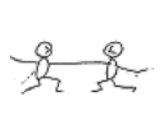
<p>⑬</p>  <p>スキップでいろいろ なところに移動しな がら、他の組をくぐ り抜ける。</p>	<p>⑭</p>  <p>サイドにステップ→ 大きく。</p>	<p>⑮</p>  <p>片手をつないで回る →大きく→ぐるぐる 早く。</p>
<p>⑯</p>  <p>ピタッと止まる。相 手の顔を見て、ジャン プで一気に入れ替 わる。</p>	<p>⑰</p>  <p>離れて走ってハイ タッチ→両手で。片 手で。声を出して 「ハイッ！」</p>	<p>⑱</p>  <p>足の間を素早くくぐ り抜ける。</p>
<p>【サンバのリズム】 使用曲：「トゥギャザー」共同テレビジョン 「恋のマカレナ」ロス・デル・リオ</p>		
<p>①</p>  <p>座位でわきを動かす →大きく→斜めに→ 体をひねりながら。</p>	<p>②</p>  <p>手を波のように動か す。おへそも動かして。</p>	<p>③</p>  <p>窓ふきのように手を 回しながら。</p>
<p>④</p>  <p>太陽のようにギラギ ラ→頭の上→上下→ 左右</p>	<p>⑤</p>  <p>立って腰を前後に動 かしながらステップ。 手は力を抜いて。</p>	<p>⑥</p>  <p>ピボットターン→早 く→ストップ</p>
<p>⑦</p>  <p>手を上から下に→ しゃがむ</p>		

図2 「やってみる」での動き

イ：「4つのノリノリポイント=いろんなところ・体全部・リズム・友達」の提示

「4つのノリノリポイント」(写真3)とは、村田が提唱する「4つのくずし(変化)」を3年生の児童にもわかりやすいように言葉を変えて提示したものである。「4つのくずし(変化)」とは、表3の通りである。

表3 「4つのくずし(変化)」

1	空間のくずし=「いろんなところ」	: 踊る方向や場を変化させて、同じ場所だけでなく、場を広く使って踊る。
2	体のくずし=「体全部」	: ねじったり、回ったり、跳んだりして、身体の状態をはっきりと変える。
3	リズムのくずし=「リズム」	: 素早く、ゆっくり、急に止まるなどの動きで、リズムを変える。
4	人間関係のくずし=「友達と」	: 離れたり、くっついたりなど、いろいろな友達とかかわり合いながら踊る。

「4つのくずし(変化)」を入れることで、「やってみる」で教師と一緒に動いた動きを材料やヒントに、「ひろげる」で友達と自由に動きを組み合わせたり、つなげたりしながら動きに変化をつけて即興的に踊れる手立てとした。この「4つのノリノリポイント」は、第1時のオリエンテーション時に示し、授業の見通しをもたせるとともに、毎時間提示し、4つのくずしを意識した場や動きのヒント、工夫につながるよう活用した。

②「ひろげる」(活用:「やってみる」の内容を生かし、友達と一緒にひと流れで踊る)の段階

「やってみる」の段階で体験した動きやヒントを材料にして、ペアで即興的に踊る活動を広げていった。「ひろげる」の前に、「やってみる」で踊った動きで面白かった動きやお気に入りの動きを振り返る時間を確保した(写真4)。そうすることで、それらの動きを使って「この動きを続けて踊ってみたいな。」「2人であの動きができそうだな。」と、即興的に踊ることへの見通しとなった。また、実際に児童が踊っているときは、児童の動きのよさを具体的に称賛したり、動きや状況を実況中継したりしながら言葉かけを行った。以下の写真5~16は、動画から拾い上げた「ひろげる」で見られた児童の即興的表現である。



写真3 4つのくずしの提示



写真4 お気に入りの動きを振り返る



写真5 高低をつけて



写真6 腕を組んで



写真7 サンバステップ



写真8 スキップで自由に



写真9 ポーズ



写真10 背中合わせで



写真11 オリジナルの動きで



写真12 ハイタッチ



写真13 離れたところから大ジャンプ



写真14 リーダーに続いて



写真15 ミラーになって



写真16 手をひらひらさせて

③ 「ふかめる」の段階

ここでは、新たな作品作りではなく、今まで取り組んできた「ノリノリッ！ダンスーズ！」で踊ってきたお気に入りの曲を選び、気に入った動きを組み合わせながら、最後にメドレー発表会（写真17）を行った。お気に入りの曲を1～2曲を選び、特に決められたメンバーで踊るのではなく、2人組や4人組を自由に作って行った。



写真17 メドレー発表

4 考察

(1) 成果

① アンケート結果から

表4 リズムダンスの楽しさに関するアンケート

質問内容	肯定的評価 (%)		
	単元前	単元後	変化
1 体をいっぱいを使って思い切り踊る楽しさ	70.9	87.1	16.2
2 リズムの取り方や動きを工夫して踊る楽しさ	71	90	19
3 思いつくまま次々と踊る楽しさ	74.2	93.6	19.4
4 踊っている自分を人に見てもらおう楽しさ	51.6	54.8	3.2
5 自分や友達の新しい一面や意外な一面を発見できる楽しさ	71	83.9	12.9
6 友達と自由にかかわり合いながら一緒に踊る楽しさ	83.9	93.5	9.6

単元の始めと終わりに、児童に授業に関するアンケートを行った。アンケート結果（表4）からもわかるように、どの項目も肯定的評価が上がった。一番上昇した内容は、「思いつくまま次々と踊る楽しさ」であった。これは、「やってみる」で教師と一緒に踊った動きをヒントに「4つのノリノリポイント」からくずしを入れ、リズムの乗りも動きも長く面白く、思いつくまま踊ることができた結果と言える。また、教師の働きかけとして、児童の動きを観察しながら、くずしができている児童を褒めたり、取り上げたりしながらどんな動きでも受け入れられるという雰囲気を作ってきた取組が有効に働いた。

② 振り返りの記述から

各時間の授業の振り返りで、「ひろげる」でどんな工夫をしたかを書かせた。それぞれの児童の記述から、大きく2つのカテゴリーの学び(表5)が生まれた。「即興表現の楽しさ」を実感している児童の様子が見られた。

表5 リズムの取り方や動きを工夫して踊る楽しさと友達と自由にかかわり合いながら一緒に踊る楽しさ

<p>【リズムの取り方や動きを工夫して踊る楽しさ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・急に早くしたり、急にゆっくりしたりしてリズムに乗れた。あと、コーヒーカップを本当にやっているようにした。 ・ぐるぐる回って、手をつないでコーヒーカップをやって体全部使えてうれしかった。 ・飛行機をスピードに乗ってできたのでうれしかった。 ・ウンタ・ウンタのリズムがとれて楽しかった。スキップを高く跳んで工夫した。 ・4つのノリノリポイントの「友達と」で、くっついたり、急に離れたりして楽しかった。 ・リズムに乗って、いきなりストップしたり、手拍子をしたりして楽しく踊れたし、コーヒーカップもすごく楽しかった。 ・この前より、手を全体的に意識して動かした。迷っても足を止めずにできた。回るときにみんな笑顔だった。 ・先生がやっていない動きをした。ミラーで面白い動きをしたり、いきなり早くしたりした。 ・リズムが変わるとき、違う動きができた。
<p>【友達と自由にかかわり合いながら一緒に踊る楽しさ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・〇〇さんと反対の動きで、リズムに乗りながらパチパチ手をたたきながら、踊って楽しかった。 ・〇〇さんとミラーをしたり、コーヒーカップをしたり、先生なしでできてよかった。 ・〇〇さんと窓ふきしながら、足の前後をやったり、〇〇さんと背中を合わせながら窓ふきをしたりした。 ・〇〇さんとミラーをやって7種類ぐらいできた。 ・〇〇さんと手をつないで、手で作った輪を他の友達がぐぐった。楽しかった。 ・工夫したところは、〇〇さんと背中合わせで、腰をすごく動かしたところ。手をクロスさせてジャンプした。 ・〇〇さんとメリーゴーランドをして、すごく早く回した。〇〇さんとぐるぐるのを頑張って、連続でやった。 ・リズムに合わせて、スキップやハイタッチをして楽しかった。〇〇さんと手をつないでおしりと手を動かしてやった。 ・〇〇さんとボディタッチするときに、足もやった。2人組のとき、近くの2人組と一緒にコーヒーカップをした。 ・〇〇さんとサンバステップを工夫して踊った(リズムを使って)。体全部を使って、おしりや頭、わきも全部使った。 ・〇〇さんと両手をつないで、ジャンプしながら回転した。背中合わせをしてフリフリおしりを振った。 ・手をぐるぐる回して踊れた。〇〇さんの上下上下と繰り返したのがとても工夫したと思った。

「リズムの取り方や動きを工夫して踊る楽しさ」では、リズムに緩急を付けたり、いきなりストップしたりして自分で工夫して踊ることができたことがわかる。動きの工夫では、「やってみる」で踊った動きに高さや手拍子、オリジナルの動きを加え、長く面白く、楽しく踊ることができたと言える。これらは、「4つのノリノリポイント」の「リズム・体全部・友達と」のくずしを利用し、空間をいっぱい使って「いろんなところ」で踊れた成果の表れと言える。「友達と自由にかかわり合いながら一緒に踊る楽しさ」では、友達の名前をたくさん上げ、一緒に踊った楽しさを記述した児童がたくさんいた。向かい合い、背中合わせ、ミラー、高低、反対、手をつなぐ・・・等、1人ではできない動きが表出し、それが楽しさにつながったと言える。これらは、「やってみる・ひろげる」を位置付けたゴルフフリー学習を通して、それぞれの段階のよさを生かし、学びの往還を繰り返すことで相互の関連性を図ることができた成果である。

(2) 今後の課題

質問項目4「踊っている自分を人に見てもらおう楽しさ」が単元前後で肯定的評価にあまり変化はなく、低い結果となった。それは、単元全体を通して、友達のダンスをじっくりと見る時間を確保していなかったのが原因と考えられる。ペアやグループでの見せ合いの場面を設定し、カード等を利用し互いの表現のよさに気付く活動を取り入れる必要がある。また、表現運動では、教師の児童へのかかわり方が児童の動きを引き出すことに大きくかかわっている。特に、「やってみる」での教師の役割は、その後の展開につながる重要な部分であるが、何を共通に体験させるかの吟味が足らず、リズムに合った正しい乗り方になっていなかったりして児童の動きが停滞したこともあった。教師が児童の動きを感じながら軌道修正していく力や言葉かけなど、教師の指導力をさらに高めなければならない。

【引用・参考文献】

- ・文部科学省「小学校学習指導要領解説 体育編(平成20年3月)」日本文教出版, 2009, p.19
- ・村田芳子「ダンスの特性と学習指導」舞踊教育研究会編, 舞踊学講義, 大修館書店, 1991, pp.132-141
- ・村田芳子「保存版! ダンス指導のハンドブック」女子体育, 日本女子体育連盟編集, 2009
- ・岡野 昇「体育における『学び』の探究の移り変わり」体育科教育, 大修館書店, 2011
- ・村田芳子「新学習指導要領対応 表現運動・表現の最新指導法」小学館, 2011
- ・村田芳子「新学習指導要領対応 表現運動・リズムダンスの最新指導法」小学館, 2012