

# 親子で行うリズム体操の創作を通じた保育体育の取組み

竹口敦子 飯嶋裕美

## I. はじめに

保育指針で提示された保育のねらい及び内容に位置づけられた「表現」の領域では、その教育に関わる内容として「保育士等と一緒に歌ったり、手遊びをしたり、リズムに合わせて体を動かしたりして遊ぶ」という項目が提示されている(厚生労働省, 2009)。また、長野(2010)は、「表現」領域の活動を芸術(音楽・絵画・創作等)活動ならびに身体表現活動という領域に大別している。そして、古市(1995)によると、「身体表現」にも「創造力の育成」、「感情表出」、「心の解放」など様々な側面があり、それをどのように認識するかによって保育現場で用いる内容も違ったものになり、実際に現職の幼稚園教諭らが特に重要であるとしている側面と、実際に行われている内容との間には隔たりがあることが指摘されている。遠藤(2006)は、現職の保育者を対象としたアンケートの結果からその原因として、「指導の難しさ」、「教師自身の苦手意識・力量不足感」、「子どもの表現を引き出せない、気構えてしまうなどの指導者自身の緊張」、「教材、題材、音楽選びや発表の場に関する困難さなどの環境構成」などを挙げている。中には「見る側(保護者)の評価を意識するあまり、園の行事における発表を子どもが楽しめているかどうか疑問を呈する」という現職の保育者の声もあった。このことについて長野(2010)は、指導者自身が運動嫌いであれば、身体表現の指導に気が進まない可能性は高いと述べ、保育者を育成する大学教育課程において、運動に苦手意識を持っている学生でも身体を動かすことが楽しいと感じられるような体育授業の必要性を提言している。

一方、幼児自体はリズム感のある繰り返しの遊びを好み、リズムに合わせて身体を動かすこと(リズム体操)は、幼児期の性格形成、知能の発育、身体発育にとってもなくてはならないものである(松本, 1976)。しかも、子どもが主体的になって活動に取り組むためには、子どものもつ回転速度、力、回転の特徴など発達過程における各々の時期に子どもが備えている一般的な特性を知り、それが成長するだろう方向への見通しを持つことが導入、指導の上で大切である(山口, 2004)。

以上の観点を踏まえ、本科2年生前期の保育体育では、幼児向けのリズム体操の創作を行っている。学生が養成機関に在籍している間、子どもと実際に接する機会は限られており、しかも身体発育や運動機能の発達に特化して子どもを観察する機会はほとんどないに等しい。そのため、幼児向けのリズム体操の創作と言っても、実際には同年代の学生しかいない授業の時間内に子どもの発達段階を想像して振付に用いる動作や、動きの種類、テンポや音調を考慮したうえでの音源の選択、隊形などを工夫しなければならない。

そこで、筆者が30年間継続して行っている親子サークルに通う親子が、毎年秋にちえりあホールで開催される創作舞踊発表会で披露する親子体操を創作し、選抜された作品を実際に、親子とステージで踊るという機会を設けた。そして、当日の映像を全員で鑑賞することで、学生が選抜した作品を実際に子どもが踊っている様子を見て何らかのフィードバックが得られると考えた。

本論文では、このようなリズム体操の創作や創作舞踊発表会への参加を通じて、学生自身のリズム体操に対する意識や、子どもの運動機能の発達の特徴について持っていた印象がどのように変化したのか履修学生に対するアンケート調査の結果からまとめた。

## II. 親子サークルの活動と親子遊びの意義

この親子サークルは、親子が共にからだを動かし、一緒に笑い、一緒に汗を流すことで、親も子も「体力」が自然に育っていくはずであるという考えのもと、週一回60分間、BGMに合わせてリズム体操や、大判のタオルなどを使った遊びでからだを慣らし、ボールや新聞紙など参加者が持参した身近な遊び道具を利用して遊びを展開している。このサークルでは、家庭にもそのまま持ち帰ってすぐに実践でき、かつ物を大切にしようにもなると考え、特別な道具や用具を要するような運動遊びではなく、身近にあるもの、手作りできるものを使った親子あそびを行っている。さらに、子どもと触れ合って遊ぶことを大切にしている。近年は子どもとどのように触れ合ってよいかわからない親子が多いが、怪我をさせない、または、上手に次の動きを誘導するためには、動きと動きのつなぎ合わせなど合理的な体の使い方を知ることが大切である。また、ぶらさがる、つかむ、バランスをとるなどの身体感覚を味わうとともに、安全に運動するための知識を身につけ達成感と自信をつけさせる中で

レディネスを獲得してくことも大切にしている。そうすることで子どもが自らやってみたいと思えるような言葉がけや環境設定を可能にしている。

### III-1. 保育体育におけるリズム体操の創作

身体表現やリズム遊びにおいて、子どもたちの生き生きとした動きを引き出すには、保育者自身の動きや言葉がけなどが環境として重要な役割を担う(青野・松本, 2011)。そして、リズム体操を創作する際には、質の異なる様々な動きを含み「遅速、高低、強弱」などの対立要素を活用して変化を付け、協応性や敏捷性、巧緻性などを高めること、子どもたちにとって「楽しい遊び」となるような体操を創作するという姿勢をもつことも必要である。さらに、リズムに合わせて友達と一緒に動く楽しさや、汗を十分に流して動く爽快感を味わう楽しさも大切な観点である。そこで、リズム体操の創作をするにあたって、①幼児の能力に見合った簡便な振付、②幼児が親しめる楽しさ、③親子の関わり、④日常生活に習慣化できるという4つの観点を重視した。創作は、1クラスを4グループに分け(1グループ10名~15名)、5月~7月の6回の授業時間でグループ内討議を行い、曲の選定から運動ユニットの考案、ユニットの統合をし、最終的に4~5分の体操としてまとめるという工程を踏んだ。グループ内での練習時間も設け、前期最後の授業で発表会を行い、グループごとに創作したダンスを学年全体の前で発表するとともに、お互いに他グループの作品を評価し、創作舞踊発表会で発表する作品を各クラスから1つ選定した。

### III-2. 発表作品の例

選定の基準は、A.グループが協力して、精一杯体操をしている、B.全身を使った運動になっている、C.全体の流れに変化とまとまりがある、D.楽しい、の4項目であり、各項目について、1.もうひと踏ん張り、2.まずまず出来ている、3.良く出来ている、4.非常に良く出来ている、の4段階で評価し、最終的に最も評価の高い作品を各クラスから1つずつ選出した。その結果昨年度は以下の2作品が、実際に親子に踊ってもらう演目として選ばれた(資料1. 2)。

資料1の作品は、比較的アップテンポな曲を使用しており、歌詞の中に出てくる楽器を弾く真似をする動作が3歳前の子どもたちには少し難しそうにも感じられたが、陽気な雰囲気を出していた。資料2の作品は、比較的ゆっくりとしたテンポの曲で、単純な動作を繰り返す動作が多くあったが、曲の歌詞が良く反映されており、覚えやすい振付であった。

### IV. 舞台発表

親子あそびサークルでは、秋にちえりあで開催される創作舞踊発表会に毎年参加している(写真1)。まだ幼稚園にも通い始めない子どもたちは、習い事をしていない限り大きな舞台に上がる体験はできないため、スポットライトを浴びて、衣装を着て踊るドキドキワクワクとした経験は、家に帰っても曲をかけて踊り「また舞台で踊りたい」という意欲にも繋がる。また、人に見られることを自覚することで、リズムに乗ることの楽しさも助長されたのではないだろうか。まだ1, 2歳の子どもでも約5分の作品に集中し、最後まで舞台上で見よう見まねで踊るなど、保護者にとっても日常生活では見ることのできない我が子の新たな一面を発見する機会にもなっている。

授業の時間外であるため全員が参加するわけではないが、作品を作ったグループの学生を中心に、創作舞踊発表会の当日に実際に親子と一緒にステージに立ったり、ステージには立たなくても、客席から応援することで、作品を作る段階では十分にイメージがわかかなかった実際の子どもたちの発達的な特徴や踊っている様子を知り、リズム体操の意義や創作する喜びを感じることができたのではないだろうか。

### V. 創作舞踊発表会の発表作品作りを通しての学びの考察

2年次の前期を中心に取り組んだ親子のリズム体操の創作を通じて、学生が特に未就学児の動きの発達につい

# ★ディズニーワールド (4'05)

・おまがみわんがこゆくはし ・ヒゼディバヒゼイダ-

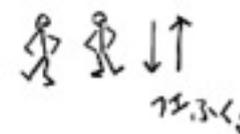
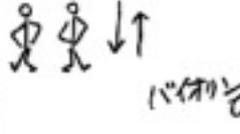
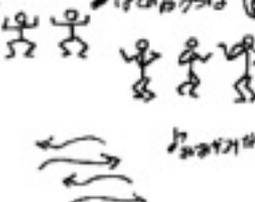
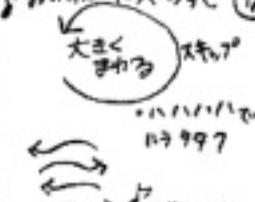
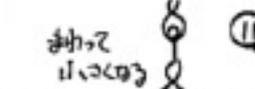
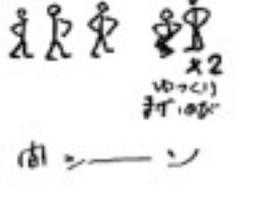
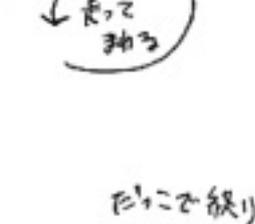
<p>F ①</p>  <p>×2 音×4</p>	<p>②</p> <p>ミッキー(肩つくる)足踏み          ミニイ(スカート)〃          ドナルド(かぶる)〃          ディズニー(リボン)〃</p>	<p>③</p>  <p>×2</p>	
<p>T ④</p>  <p>↑ ↓</p> <p>72.3.く</p>	<p>⑤</p>  <p>↓</p> <p>パイオニウ</p>	<p>⑥</p>  <p>↑ ↓</p> <p>♪おまがみわん</p>	<p>⑦</p>  <p>大きく かわる</p> <p>ハハハハハ          ハハハハハ</p>
<p>⑧</p>  <p>×2</p>	<p>⑨</p>  <p>ゆわき回す</p>	<p>⑩</p>  <p>↑ ↓</p> <p>×2</p>	<p>⑪</p> <p>小さく回ってる(おまがみわん)          少し大きく回ってる(ミニイ)</p> 
<p>⑫</p>  <p>×2</p>	<p>⑬</p>  <p>×2</p>	<p>⑭</p>  <p>×2</p> <p>ゆわき 回す</p>	<p>⑮</p>  <p>回って かわる</p> <p>色にこぼれ</p>



写真 1 創作舞踊発表会での親子サークルの発表

☆ 60よっこたけいそり - おしりさじり虫・おひひめいさんち・おたのべんじ(4'10)

<p>おしりさじり虫</p> <p>①</p>	<p>おしりさじり虫</p> <p>②</p>	<p>おひひめいさんち</p> <p>③</p>
<p>おひひめいさんち</p> <p>④</p>	<p>おたのべんじ</p> <p>⑤</p>	<p>おたのべんじ</p> <p>⑥</p>
<p>おたのべんじ</p> <p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p> <p>おたのべんじ</p> <p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p>	<p>T ぎやう</p> <p>⑦</p>	<p>おたのべんじ</p> <p>⑧</p>
<p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p> <p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p>	<p>おしりさじり虫</p> <p>⑨</p>	<p>おひひめいさんち</p> <p>⑩</p>
<p>おしりさじり虫</p> <p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p> <p>おひひめいさんち</p>	<p>おしりさじり虫</p> <p>⑪</p>	<p>おひひめいさんち</p> <p>⑫</p>
<p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p> <p>おひひめいさんち</p> <p>おしりさじり虫</p>	<p>おしりさじり虫</p> <p>⑬</p>	<p>おひひめいさんち</p> <p>⑭</p>
<p>おしりさじり虫</p> <p>⑮</p>	<p>おひひめいさんち</p> <p>⑯</p>	

て、どのような学びをすることができたのか、また親子でのリズム体操の良さや意義を感じる事ができたのか、後期の授業の1コマを使い、発表会のビデオ鑑賞をした後アンケート調査を実施した。アンケート方法は、①学んだこと、②困ったこと、③全体を通して感じたこと、の3項目について計46項目の質問をし、それぞれ「そう思う」、「そうは思わない」の2択で回答してもらった。

学んだことの項目では、「体操を子どもの目線、親の目線で考えることが出来た」、「親子体操の楽しさを体感できた」、「遊びの感覚が楽しかった」という質問に対して、約8割の学生が「そう思う」と回答しており、「体操による親子のスキンシップを深める体操の役割」、「創造することの楽しさ、体操の楽しさを知った」という項目に対しても7割ほどの学生が「そう思う」と回答していた(表1、図1)。このことから、学生が子どもや親の目線で振付を考え、遊びや日常生活の延長のような感覚で作ることができ、学生自身がリズムに合わせて身体を動かすことの楽しさや魅力を感じる事が出来たことが伺える。それに対して、「創造がチームワークを醸成してくれた」、「動き一つ一つにある意味の理解が出来た」、「個別の動きと運動全体(統合)の関係について考えた」という項目で

表1 授業後アンケート質問項目 — 学んだこと —

- 1 グループによる課題解決での協調・協力、分業・分担の大切さを学んだ
- 2 体操を子どもの目線・親の目線で考えることが出来た
- 3 体操による親子のスキンシップを深める体操の役割
- 4 創造することの楽しさ、体操の楽しさを知った
- 5 集団体操の楽しさ、美しさ、効用を知った
- 6 創造がチームワークを醸成してくれた
- 7 創作は自ら楽しむところから
- 8 親子体操の楽しさを体感できた
- 9 親子運動の特殊性・楽しさを学んだ
- 10 曲と動きの調和の大切さを知った
- 11 創作における子どもの興味・関心を充足することの重要性
- 12 動き一つ一つにある意味の理解が出来た
- 13 個別の動きと運動全体(統合)の関係について考えた
- 14 指導を受ける側の立場に立つことが大切
- 15 体の動きの幅広さを知りました
- 16 遊びの感覚が楽しかった

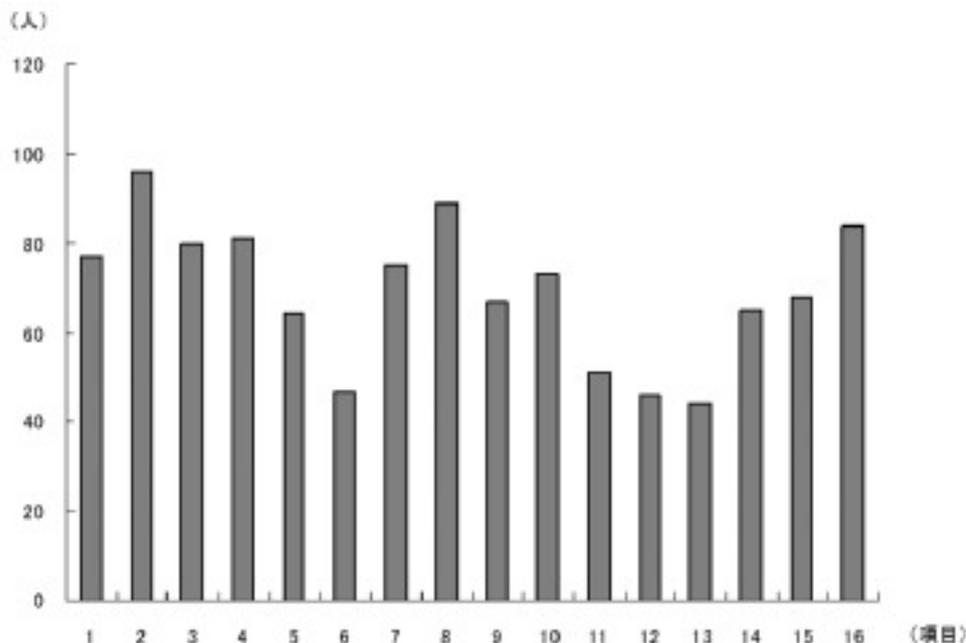


図1 授業後アンケート結果 — 学んだこと —

は「そう思う」の回答が半数に満たなかった。このことは、振付で用いられる一つ一つの動作や動作の繋がりを考える上で子どもの発達段階を意識するという点についてはまだ学習が十分に到達されていない可能性も読み取れる。この点については、今後の課題としていきたい。

困ったことの項目では、「ダンスと体操の区分やテンポの違いがわからなかった」という回答が最も多く、「子どもの年齢相応の運動への準備性が測りきれなかった」、「選曲の難しさ、曲の持つ既成のテンポ、振り、歌詞から抜けられなかった(オリジナルに欠けた)」、「大人と子どもの体格の違い、行動の違いによる運動の可能性が把握できなかった」という項目への回答も多かった(表2, 図2)。このことは、学生が未就学児の親子と触れる機会が少なく、基本動作の発達が著しい1歳後半から3歳にかけての発達段階の差異を知識として持ち合わせていたとしても、リズム体操を創作する上でその点に考慮することには苦労を要したことが確認できた。

このことから、学生が未就学児の親子と触れる機会が少なく、基本動作の発達が著しい1歳後半から3歳にかけての発達段階の差異を知識として持ち合わせていたとしても、リズム体操を創作する上でその点に考慮することに苦労を要したことが確認できた。特に、リズムやテンポについては、至適なテンポを測るのが難しかったことが推測される。しかしながら、これらのことは保育者として子どもの発達を促す環境作りや働きかけをしていくために必要な能力であり、今後どのように指導していくのかさらに検討していきたい。

一方で、「グループの協調性に疑問をもった」、「グループリーダーの不在に困った」、「グループへの帰属意識を持ちながら維持・運営することに困難性を感じた」などの項目については否定的な回答が少なく、保育科学生の協調性やコミュニケーション能力の高さを感じた。

全体を通して感じたことの項目では、「他のグループの創意工夫に啓発された」、「楽しく表現(表情)することの大切さを実感した」、「将来の職、仕事、生活のために有意義だと思った」、「保育者と子どもとのふれあいが大切だと思った」という質問に対し「そう思う」と答える学生が多かった(表3, 図3)。このことから授業のねらいでもある「ダンスの楽しさを実感すること」、「親子の関わりの意義を知ること」については十分に学習がされたと考えられる。ただし、「創作する中で、運動に親しみを感じた、運動の習慣化が出来た」という項目については、「そう思う」と回答する学生が少なく、授業のねらいである「運動の習慣化」ということについては、学生の到達度は低かったようである。しかし、実際に踊った親子からは、「難しい振付で踊れるか心配だったが、1カ月経った今でも好きなフレーズを良く踊っています」、「発表会が終わってからも突然口ずさんで踊っていました」、「練習期間は毎晩踊るのが習慣になりました」という感想もあった。

学生の中には、「NHKの体操を参考に見ていたら、簡単な動きの繰り返しであることに気づいて驚いた。子どもの表情をより重点的に見る感覚が身に着いた」と答える学生もおり、リズムに乗ったり、体を動かしたりすることを少しでも身近に感じられたのではないだろうか。自分たちで創作したリズム体操を実際に親子に踊ってもらおうという循環は、子どもとお母さんが振付を一生懸命に覚え、ステージ上で喜んで踊る姿を直接肌で感じ取れる大変貴重な機会であったと考える。子どもたちのきらきらとした笑顔はきっと保育士として働く動機にもつながるはずである。

実際に当日参加し、赤ちゃんを抱っこしてステージで踊ることになった学生Aは、後日発表会のビデオを見て「私は赤ちゃんを抱っこしていたので、あまり激しい動きはしないでおこうと思っていたのですが、もう一人の赤ちゃんを抱っこしていた保護者の方は赤ちゃんを抱っこしていても、他の親子と同じように踊っていたので、私ももう少しみんなと同じように動けばよかった」と感想をまとめている。また、「授業の中では、背丈の同じ大人同士で体操をしているが、実際に親子で踊る場合には大人は子どもの背丈や目の高さに合わせて体操をすることを実際に作った作品を踊っている親子を見ることで気づけた」とも書いている。また、学生Bは、「保護者の方が作品のイメージから身近な物を使って手作りした衣装やお面のアイデアがおもしろく就職後にも参考にしたい」と述べていた。このように、実際に親子と接して学ぶことも多く、貴重な機会であることを再認識した。

## VI. まとめ

保育体育における身体表現、ダンス(リズム体操)の目指すところは、幼児の身体発達を念頭におきながら、具体的にどの部分の身体発達に寄与する動きなのかを考慮し、単に「かわいい」動きを作るのではなく、身体各部・関節各部を動かすために上肢と下肢の運動を様々な形で組み合わせ、楽しい中にも効果的な運動が保証されるよ

表2 授業後アンケート質問項目 — 困ったこと —

- 17 子どもの年齢相応の運動への準備性が測りきれなかった
- 18 グループへの帰属意識を持ちながら維持・運営することに困難性を感じた
- 19 選曲の難しさ、曲の持つ既成のテンポ、振り、歌詞から抜けられなかった(オリジナリティに欠けた)
- 20 大人と子どもの体格の違い、行動の違いによる運動の可能性が把握できなかった
- 21 条件設定の上での体操創造の困難さ
- 22 ダンスと体操の区分やテンポの違いがわからなかった
- 23 自分の創意の乏しさを実感した
- 24 グループの協調性に疑問をもった
- 25 グループリーダーの不在に困った

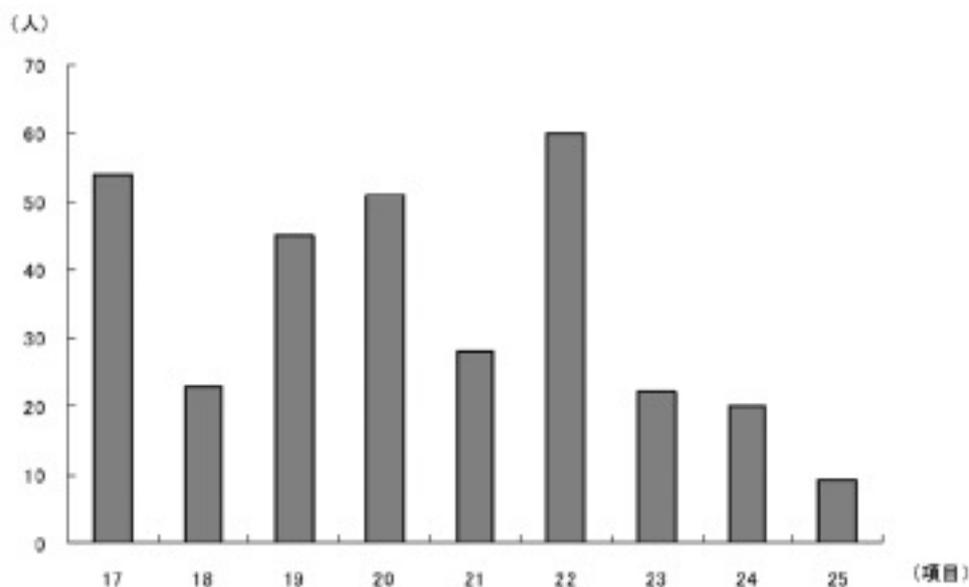


図2 授業後アンケート結果 — 困ったこと —

表3 授業後アンケート質問項目 — 全体を通して感じたこと —

- 26 将来の職、仕事、生活のために有意義だと思った
- 27 他のグループの創意工夫が啓発された
- 28 グループ作業での情報量に助けられた
- 29 創作する中で、運動に親しみを感じた、運動の習慣化が出来た
- 30 楽しく表現(表情)することの大切さを実感した
- 31 選曲、創作、演技の一連の流れの中で達成感に満たされた
- 32 子どもの興味・親子のふれあいを運動につなげる工夫を学んだ
- 33 他のグループとの比較の中で自分たちを振り返ることができた
- 34 親子の姿を創造しながらの創作が楽しかった
- 35 運動そのものの楽しさ、精神高揚の効果を実感した
- 36 実際の親子に実践してみてもらいたい
- 37 課題解決の過程でグループの凝集性が高まり、成功できた
- 38 既存の体操から抜けて、チームで協力して創作することに意義があった
- 39 創作品を演技するのが楽しかった、積極的になれた
- 40 立場(親・子)を変えて、一つの体操を考えることが出来た
- 41 保育者と子どもとのふれあいが大切だと思った
- 42 遊戯とは違った意図的体操の重要性を学んだ
- 43 創作体操を子どもと一緒に実感してみたかった
- 44 親子体操の親子関係への効果に気づいた
- 45 考えるのが面倒、疲れた

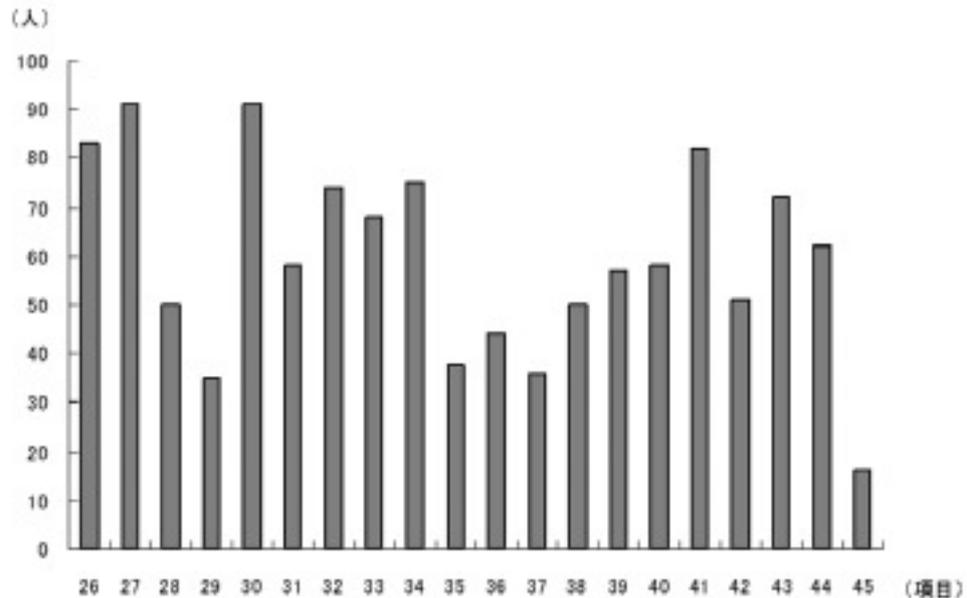


図3 授業後アンケート結果——全体を通して感じたこと——

うに工夫しなければならない(大庭, 2009)。また, 子どもたちが「できるようになりたい」と自ら思えるような振付でなければ, 子どもたちは伸び伸びと気持ち良く踊ることはできない。子どもが自ら「できるようになりたい」と思えるような振付(動作)を提供し, 子どもの主体性を保つためには, まずその子の受け入れ能力, 欲求, 必要性などを注意深く読む力も求められる(山口, 2004)。

さらに, このようなダンス(リズム体操)の振付や指導を実践することは, 自意識を払拭しなければならなかったり, 身体の動かし方や発達の特徴の知識を用いたりするためかなりの労力を要するため, 実際には現場でも既成の振付を用いることが多い(古木・佐藤, 2008)。

本講義においても, できるだけ既成の振付に頼ることなく, 幼児の発達的な特徴を考慮することを大切しながら, 学生の中から出てくる独創的な表現を大切に, 学生自身も主体的に楽しめるようなダンス(リズム体操)の創作を今後も目指していきたい。

## 参考文献

- ・青野光子・松本典子編著(2011)幼児体育. 健帛社, pp.55~66.
- ・遠藤晶(2006)幼児の身体表現の指導に関する保育者の意識について——身体表現の指導に関する困難さについてのアンケートの検討を通して——. 武庫川女子大学紀要(人文・社会科学)54号, pp.91~99.
- ・大庭三枝(2009)幼児期における身体表現の発達に関する一考察. 福山市立女子短期大学紀要 35号, pp.67~72.
- ・厚生労働省(2009)保育所保育指針解説書.
- ・古木竜太・佐藤みどり(2008)保育者養成課程における身体表現活動に関する学習内容の検討. 国際学院埼玉短期大学研究紀要第29号, pp.101~108.
- ・長野真弓(2010)幼児における身体表現の実践・研究の課題ならびに科学的視点からの提案. 心理社会的支援研究創刊号, pp.29~34.
- ・古市久子(1995)幼児の身体表現活動における諸側面についての一考察. 日本保育学会大会研究論文集 47号, pp.238~239.
- ・松本典子・リズム体操研究会(1976)幼児のリズム体操. ひかりのくに.
- ・山口延子(2004)幼児の成長と体育. 東大阪大学・東大阪大学短期大学部教育研究紀要第1号, pp.53~57.