

## リズムダンスのサイドランジ学習過程における動感レベルと その内容に関する例証分析

—保健体育科教員の養成課程における学習者を対象として—

吉田 明子<sup>1)</sup>

### I はじめに

#### 1 学習対象としての「現代的なリズムのダンス」

中学校のダンス授業において採択率の高い「現代的なリズムのダンス」が導入される契機となったのは、アメリカのサウスブロンクス地区発祥のヒップホップ文化から派生した、総称してストリートダンスと呼ばれるダンスが日本に根付いたことにある。このストリートダンスは、主にアップとダウンのリズムを用いたステップやオリジナリティのある動きで表現されている。我々は、メディアでこうしたダンスを目にする機会が増えてきたため、ダンスを身近に感じるが増え、見る目が育ってきているといえる。しかし一方で、日本人にはあまり馴染みのなかったファンク音楽特有のタメやグルーブ感のあるノリの良いリズムを基調とすることから、音楽のリズムと動きのリズムを合わせてダンスをすることに慣れない教員も多く、一般社団法人ダンス教育振興連盟 (JDAC) では、「教員・超初心者向けレッスン」として、「できなくて当たり前」をコンセプトにダンス未経験の教員のみを集めた研修会を行っている (一般社団法人ダンス教育振興連盟, 2018)。

中学校・高等学校におけるダンスには「創作ダンス」「現代的なリズムのダンス」「フォークダンス」の3領域があり、三浦と矢島 (1992) によると、「現代的なリズムのダンス」は「リズム・非定形型」に分類される。「創作ダンス」は「イメージ・非定形型」に分類され、この「イメージ」には、無限の表現の可能性があるため、指導者が全ての動

きを指導するのではなく、生徒から引き出すことを重視した研究が盛んに行われてきた。両者は型をもたない自由なダンスという点で共通の特性を持つが、「創作ダンス」は「イメージと動きとの関係」、 「現代的なリズムのダンス」は「音楽のリズムと動きとの関係」に工夫の視点があることが違いである (村田と松本, 2004, p.25)。「現代的なリズムのダンス」は、音楽のリズムと動きのリズムの関連が特に高いダンス領域であり、「リズムにのって踊る」ということ自体は自明であるが、「リズムにのる」という行為の動感構造を捉えた教育指導の研究は、それほど盛んではない。

内山 (2007) は、高校生を対象とした「模倣」を用いたリズムダンスの授業実践において、「創作ダンス」の授業よりも、リズムにのること、獲得すべき技術があることが生徒側にとっての長所であったと考察する一方で、動きかたを身につけ「自然な優美さ」(マイネル, 1998)をもつ踊りに磨き上げるには相当の時間を要するという。つまり、このような結果は、目に見える手本の動きを模倣することができていても、その動きに含まれている動感リズムの習得や理解にまで至っていないかという点に課題が残ったということを示していると解することができる。

#### 2 動感リズムとは何か

そもそも「リズムにのる」という行為のためのリズムとはどういった概念をもつものなのか。音楽のリズムはメロディーと並んで音楽を構成する基本概念であり、生物学の領域においては日周り

1) 日本大学文理学部

ズムや月周リズムが動植物の生態や人間の生活に欠かせないリズムとして論じられる。運動学的視野のもとに動感リズムを最初に論じた先覚者であるボーデ(1962)は、人間の有機的なリズムカルな動きの直感的理解のもとに「リズム体操」を提唱し、人間の運動におけるリズムカルな運動形態として、弾力的な上下運動における“はずみ”と水平方向や垂直方向の往復運動や円運動における動的な“振動”をリズム運動と位置づけ、これらを訓練することによって、スポーツや運動に展開させようとした。ボーデの理論のもとに動感リズムの知覚化を課題としたハネブート(1956)は、師範を見て模倣したり、伴奏や号令に合わせて同調して動くなどの方法で機能的に動感リズムの知覚を促す指導法とリズムカルな運動志向性の知識を通して、合理的かつ理論的に動感リズムの知覚を促す指導法を提示した。

これらの運動論に対してマイネルは、動感リズムの概念を「力動・時間的構造、流れるような緊張と解緊の交替」と定義し、その意義は「神経系や筋系の経済的な活動のしかたを保証するというところにある」とした(マイネル, 1981, pp.188-189)。さらに、個々の運動経過の動感リズムを把握するという事は、行われた運動の力動的経過の構造的認識を推し進め、運動全体の構造的認識を促すだけでなく、指導者側の指導実践や指導方法にも大きく寄与するとして、リズムとタクト(拍子)の差異を用いて、その方法的意義を強調した。一般に、タクトは人為的で機械的な分節であり、人間の生命の側にあるリズムとは相反するものとして二元論的に把握されるが、マイネルは、タクトをリズムの対立物としてとらえることなく、動感リズムの能力を高める訓練方法としてタクトの指導方法的意義を認め、とりわけ初心者やリズム能力が乏しい学習者への有効な指導手段の一つに位置づけた(マイネル, 1981, pp.172-175)。

こうした動感リズムに関する論議から、人間のもつリズム認識の能力開発がスポーツや運動に不可欠であることが理解できる。スポーツや運動における動感リズムの把握は、人間が自己の体験した運動内容を意識化することができると同時に、

「他者の運動の力動的経過をとりこんで認識する運動共感能力を保持し、発達させることができる」という可能性に満ちているのである(吉田, 1990, pp.99-100)。

### 3 「リズムにのる」ということ

ダンスにおける「動きのリズム」は、時間のリズム・空間のリズム・力性のリズムの3つの観点の掛け算であり、調和したリズムであるといわれる(大町, 1991, p.89)。しかし他の運動領域に比してダンスは、音楽との融合によって成り立つため、「動きのリズム」だけではなく「音楽のリズム」という聴覚的なリズムも同時に存在することとなる。宮本(2011)は、この2つのリズムが個々に知覚されるのではなく、「『音楽のリズム』と『動きのリズム』とが互いに共調することによって、新たに生み出された“リズム”こそ、時空間芸術としての特性をもつダンス・舞踊における“リズム”である」としている。さらにこうした概念に基づき、「リズムにのれている」場合と「リズムにのれていない」場合の動感構造の違いについて、「リズムにのれている」場合は、運動者自身は「自らの『動きのリズム』だけでなく、『音楽のリズム』も生み出しているような感覚をもっている」ことを明らかにした。つまり、そこでは音楽を「聴く」ということに関する「能動的—受動的な関係」と動きを「生成する」ということに関する「能動的—受動的な関係」において相即が保てるようになり、とりわけ受動的志向性として「動感メロディー」を支えている「音メロディー」が、能動的志向性として意識の表面にあらわれることによって「リズムにのる」という現象が可能であったという。このような動感メロディーと音メロディーの関係性は本研究に示唆的である。

## II 本研究のねらいと研究の方法

### 1 本研究のねらい

本研究では「現代的なリズムのダンス」の学習内容の一つとして、ダウンのリズムを中核とする「サイドランジ」というステップにおける動感形成過程に着目する。人間の運動を「可視的に確

認でき、変化の連続としてとらえることのできるそのときかぎりの一過性の現象」(吉田, 1990, p.88)と捉える現象学的運動分析を用いて、中学校・高等学校の教員を目指す養成課程の学生たちがサイドランジの動きのなかで、ダウンのリズムをどのように理解しているのかについて学生の自己観察記録から考察する。

教員養成課程の年限は、自己がその運動を獲得していく過程を自覚的かつ客観的に体験できる重要な期間である。本研究における自己観察記録による学習者自身の創発能力の把握は、自身が指導者になった際に必要な能力を習得する一助となることが期待できる。

## 2 動感構造を把握するための現象学的運動分析

### 1) 現象学的運動分析の方法

本研究の目的を達成するためには、まずサイドランジに関する構造分析が不可欠である。なぜならば、授業の目的を達成するためには、授業実施者による当該運動の構造分析による動感把握が不可欠の前提となるからである。朝岡(2014)によればこの分析の目的は、「特定の習熟段階で、いくつかの構成部分に分節化された全体として形づくられた運動感覚意識」、すなわち「動感図式」の成り立ちを明らかにすることにあるという。このためには、一定の習熟段階で当該の運動をマスターしている人による自分自身が運動している時に感じ取れる動感意識の全体像を把握するところから出発する。この構造分析は現象学の「本質直観」によって行なわれ、手続きとしては①自由変更、②先構成、③能動的観取の三段階によって組み立てられる(フッサール, 1975)。

本研究ではこのような現象学的運動分析の考え方をふまえた上で、筆者自らの運動経験に厳密な反省分析を施すことが目指される。自らの運動経験を再想起しながら追体験し、それを分裂した自我によって構成される「反省される自我」によって慎重に検討する態度、つまり現象学的態度が貫かれることになる。

### 2) ダウン動作とサイドランジの動感構造分析

前述した現象学的運動分析の結果、ダウン動作

については、次のような動感構造が取り出された。

音楽やダンスで使用される拍(=ビート)を「1 and 2 and 3 and 4 and 5 and 6 and 7 and 8 and」と表記すると、ダウン動作は、数字(=オンカウント)の時にアクセントをつけて体を下げ、裏拍である and(=エンカウントまたはエンドカウント)の時に体を上げる動作である。まず足を肩幅程度に開き、ダウン動作に入る直前(ひとつ前のカウント=8 andのand)で背中をまっすぐに伸ばすと共に軽く胸を張り、顎を引くようにして準備をする。これが「軽い緊張の起こる準備動作(アフタクト)」である。次に、重力を吸収しながら膝を曲げる。この動きに促されるように腰を落としながら背骨を下から一本一本を丸くしていき、その際、特にみぞおちはえぐられるようにする。この時自然と顎は軽く前に出ている。そして、補助的動作として、体が下がるタイミングに合わせて肘を軽く外に開くように曲げる。これらの一連の動作を一つ前のカウント(8 andのand)から、次のカウント(1 andの1)で到達できるようにする。到達した時の動きは、落下する動きをある程度でとどめるような感じで、膝を曲げ、背中のみぞおちをえぐられるような丸みを帯び、顎は軽く前に出て、肘は外に張るように開いている。この時の力動的経過は、オンカウントでアクセントをつけることから、力動性として「緊張」の特徴をもつ。ただし、全身を緊張状態にするのではなく、体幹部とくに腹はグッと力を入れるように緊張を帯びるものの、その他の部位はなるべく脱力している。これが「最も強い緊張の起こる主動作(アクセント)」である。次は、下げていた体を首の付け根から引っ張られるように元の立った姿勢に戻していく。この時の力動性は「解緊」の特徴をもち、主動作で発する力よりも弱い力で、膝の伸びに伴って上半身が徐々にまっすぐ伸びて背中が僅かに反るようにする。脱力した状態でなめらかに元の姿勢に戻すことが重要であり、準備動作のピンとした緊張感のある背中の伸び方よりも楽なところを到達点とする。これが「解緊状態を示す終末動作(アプタクト)」である。ダウン動作は、最初こそ3局面の構造であるが、その後は、終末動作と準備動作の局面融合が起こる。終末動作を

準備動作の到達点よりも低く設定することで、波が生まれる。こうして繰り返される緊張と解緊の不断の律動的な変換のなかに、ボーデの言う「リズム現象」が認められるようになる。逆に、ダウン動作が展開されるなかでとくに裏拍の動作で「かど」が現れると、流動はうまくいっていない」（マイネル, 1981, p.213）ということになる。

次に、こうしたダウンのリズムを中核とするサイドランジを分析した結果、次のような動感構造が取り出された。サイドランジは、前述したダウン動作で出現するダウンのリズムをとりながら、重心を真ん中にしたまま左右の足を片足ずつ横に出して戻すステップである。準備動作は、前述したダウン動作と同様である。主動作もダウン動作と同様であるが、2点の動きが追加される。1点目は、重力を吸収しながら膝を曲げる時に、左足に体重をのせて右足を滑らせるように斜め後ろに出すこととそれに付随して右足を出しやすくするために軸足となる左足の踵を右に滑らせて、右足と左足の向きを平行にすることである。2点目は右足を滑らせる時に、体の向きを正面から斜め左に向けることである。これらの一連の動作を一つ前のカウント（8 andのand）から、次のカウント（1 andの1）で到達できるようにする。終末

動作もダウン動作と同様であるが、2点の動きが追加される。1点目は、滑らせた右足を戻すこととそれに付随して軸足となる左足の向きおよび体の向きを正面に戻すことである。2点目は、戻った時に体重を左足から右足に移し、左足を滑らせるように斜め後ろに出すという次の動作の準備をすることである。

本研究が対象とした振付は、このサイドランジをゆっくりの速さで右1回・左1回、倍の速さで右1回・左1回・右2回という流れで行った。前述のとおりダウン動作とサイドランジの動感構造が取り出されたが、本研究においては、さらにもう一つ新たな動感構造が存在することが示唆できる。その理由は、サイドランジを倍の速さで行う場合に、動きの振動を調整する動感が必要となるためである。倍の速さで行うサイドランジは、ゆっくりの速さで行うサイドランジの体の軌道通過をそのまま再現して音楽に合わせようとすると、動きの遅れや音楽への遅れが生じたり、動きを急ぐあまりに不要な「緊張」の力動性が現れる。そのため、動きの振動を小さくして流動性を保つ動感が必要である。これまで論じたサイドランジの動感構造と動きの振動について図式化すると、図1のように示すことができる。

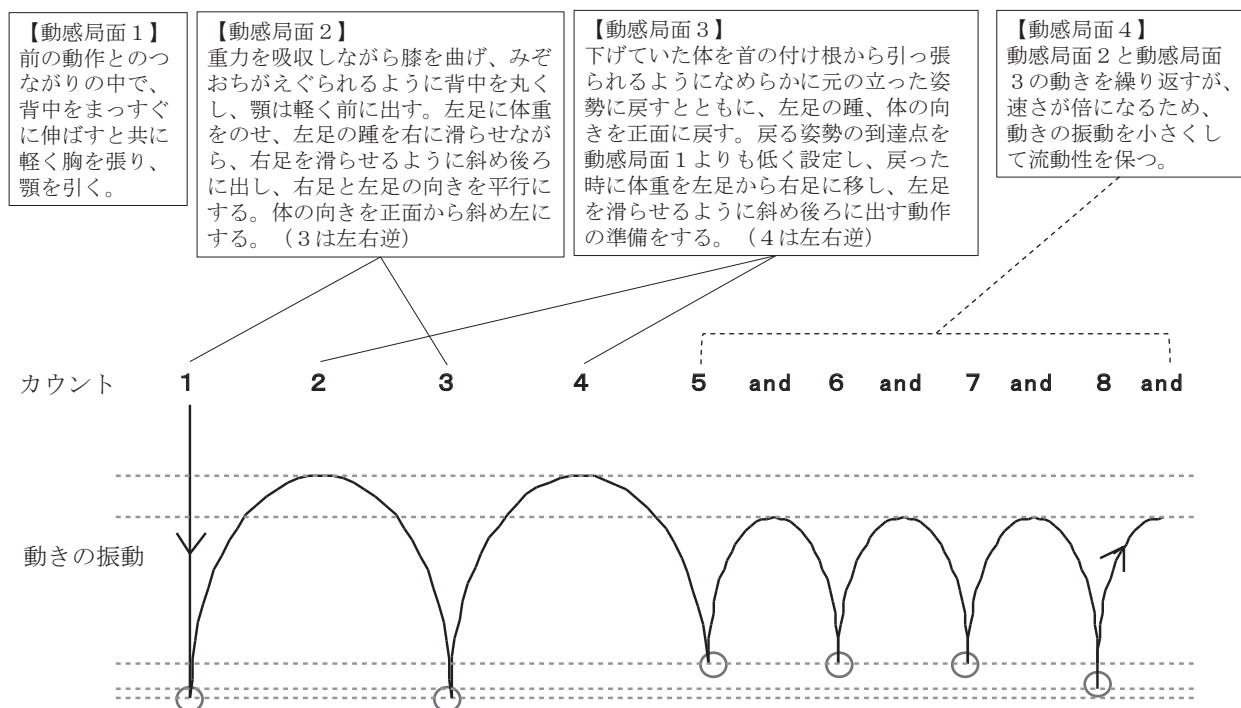


図1 本研究で実践したサイドランジの動感構造

### 3 調査対象と授業の概要

本研究が対象とした授業は、筆者（以下、授業実践者と称する）が担当する日本大学文理学部における平成29（2017）年前期「スポーツ実習1（ダンス）」の授業である。対象とした授業期間は、平成29（2017）年4月から7月であり、受講学生は69名（男子学生67名、女子学生2名）であった。

本授業は、本学体育学科の教職免許取得希望男子学生および他学科の教職免許取得希望学生の必修科目であり、中学校でのダンス必修化の流れも踏まえた上で、半期中になるべく多くの身体表現に触れることを目指している。そのため、「創作ダンス」を授業のメインとしながら「現代的なリズムのダンス」を毎授業のウォーミングアップのダンスとして行った。

ウォーミングアップのダンスは、8×17のカウントに合わせた振付である。授業では、表1の

とおり、振付を4パートに分けて展開した。第1パートは、上半身のスクエアを崩さずに踊れるエアロビックダンスの動きをメインとした8×8の振付、第2・3パートは、上半身のスクエアを崩す動きが多くなるヒップホップダンスのステップをもとにしたオンカウント、エンカウント、3拍子の動きを含む8×4の振付、第4パートは、ペアでのコミュニケーションを含む8×5の振付である。第5回目の授業で全ての振付が終了した。本研究では、このウォーミングアップのダンスを対象課題とし、学習者のリズムダンスにおける動感形成過程を継続的に観察するために、毎授業でウォーミングアップのダンスに対する自己観察の時間を設けて、リフレクションシートにその内容を記述することとした。なお、表1の10番「右ダウン（ゆっくり）→左ダウン（ゆっくり）→右左右2回（速く）」と記載されている動きがサイドランジの動きである。

表1 本研究で対象課題としたウォーミングアップのダンス

曲	パート	動き	ポイント
A メ ロ	①	1 マーチ(行進)	(前の音の8で右足を上げて準備)右足から行進する 腕をしっかり振り、足を上げる
		2 マーチ(行進)	腕をしっかり振り、足を上げる
		3 サイドステップ+手拍子(前)	リズムにのって 手拍子もダラッとせず、動きとしてはっきり
		4 サイドステップ+手拍子(上)	リズムにのって 手をたたくとき、腕をしっかり伸ばす
		5 右グレイプバイン→左グレイプバイン	一步目をかかとからついて歩幅を大きく 肘を後ろに引き、胸をひらいてから手をたたく
		6 ニーアップ右→左→右2回	腕を伸ばす 肘と膝をくっつけるように バーグー
		7 左グレイプバイン→右グレイプバイン	一步目をかかとからついて歩幅を大きく 肘を後ろに引き、胸をひらいてから手をたたく
		8 ニーアップ左右→左にスライド→前にステップ(トン・タン)	ニーアップの後、右足に体重を乗せてから左に大きくスライドして、メリハリをつけて前にステップ
サ ビ ー	②	9 ジャンプ4回→一歩踏んで上にパンチ右左	ジャンプは元氣よく 手は上にパンチするように
		10 右ダウン(ゆっくり)→左ダウン(ゆっくり)→右左右2回(速く)	ダウンのリズムで膝を曲げて体を沈めるように
	③	11 右足パドブレ→左足パドブレ	パドブレの足ができるようになったら、最初の1をアップのリズムで
		12 大の字から右に身体をひねる→左にスネーク→右足をキック キックした右足を左足にかけて回る→足をそろえて手拍子	大の字と身体ひねりはキレを意識 スネークはなめらかな曲線をイメージして 右足を前にキック キックした右足を左足にかけて回る 足をそろえて手拍子するとき姿勢よく
	④	13 4歩歩いてジャンプ 右左	元氣よく リズムにのって腕をふって歩く 手は上にパンチするように
		14 2人組→ポーズ	コミュニケーションをよくとって元氣よく 回った後に2人で決めたポーズをする
		15 あいさつ右45度→左45度	腕をしっかり伸ばす 感謝の気持ちを持って
		16 あいさつ前を向く	腕をしっかり伸ばす 感謝の気持ちを持って
		17 おじぎ	しっかりおじぎをする 感謝の気持ちを持って

#### 4 資料の収集及び考察資料の作成

本研究で用いたリフレクションシートの内容は、図2のとおりである。リフレクション内容には、学習者の動きの形成位相を探るべくVAS (Visual Analogue Scale) を用いた質問項目を用意した。また、その具体的な内容を探るべく、学習者自身が選んだ運動課題に対して、どのようなことがうまくいき、どのようなことがわかったか、

あるいはうまくいかなかったり困ったりしたかを記述してもらうこととした。さらに、記述内容を学習者同士で共有しあうことで、互いのコツを共有したり、自分とは違う動感把握に触れることもねらいの一つとした。こうしたリフレクションを毎授業の対象課題ダンス終了後に10分間程度、自己観察および他者とのディスカッションを通して記述するよう促した。

記入日 2017年 月 日( ) 限

○今日の授業の「ウォーミングアップのダンス」を思い出して、記入してください。

1. ウォーミングアップのダンスをしている時は気分が よかった |—————| よくなかった
- 2-1. ウォーミングアップのダンスの動きの順番が よくわかった |—————| わからなかった
- 2-2. 動きの順番を頭で考えずに（意識せずに）踊ることが できた |—————| できなかった
3. ウォーミングアップのダンスの動きのリズムと音楽のリズムを合わせて踊ることが できた |—————| できなかった
4. ウォーミングアップのダンスの動きに時間の長短をつけて（タメやキレを意識して）踊ることが できた |—————| できなかった
5. ウォーミングアップのダンスの動きに力を入れたり抜いたりして、しなやかに踊ることが できた |—————| できなかった
6. 今日の( )について、どのようなことが上手いき、どのようなことがわかりましたか。

7. 今日の( )について、どのようなことが上手いかなかったり、困ったりしましたか。(過去の運動経験と照らし合わせても可)

8. 6・7で記入したことについて、仲間や先生と授業中に話をしたことを具体的に記入してください。

9. 6・7・8を踏まえて、改めてどんなことがわかり、どんな改善点があると考えたか具体的に記入してください。

みんなの考えを合わせて私は～と思った。～と感じた。～が改善点であると思った。～してみようと思った。など

図2 本研究で使用したリフレクションシート

リフレクションシートからは、「動きを覚えればできる」「何度も踊ることのできるようになる」という記述が多く見られ、「覚える」という志向性が優位に働き、動感構造を理解しようとしたり、動きの感じを捉えて記述しようとする事への難しさがうかがえた。学習者は、まず動きを覚えて視覚的に見える手本のとおり自分なりに踊れるようになることが第一であり、それが達成できたと感じてから、リフレクションシートの項目にあるような「動きのリズムと音楽のリズムを合わせて踊ること」や「動きに時間の長短をつけて（タメやキレを意識して）踊ること」「動きに力を入れたり抜いたりしてしなやかに踊ること」を意識し始める傾向にあった。

### Ⅲ 結果と考察

#### 1 動感把握のための自己観察能力

マイネル（1981）は、運動研究における他者観察と自己観察の価値に着目し、運動学の研究手段として位置づけた。自己観察とは、自らが動く時の感じを振り返って観察することである。朝岡（2005）は、体育における動きの指導では、外に現れる見える動きの結果だけを判断基準とするだけでなく、「遂行者自身が体験している動きの中でその楽しさや快さをとらえることができる能力を育てることが不可欠」であるという。こうした能力を育てるためには、学習者に自分の動きかたに対する意識を向けさせる学習が必要であり、この学習は「自分の身体をどのように動かせば、どんな動きになり、どんな動きかたに変わったのかを知ることであり、今ここで動いた直下の感じ（直感）を再認化する能力が求められる」ところに特徴がある（三木、2005）。

また、自己観察に求められるのは、学習者自身の今の運動を内から反省し、「身体各部を知覚できたか、四肢の動作は思いどおりに操作されたか」といった部分的な内容はもとより、今の運動の「全体の連関構造を内から把握すること」であるという。こうした学習の積み重ねによって、学習者の「知覚の構造化」が促され、「運動メロディー」を

奏でながら運動を実現することが可能になるのである。さらに、そこでは学習者自身が運動のなかで感じ取った内容が「言語で表わされることが不可欠」であるという（佐野、1990、pp.159-160）。このような学習を遂行するためには、指導者側が動きを言語化しやすい学習環境や指導形態を整えておくことが必要である。

しかしながら、リズムダンスの授業における動きの指導場面を思い起こしてみると、これまで「表現」として、その様子を言語化することはあっても、「運動」として、動きを言語化できるように導く授業実践や研究はあまり行われてこなかった。とりわけ「リズムにのる」という学習課題については、「動きの技術指導にとどまり『リズムにのる』ということについての指導が疎か」（宮本、2011、p.66）になっており、「リズムダンスの特性との関連で重要となるリズムと動きとの関係を押さえた『リズムへののり方』をどう教えていくか」（村田と松本、2004、p.42）が懸案となっていることから、動感構造分析と指導法の開発は喫緊の課題といえる。とはいえ、ダンスにおける「リズムにのる」という動感構造は、器械運動の動感構造のように明確な構造形態が確立していないため、まずは実際に動きかたを習得していく学生たちの運動感覚に関する自己観察内容に着目し、帰納的な分析を丁寧に行っていくことで、動感構造の理解に加えて、指導者側の言語提示やアナログの提示に結び付けていくことができよう。

そこで、本研究では、まず学習者のサイドランジの動感レベルを把握するために運動内観の報告内容の分析を行った。動感レベルの査定には、ピラン（Maine de Biran）の意識構造の4分類に基づいて朝岡（1999）が構造化した、運動者自身の運動内観の報告内容の区分（表2）を用いることとした。この区分から学習者の運動内観を「運動体験（運動感・運動感覚）に関する内観報告」、「運動者の視点からとらえた自分の運動に関する内観報告」、「他者の視点からとらえた自分の運動に関する内観報告」に区別することができるため、本研究が最終目的とする学習者の動感能力の特定に結びつけるために有用であると考えた。

考察資料として、サイドランジの動きに難しさや課題を感じていると見られる記述を抜き出し、表2と照らし合わせたところ、表3のように分析することができた。AからGの学生は、授業実践者の動きの模倣や言語指導によって得られた情報で運動を遂行した結果を自己観察しており、「II 運動の遂行にともなって受動的に与えられた感覚」としての動感レベルに区分することができた。

HからLの学生は、授業実践者の指導に加えて、自らの体験による情報を組み込んで運動を遂行した結果、自分の運動を注視し、どのような状態であったかを言語表現したり、運動を調整しようとしており、「III 運動の遂行にともなって能動的に獲得された知覚」としての動感レベルに区分することができた。また、Mの学生は、授業実践者がサイドランジのアナログンを提示した

表2 運動内観の報告内容の区分（朝岡，1999）

	運動内観の報告内容	ピランによる意識の4分類
I	運動感としての運動体験 ＝運動の遂行にともなって生じた快・不快の感情	“affection” ＝快・不快の感情
II	運動感覚としての運動体験 ＝運動の遂行にともなって受動的に与えられた感覚	“sensation” ＝感覚器官を通して受動的に与えられた感覚
III	運動者の視点からとらえた自分の運動 ＝運動の遂行にともなって能動的に獲得された知覚	“perception” ＝注意を通して能動的にとらえられた知覚
IV	他者の視点からとらえた自分の運動 ＝自分の運動を対象にした知覚	“aperception” ＝自分自身を対象にした能動的知覚

表3 学習者の運動内観の報告内容と区分

学生	サイドランジに関する記述	運動内観の報告内容の区分
A	（パンチの動きからダウンに）切り替えができない。	II
B	腰を曲げる感覚がわからない。	II
C	鏡で見ると思ったより身体が倒れていなかった。	II
D	体が棒にならないようにしたい。	II
E	（パンチの動きからダウンに）移行がうまくいかなくて、少しの間棒立ちになってしまう。	II
F	手の動きをぎこちなくではなく行うことが難しい。	II
G	足を左右に引くときに、引きすぎると次にはやく動けない。	II
H	重心を（真ん中に）残す。	III
I	日頃キレイな姿勢をしているせいか、腰を丸められなかった。スクワットみたいになってしまった。	III
J	手の位置を変えずに、自分が下がることでキレイが生まれた。	III
K	どうしても手を上げ下げしてしまうので、もっと体を使ってダウンしたい。	III
L	右左が逆になった時があったが、その前のダンスをもっとメリハリつけてやれば、ちゃんとできる。	III
M	背中丸まりは、最初のW-upの時から意識したので前回よりうまくできた。肘をもってくるのではなく自分が近づくように。	IV



段階で、自分のサイドランジの運動を対象化する知覚を保持しており、「Ⅳ 自分の運動を対象にした知覚」としての動感レベルに区分することができた。

つまり、本授業の学習者においては、サイドランジに関する運動感覚内容から「Ⅱ 運動の遂行にともなって受動的に与えられた感覚」「Ⅲ 運動の遂行にともなって能動的に獲得された知覚」の動感レベルに止まっていたといえる。したがって、ボイテンダイク (1956) が学習と発達の相違について言及しているように、「意図的な表象」に基づく運動把握ができていないことから、学習のレベルに問題が残ったといえよう。

## 2 把握された動感能力

最後に、先述した自己観察における動感レベルの査定結果をもとに、学習者の動感能力の特定を試みた。この分析には、金子 (2005a, 2005b) が構造化した動感身体知の創発領域を用いることとした。創発領域は、創発身体知の基柢をなす「始原身体知」、動きのカンやコツを形成する「形態(統覚)化身体知」、形成されたコツ身体知やカン身体知のよりよい洗練形態を求めていく「洗練(統覚)化身体知」の3つの領域に区別することができる。A から D および H から L の学生は、自らの身体における時間的・空間的定位のゼロ点としての「今、ここ」を模索する段階にあり、動感的想起につなげることが困難であったことから、始原身体知の体感領域のうち、定位感能力の獲得に課題が生じていた。E から G の学生は、過ぎ去った動感意識とこれから起こる未来の動感意識とともに「今、ここ」の自らの身体意識に引き寄せてコツを形成しようと試行錯誤していたことから、始原身体知の時間化領域のうち、直感化能力および予感化能力の獲得に課題が生じていた。M の学生は、異なる動感素材が集まったなかからどれがコツの成立に有効な動感素材なのか、動きながら身体知の良し悪しを感じ取ろうとしており、形態(統覚)化身体知のコツ統覚化領域のうち、価値覚能力の芽生えが見られた。

つまり、本授業の学習者においては、1名(Mの学生)のみが自我中心化身体知を獲得しうる段

階にあったものの、多くの学生が始原身体知の定位感能力の獲得に終始しており、学習としての動感能力の形成が不十分であったことが明らかとなった。

## Ⅳ まとめ

本研究では「現代的なリズムのダンス」の学習内容の一つとして、ダウンのリズムを中核とする「サイドランジ」というステップの動感形成過程に着目し、学習者の自己観察記録における運動内観の報告内容から動感レベルおよび動感能力の把握を試みた。その結果、学習者は自分の運動を対象にした能動的知覚の獲得には至らず、運動の遂行にともなって受動的に与えられた感覚内容での学習に止まっていた。このことはつまり、運動の獲得を意識的に表象することができる「学習」ではなく、「発達」としての運動学習であったと言い換えることもできよう。また、動感能力としては、1名(Mの学生)のみが自我中心化身体知を獲得しうる段階にあったものの、多くの学生が始原身体知の定位感能力の獲得に終始していたことから、本授業における動感能力の形成に課題が生じていた。

「現代的なリズムのダンス」は、型をもたない自由なダンスとされるが、表現の幅を広げて自由に踊れるようになるためには、アップやダウンのリズムを用いたステップの習得学習が一定程度必要となるであろう。本研究は、受動的な学習になりがちであるステップの習得学習を能動的な学習にしていくための基盤を探ることができた。今後は、リズムダンスにおける動感形成に向けた能動的な学習プログラムを構築していくことが課題である。

## 引用文献

- 朝岡正雄 (1999), 『スポーツ運動学序説』不昧堂出版, 236-239 ページ。
- 朝岡正雄 (2005), 「認定講座・ダンスムーブメント 動きの感性教育—動きのしなやかさを感じ取る (はずむ—ふれる—からだしなやかなからだ)—(生涯スポーツ)」『女子体育』47 (1), 52-55 ページ。

- 朝岡正雄 (2014), 「研究対象としての実践知」『陸上競技学会誌』12, 108-117 ページ。
- Buytendijk, F. J. J. (1956), “Allgemeine Theorie der menschlichen Haltung und Bewegung” Springer-Verlag
- ルードルフ・ボーデ, 万沢遼訳 (1962), 『リズム体操』ベースボール・マガジン社, 19-77 ページ。
- Hanebuth, Otto. (1956), “Grundschulung zur sportlichen Leistung” Wilhelm Limpert
- エドムント・フッサール, 長谷川宏訳 (1975), 『経験と判断』河出書房新社, 328-336 ページ。
- 一般社団法人ダンス教育振興連盟 (2018), 「『教員・超初心者向けレッスン』スタート！」  
<https://www.jdac.jp/news/674>
- 金子明友 (2005a), 『身体知の形成 上』明和出版, 336-337 ページ。
- 金子明友 (2005b), 『身体知の形成 下』明和出版, 2-43 ページ。
- クルト・マイネル, 金子明友訳 (1981), 『マイネル・スポーツ運動学』大修館書店。
- クルト・マイネル, 金子明友編訳 (1998), 『マイネル遺稿 動きの感性学』大修館書店, 62-67 ページ。
- 三木四郎 (2005), 『新しい体育授業の運動学』明和出版, 118-119 ページ。
- 三浦弓杖・矢島ますみ (1992), 「舞踊教育再構築 (I) 日本における舞踊教育の可能性—: ダンスの特性の視点から」『千葉大学教育学部研究紀要』第2部40, 109-119 ページ。
- 宮本香織 (2011), 「ダンスにおける『リズムにのる』ことについての一考察」『スポーツ運動学研究』24, 65-73 ページ。
- 村田芳子・松本昌代 (2004), 「生涯学習に向けた『リズムダンス』・『現代的なリズムのダンス』の学習指導に関する縦断的研究」『(社) 日本女子体育連盟学術研究』21, 21-44 ページ。
- 大町倫子 (1991), 「舞踊のリズムと動き」(舞踊教育研究会編『舞踊学講義』大修館書店), 82-91 ページ。
- 佐野淳 (1990), 「運動の観察と分析」(金子明友・朝岡正雄編著『運動学講義』大修館書店), 156-163 ページ。
- 内山須美子 (2007), 「ストリートダンスの授業構成に関する研究」『白鷗大学論集』21 (2), 265-291 ページ。
- 吉田茂 (1990), 「運動構造の運動学的認識」(金子明友・朝岡正雄編著『運動学講義』大修館書店), 88-100 ページ。