

## 《論 文》

# 「イメージを表現する—作品を創る」 学習活動がつながる創作ダンスの授業の検討

川上 妃奈子・宗宮 悠子・三木 ひろみ

Examination of teaching materials for connecting  
physical expressions of image to creating dance

Hinako KAWAKAMI, Yuko SOMIYA, Hiromi MIKI

キーワード：体育授業，創作ダンス，教材，学習活動，コンタクト・インプロビゼーション

Key Word : physical education class, creative dance, teaching material, learning activity, contact improvisation

## 要旨

ダンス授業について，中村・浦井（2006）は，生徒は創作ダンスを創ることは難しいと思っているが，自由に創造的に表現する楽しさ，仲間との協力や交流を感じていること，成瀬（2013）は，授業の課題は踊る活動が創る活動につながることで述べている。本研究では，イメージを捉えて表現する活動が作品創りにつながる創作ダンスの授業を目指して，即興的に動きを生み出すコンタクト・インプロビゼーションを参考にした教材を用いた授業を試作し，教材と授業の効果を検証することを目的とした。対象者は，2018年度「体育授業理論実習Ⅰ」の受講生35名である。受講生は，本研究によるダンスの模擬授業の生徒役となり，用いられた教材と授業について評価を行った。調査の結果，受講生のダンスに対する愛好的態度や動きを創り出すことに対する自信は向上したが，作品を創る際には創造した動きを活用することができなかったことが明らかになった。

## 1. 研究の背景及び問題の所在

2008年の学習指導要領の改訂により中学校1・2年生において男女ともにダンス必修とすることが示された（文部科学省，2008）。体育の内容を構成する運動領域のうちダンス領域は，「ア）創作ダンス」，「イ）フォークダン

ス」，「ウ）現代的なリズムのダンス」の3つで構成されている。創作ダンスは，「テーマからイメージを捉えて動きで表現すること」「即興的に表現すること」「簡単な作品にまとめること」が学習内容にある。3つのダンスの中でも創作ダンスは，創作ダンスやフォークダンスとは異なり，決まったステップやリズムの取り方

はなく、動きを自由に創造することを指導するのは、ダンスの学習指導経験が少ない教員には難しいと言われている（文部科学省，2008）。

中村（2013）は，2008年の改訂から2012年の完全実施までの移行期間におけるダンス教育の変容を明らかにするとともに，今後の課題を明らかにすることを目的として，中学校のダンス授業計画について，教員を対象に縦断的に調査を行なっている。その結果，多くの教員は，ダンス種目の中でも創作ダンスの教育的価値が高いことは認めているが，「生徒が好まない」「指導が難しい」として創作ダンスを敬遠していることが分かった。

中村・浦井（2006）は，創作ダンスおよび現代的なリズムのダンスの楽しさを構成する要因を共通な視点で分類するための基礎資料を作成し，それにもとづいて各種目の学習内容と楽しさの関係を検討することを目的として，創作ダンスもしくは現代的なリズムを実施した高等学校の生徒を対象に質問紙調査を行なっている。調査の結果，創作ダンスと現代的なリズムのダンスの学習内容と楽しさの関係について，「踊る」「創る」「観る」の3要素で構成されている創作ダンスでは，生徒は創ることに難しさを感じているが，自由に創造的に表現する楽しさ，仲間との協力や交流，発表での共感や達成感などを感じられるため，技能だけでなく態度や学び方の学習の成果も得られること，教師が既成の踊り方を教える現代的なリズムのダンスの楽しさは，ほとんどがリズムに乗って踊る楽しさであり，「創る」「観る」学習からは楽しさや学習成果が得難いとの結論を述べている。

成瀬（2013）は，現代的なリズムのダンスの授業を対象としているが，「ダンスステップの習得やそろえて踊ることを重視するのではな

く」「『踊る』活動で終わらず，『踊る・創る・見る』をまるごと含めた」授業を目指して，小学校5年生を対象に7時間単元のリズムダンスの授業を実践し，その内容を報告するとともに，児童のリズムダンスに対する意識がどのように変容したのかを明らかにしている。その結果，授業では，「『踊る』活動から自然と『創る』活動に入り，最後にはメドレー形式のグループごとの発表と全員で踊るサンバで交流会を行なうことができた。一方，単元終了後に行なったアンケート調査の結果，「踊ること」に関しては「楽しかった」「ダンスが好きになった」という肯定的な回答が多かったが，「創ること」については1割程度の児童が消極的な回答であったことを報告し，「創る」活動が踊ることから切り離れない授業を提案することが課題だと結論を述べた。

中村（2013），中村・浦井（2006），成瀬（2013）は，いずれもダンスを「創る」活動の重要性を指摘している。しかし，中村・浦井（2006）は「自由に創造的に表現する」ことや「リズムに乗って踊る」こと，成瀬（2013）はリズムダンスの振りをまねして踊ることは，児童生徒に楽しいと感じられているが，ダンスを「創る」活動は難しいと思われることを報告している。また，成瀬（2013）は「踊る」ことが「創る」ことに自然につながる授業を提案する必要があると述べている。これらの先行研究から，創作ダンスの授業の課題は，「自由に創造的に表現する」ことが創作ダンスを「創る」活動につながり，「自由に創造的に表現する」楽しさが仲間と「創る」楽しさと達成感につながるような教材と授業案を提案することであると言える。

「中学校学習指導要領（平成29年度告示）解説保健体育編」（文部科学省，2017）によると，

中学校第1学年及び第2学年の創作ダンスの技能の学習課題は「多様なテーマから表したいイメージを捉えること」、「(そのイメージを)動きに変化をつけて即興的に表現すること」、「変化のあるひとまとまりの表現ができるようにすること」である。「多様なテーマから表したいイメージを捉える」ということについては、「日常的な動きや心象(意識の中に思い浮かべたもの)などの多様なテーマから、自らが表現したいイメージを捉えやすくすることが大切である」(p.170)と説明されている。「動きに変化をつけて即興的に表現する」ことについては、「動きを誇張したり、変化を付けたりして、「ひと流れの動き」(表現したいイメージをひと息で踊れるようなまとまり感のある動き)にして表現することが大切である」(p.170)と説明されている。

「思いつくままに捉えたイメージをすぐに動きにかえて表現すること」、「動きに変化をつけて即興的に表現する」、「ひと息で踊れるようなまとまり感のある動きにして表現すること」(文部科学省, 2017, p.170)は、学習する生徒にとっても指導する教員にとっても難しい技能である。イメージを「動きにかえて表現すること」が難しいだけでなく、表に現すことへの恥ずかしさも感じさせる。こうした課題を解決する方法として、他者とかかわり合いの中で即興的に流れるように動いていくダンスワークの一つコンタクト・インプロヴィゼーション(ノヴァック, 2000)が有効ではないかと考える。コンタクト・インプロヴィゼーション(ノヴァック, 2000)は、1972年にアメリカのステイプ・パクストンが考案したもので、「基本原則は2人の人間が互いに体重をかけあいながらエネルギーの流れに従って、転がる、止ま

る、一緒に崩れ落ちるなど、とどまることなく動きを重ねていく」「その際、体格・性別・身体能力の違い・経験の有無等により参加者を差別することなく、「今」出会ったパートナーと、すぐに「その場で」ふれあい、パートナーに体重をあずけあう。つまりどのような相手をも受け入れ互いに信頼する、バリアフリーな姿勢・態度が重要となる」(相馬, 2006)ものである。初心者を対象としたダンスのワークショップでも多く行なわれ、大学生を対象とした体育実技の授業でも行われている(相馬, 2006)。

重松・猪崎(2013)は、「即興に不慣れで自由に踊ることに対して抵抗感のある学生はまず、イメージが先行する方法で即興を行う。これは即興開始時の場の雰囲気やかかっている音楽などから明るい感じ、暗い感じなどのイメージを持ち、そのイメージと既存の振りや動きを掛け合わせて動いてみる、といった流れで行われる動きの生成方法である。」、それに対して、コンタクト・インプロヴィゼーションは、「頭で考えることが先行したのちに動きを生み出していく方法」ではなく「身体が先行する方法」とであると述べている(重松・猪崎, 2013)。重松・猪崎(2013)は、「『即興とは自由であるべきだ』という概念は、即興に不慣れな者にとっては『何をしたらよいのか分からない』という考えにつながる足かせになってしまう場合もある。」「即興における動きの生み出し方法が身体による動きが先行する段階に移行した場合、即興を行う中で実践者が今までの自分では生み出せなかった新しい動きをすることができたり新たな可動範囲で身体を動かすことができたりするようになる。即興においてこのような新しい発見をすることは、舞踊の創作においてその発見で得た動きや動き方を応用する重要な機会で

ある。つまり、即興における動きの生成方法の段階が転換することによって頭で考えて生み出される動きだけではなく身体から引き出される動きによるダンスへの気づきを得て、舞踊創作へのアプローチが広がる可能性を持つと考えられる。」と述べている。

コンタクト・インプロヴィゼーションに関する先行研究から、「動きに変化をつけて即興的に表現する」、「ひと息で踊れるようなまとまり感のある動きにして表現すること」(文部科学省, 2017, p.170), さらにダンスの創作へとつなげるためには、コンタクト・インプロヴィゼーションを参考にした教材が有効だと考えられる。

以上、先行研究を概観した結果を基に、本研究では、「自由に創造的に表現する」ことが創作ダンスを「創る」活動につながり、「自由に創造的に表現する」楽しさが仲間と「創る」楽しさと達成感につながる創作ダンスの授業を目指して、コンタクト・インプロヴィゼーションを参考にした教材と指導案を提案し、模擬授業によって効果を検証することを目的とすることとした。

## 2. 方法

### 1) 調査対象者と調査期間

本研究では、2018年度「体育授業理論実習

I」の受講生35名を対象とした。「体育授業理論実習 I」では、体育授業で用いる教材や指導案について学び、教材や指導案を考えて模擬授業で実践して評価することが学習活動の中心となっている。そのため、「体育授業理論実習 I」の中で、本研究者が教師役、受講生が生徒役となってダンスの模擬授業を行い、毎時間の模擬授業で用いた教材と指導について授業の最後に検討し評価票を用いて評価することとした。本研究の実践及び調査と「体育授業理論実習 I」の趣旨は一致しているが、受講生には、授業での受講生の学習活動の記録や評価票に受講生が記入した評価結果及び自由記述を本研究者の研究のためのデータとすることを説明し、受講生の同意を得た上で行なった。

調査期間は、2018年5月30日から6月27日であった。

模擬授業は週に1回行い、表1「調査の概要」に示したように計6回の模擬授業を実施し、授業と教材の評価を行なった。

### 2) 教材の考案

本研究では、創作ダンスの技能の内容である「動きに変化をつけて即興的に表現する」、「ひと息で踊れるようなまとまり感のある動きにして表現すること」(文部科学省, 2017, p.170)を学習するために、即興的に動くことに不慣れな学生が仲間と触れ合いながら自分では生

表1 調査の概要

授業	調査の概要
第1回	アイスブレイクの教材の検討
第2回	相手に合わせることで動きを創造する教材の検討
第3回	相手に合わせたり相手と反対に動いたりして動きを創造する教材の検討
第4回	創造した動きを中心として簡単な作品を作る・ミニ発表会の進め方の検討
第5回	改善した作品を最終発表・生徒の相互評価の進め方の検討

み出せない新しい動きをすることができるコンタクト・インプロヴィゼーションの教材を授業に取り入れ、そこで新たに発見した動きや動き方を応用してダンスの作品を創作する授業を行うこととした。具体的な教材として、佐分利（2009）の「割り箸を使って―感じあって動く」など、パートナーと割り箸の先や体の一部が離れないように接触したままで動き続ける教材を参考にした。

創作ダンスの技能のもう一つの内容は「変化のあるひとまとまりの表現ができるようにすること」である。「変化のあるひとまとまりの表現にして踊る」ことについては、「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動き（「はじめ―なか―おわり」の構成を工夫した動き）で表現して踊ることが大切である」（文部科学省，2017，p.170）と説明されている。そこで、本研究では、ダンスを創る活動を行なう際に、「はじめ―なか―おわり」の3つのパートで構成すること、「はじめ―なか―おわり」のどこで「盛り上げる」かを決めて、3つのパートの変化をはっきり表現することを強調して指導することとした。

考案した教材は以下の9つである。

(1)アイスブレイクの教材1：コンタクト・インプロヴィゼーションの導入教材1

これは、コンタクト・インプロヴィゼーションによって動きを創る前に、互いに触れ合うことや体重をかけあって、タイミングや程度を調整しながら一緒に動くことに慣れるための教材である。2人組みになって互いに背中合わせになり、互いの押す力を調整したりタイミングを合わせたりして立ったり、座ったりする。

(2)アイスブレイクの教材2：コンタクト・インプロヴィゼーションの導入教材2

これは、コンタクト・インプロヴィゼーションによって動きを創る前に、互いに触れ合うことや体重を支え合ったりすることに慣れるための教材である。2人組になって背中合わせで座った状態から、互いの片方の肩をつけたまま腰を上げ、相手の肩に頭を置いて天井を向くような形になり、互いで支え合い、ブリッジのような柱をつくる。

(3)教材3：コンタクト・インプロヴィゼーションの教材1

互いに体重を掛け合いながら重力や重心を感じて自然に動くこと、すなわち即興的に動くことを意図した教材である。2人組で背中合わせになって立ち、互いに体重を掛け合いながら左右に動く。

(4)教材4：コンタクト・インプロヴィゼーションの教材2

互いに相手のリズム、歩幅に合わせるようにして共にスムーズな動きで動くことを意図した教材である。2人組で手をつないだまま互いに無理のないリズムや歩幅でスキップやツーステップを行う。

(5)教材5：コンタクト・インプロヴィゼーションの教材3

教材4と同様に、互いに相手のリズム、歩幅感じて合わせるようにして共にスムーズな動きで動くことを意図した教材である。教材5では、背の高さが違う2人組で、2人とも無理なく動けるような歩幅やリズムでスキップとツーステップを行なう。



#### (6)教材6：コンタクト・インプロヴィゼーションの教材4

互いにスムーズに動けるようなリズムや動きで動き続けることを意図した教材である。教材5と同様に、背の高さが違う2人組で、体の一部を接したままで動き続ける。体のどの部分を接したままで動くか、2人の繋ぎ方や動き方を2人で工夫しながら、スキップとツーステップを行う。

#### (7)教材7：コンタクト・インプロヴィゼーションの教材5

物を介して相手の動きを感じ、互いがスムーズに動き続けられるように動くことを意図した教材である。2人組で、互いに手に持った割り箸の先端が常に離れないようにして、割り箸を介して相手と繋がった状態で相手の動きを感じ、相手に合わせて動き続ける。

#### (8)教材8：コンタクト・インプロヴィゼーションの教材6

教材7では割り箸の先端を接して割り箸を通じて相手の動きを感じて相手に合わせて動いたが、教材8では、体の一部を接した状態で、相手の動きを感じて相手に合わせて動き続けることを意図した教材である。2人組で、相手と体の一部を接した状態で、相手の動きを感じながら相手に合わせて動き続ける。

#### (9)教材9：即興的な動きの教材

即興的に動くことができるように、相手の動きを見て即座に動くことを意図した教材である。教材8まで、相手に接することで相手の動きやリズムを感じて合わせる動きを行ってきたので、教材9では、相手に触れることなく相手を

視覚的に見て、即座に反対の動きをすることとした。2人組で、相手と向かい合って立ち、相手の動きをみながら、即座に相手と反対の動きをする。相手と反対の動きをする教材は、文部科学省（2011）の「小学校体育（運動領域）まるわかりハンドブック」など、小学校の表現運動の具体的な指導法としても紹介されている。

### 3）データの収集

教材評価票を作成し、毎回の模擬授業の最後に、受講生に、それぞれの教材がどのような教材であるか自由記述してもらった後、教材の楽しさと教材の難易度について5段階で評価してもらい、改善点について自由記述してもらった。

また、第1回の模擬授業の前と第5回の模擬授業の最後に質問紙調査を行ない、「ダンスに対する態度（好き嫌い・恥ずかしさ等）」、「他者との交流に対する態度（触れることへの抵抗感等）」について、受講生に5段階で回答してもらった。

## 3. 結果及び考察

### 1）教材の評価

9つの教材の楽しさと難易度について受講生に評価してもらった結果を、表2に示した。

表2から分かるように、作成した教材に対する評価の平均値は楽しさが3.2～3.6であり、すべての教材の楽しさの評価の平均値は3.0以上であった。このことから、すべての教材は概ね楽しい教材であったと言える。最も楽しさの評価が高かったのは、教材7で、2人組で互いに手に持った割り箸の先端が常に離れないようにして、割り箸を介して相手と繋がった状態で相手の動きを感じ、相手に合わせて動き続ける活

表2 各教材の楽しさと難しさの評価の平均値（5段階評価） n=35

教材：学習課題	学習活動	楽しさ	難しさ
教材1：触れ合うことや体重をかけあって一緒に動くことに慣れる	2人組で背中合わせになり、互いの押す力を使って立ったり、座ったりする。	3.4	2.3
教材2：触れ合うことや互いの体重をかけあって支えあうことに慣れる	2人組になって背中合わせで座った状態から互いの片方の肩をつけ合ったまま上向きになり、天井を向いて相手の肩に頭を置いて互いで支え合い、ブリッジの様な柱をつくる。	3.5	2.9
教材3：互いに触れ合ったまま体重を掛け合いながら即興的に動く	2人組で背中合わせになって立ち、互いに体重を掛け合う中で自然に前後左右に動き続ける	3.0	2.3
教材4：相手のリズムや歩幅を感じて合わせて動く	2人組で手をつないだまま、互いのリズムや歩幅を感じて、共にスムーズに動けるような歩幅やリズムでスキップや、ツーステップをする。	3.4	2.4
教材5：相手のリズムや歩幅を感じて共に合わせられるように動く	背の高さが違う2人組で手をつないだまま、互いのリズムや歩幅を感じて、2人とも無理なく動けるようなリズムや歩幅でスキップとツーステップをする	3.3	2.7
教材6：接している体の一部から互いのリズムを感じて、互いにとっていいリズムで動く	背の高さが違う2人組で、手の繋ぎ方を変えたり、体の他の部分で2人がつながるようにしたりして、互いにとっていいリズムで動けるように動き方やつなぎ方を工夫して、スキップやツーステップをする	3.3	2.8
教材7：物を介して相手の動きを感じ、互いがスムーズに動き続けられるように動く	2人組で、互いに手に持った割り箸の先端が常に接している状態で、割り箸の先が離れないようにして相手に合わせて動き続ける	3.6	3.5
教材8：相手と接して相手の動きを感じながら相手に合わせて動く	2人組で、割り箸の先端ではなく相手と体の一部を接した状態で、相手の動きを感じながら相手に合わせて動き続ける	3.2	2.8
教材9：相手の動きを見て即座に動く	2人組で、相手と向かい合って立ち、相手の動きを見ながら即座に相手と反対の動きをする	3.2	2.9

動だった。楽しさの評価が低かった（3.0）のは、教材3で、2人組で背中合わせになって立ち、互いに体重を掛け合いながら左右に動く活動だった。

難しさの評価の平均値は、は2.3～3.5であり、難しすぎる教材はなかったと言える。最も難しかったと評価されていた教材は教材7だったが、この教材は、最も楽しいと評価されていた教材であり、難しくても楽しいと感じる教材であったと言える。一方、最も簡単（2.3）と評価されていた教材は、2人組みになって互いに背中

合わせになり、互いの押す力を調整したりタイミングを合わせたりして立ったり、座ったりする教材1と、教材3であった。2人組で背中合わせになって立ち、互いに体重を掛け合いながら左右に動く教材3は、楽しさの評価が最も低い教材（3.0）であった。教材1は、コンタクト・インプロビゼーションの活動の前に相手に触れることに慣れるための教材だったため、簡単な教材であっても新規性があり、楽しさの評価は2番目に高かった（3.4）と思われる。しかしながら、相手に触れて動く活動に慣れてか

らは、教材3のような簡単な活動はあまり楽しいとは思われなかったことが分かる。このことから、活動に慣れてからは教材にはある程度の難しさが必要であると言える。

表3は、それぞれの教材について最も多くの受講生が挙げた改善点を示している。改善点は、「人数を増やす」、「リズムに合わせる」、「体格の違うペアで行なう」など、本研究者が提示した活動の難易度を上げるための方法であり、教材の難易度と楽しさの結果と同様、受講生は、難易度を上げて挑戦を楽しみたいと思っていたことが分かる。また、相手の動きを見て反対の動きをする教材9の改善点として「ストーリーのテーマを2人組で最初に決めてそのテーマにあった動きを2人で即興的に動いてみる」ことが挙げられ、即興的に動くことから、ダンスを創る活動につながるような提案が出されていた。

このことは、即興的な動きができるようになったことから、作品創りへと受講生の意識が向いていることが分かる。

## 2) ダンス及びダンス授業に対する態度の変化

表4は、ダンス及びダンス授業に対する態度についての質問項目に対する受講生の回答（5段階評価）の平均値を示している。質問項目の上段は授業開始前に行った質問紙調査で尋ねた質問項目、下段は授業終了後に行った質問紙調査で尋ねた質問項目である。

表4から、ダンスに対する愛好的態度については、授業前から平均値は3.2であり否定的な態度ではなかったが、授業後に「以前よりも好きになった」という項目に対する回答の平均値が3.5となり、ダンスに対する愛好的態度の改善にある程度の効果があったと言える。

表3 受講生が挙げた各教材の改善点

教材	改善点
教材1：触れ合うことや体重をかけあって一緒に動くことに慣れる	2人組から3人、4人と増やしていったらいいと思う
教材2：触れ合うことや互いの体重をかけあって支えあうことに慣れる	体重の同じ人とする単純なので、あえて違う人とする
教材3：互いに触れ合ったまま体重を掛け合いながら即興的に動く	2人ではなく人数を増やしたら難しくなると思う
教材4：相手のリズムや歩幅を感じて合わせて動く	音楽をかけて、リズムに合わせる
教材5：相手のリズムや歩幅を感じて共に合わせられるように動く	肩と肩を合わせてスキップすればより身長差があり難しくなる
教材6：接している体の一部から互いのリズムを感じて、互いにとっていいリズムで動く	背中合わせになり難易度を上げる 背の高さが低い人に動きを合わせる
教材7：物を介して相手の動きを感じ、互いがスムーズに動き続けられるように動く	割り箸を両手で持ってやる (割り箸の)長さや接する面積を変える
教材8：相手と接して相手の動きを感じながら相手に合わせて動く	目をつぶってやる 接する部位を2つにする くっつける部分を違うところにする
教材9：相手の動きを見て即座に動く	ストーリーのテーマを2人組で最初に決めてそのテーマにあった動きを2人で即興的に動いてみる



表4 ダンス及びダンス授業に対する態度（5段階評価）の平均値

質問項目 上段：事前/下段：事後	事前の 平均値	事後の 平均値
1) ダンスをすることが好きだった 1) ダンスをするのが以前よりも好きになった	3.2	3.5
2) 人前で踊ることは恥ずかしいと感じていた 2) 人前で踊ることが以前よりも恥ずかしくなくなった	3.3	3.1
3) 人に触れたり手をつないだりすることに抵抗感があった 3) 人に触れたり手をつないだりすることに以前よりも抵抗感を感じなくなった	2.6	3.5
4) ダンスをすることは心地いいと感じていた 4) ダンスをすることが以前よりも心地いいと感じるようになった	3.0	3.3
5) 上手に踊れているか気になっていた 5) 以前よりも、上手に踊れているか気にならなくなった	3.1	3.4
6) 自分からいろいろな動きを考え出せると思っていた 6) 自分からいろいろな動きを考え出せると思えるようになった	2.9	3.7
7) ダンスの作品を作るのは難しいと思っていた 7) ダンスの作品を作るのはそれほど難しくないと思うようになった	4.0	3.3

授業の前と後で大きな変化が見られたのは、授業前（2.9）よりも「自分からいろいろな動きを考え出せると思えるようになった」（3.7）と、授業前には「ダンスの作品を作るのは難しいと思っていた」（4.0）が、授業後には「それほど難しくないと思うようになった」（3.3）ことである。その他にも「人に触れたり手をつないだりすることに以前よりも抵抗感を感じなくなった」（3.5）、「以前よりも、上手に踊れているか気にならなくなった」（3.4）というように、受講後に肯定的な変化を感じていたことが分かる。

### 3) 肯定的な変化の要因

表5は、ダンスに対する印象や自信に変化をもたらした原因や活動についての受講生の自由記述と、それらの自由記述を内容に応じて分類した結果を示している。

受講生の多くは、ダンスに対する印象や自信に肯定的な変化があったと述べ、その原因と

して、「グループで踊ったこと」、「みんなで考えて作品を創ったこと」、「楽しんで踊ること」、「創造的な動きを学んだこと」、「段階的に学習したこと」を挙げていた。

これらの自由記述から、創作ダンスの授業では、グループで仲間と楽しく協力して活動できること、仲間がともに楽しめる雰囲気を作ることが大切であることがわかった。また、振りが決まっていない創作ダンスでも、みんなでアイディアを出し合って考えることの楽しさを感じていたことも分かった。本研究では、コンタクト・インプロヴィゼーションの教材を用いて、相手の体重や動きを感じながら自分で意図しない創造的な動きを行なったことで、多様な動きを楽しむことができていたこと、サークルなどでダンス経験のある生徒にとっても新鮮な経験となっていたことが分かった。また、コンタクト・インプロヴィゼーションの導入教材、コンタクト・インプロヴィゼーションの教材、即興的な動きの教材、そして最後に作品づくりとい

表5 ダンスに対する印象や自信に変化をもたらした原因や活動

分類	自由記述
グループで踊ったこと	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループでダンスを発表することで周りとの踊る楽しさを感じて恥ずかしさも無くなった。</li> <li>・みんなの前で発表する機会が多かったので恥ずかしさもなくなり、自信もつきました。</li> <li>・グループで踊ることで恥ずかしさも忘れて堂々と踊ることができた。</li> <li>・全員で楽しく踊ることができれば緊張や抵抗感がなくなる。逆に恥ずかしいやネガティブな考えをしていると実際よくない方向になってしまう。</li> <li>・最初は自分の出した踊りがテーマに合っているか自信がなかったがみんなが賛同してくれて、この方がもっと良くなるとか言ってくれたので自信が少しついた。</li> <li>・皆で楽しく行って、見てる人達も楽しく出来たらいい。皆で踊っていれば恥ずかしくない。</li> <li>・ダンスは恥ずかしいと思っていたけれど、グループで動きやテーマを考えて皆で活動することで、皆同じことをやるから一人じゃないと思えて思いつき動くことができました。</li> <li>・みんなで楽しむことは大事だと思った。</li> </ul>
みんなで考えて作品を創ったこと	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みんなで考えたものを自由に踊れることが楽しくて印象があがった。</li> <li>・自分達で一つ一つの動きも考えたからだと思う。</li> <li>・自分達で考えたものということで、協力しあえる楽しさと、自分達の力で一つの作品を作ることができて、アイデアを結構だせることに気づけて自信もてた</li> <li>・いろんな考えを持っている人とダンスを行うことで、他の人の発想を取り入れて自分の発想を豊かにすることができた。</li> <li>・全員が一つの動きについて考えおこなったので良かった。</li> <li>・自分達で考えて作った創作ダンス。全員が意見や考えを持って音楽に合わせて作っていくことで、発想力や表現力が身についたと思う。話し合ってテーマを決めてそれをイメージしながら踊ることでダンスをやる前よりも好きになって自信につながった。</li> </ul>
恥ずかしがらず楽しんで踊ること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高校のときに恥ずかしいという気持ちは捨てられたので全力で踊れた。</li> <li>・恥ずかしがる友人がいなかったのでみんな自分が楽しくやれたからだと思う。</li> <li>・踊ることが好きでなかったが、授業を通じて全力で踊ると恥ずかしくないと思った。</li> <li>・最初は恥ずかしさが大きかったが、回を重ねるうちに慣れて楽しさも生まれてきた。</li> <li>・良い変化をもたらすのも悪い変化をもたらすのも、グループの中のやる気だと思う。悪い雰囲気をもたらす人もやる気にさせたら良い方に変化をすると思う。</li> <li>・人前で踊ることにそもそも抵抗感はなかったの、とても楽しく体を大きく使って表現することができたと思う。</li> </ul>
創造的な動き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作品作りを通して色々な動きをすることができた。</li> <li>・サークルでダンスをしている自分の知識があまり活かせなかったが、体の使い方などを取り入れることはでき、また違うダンスを経験できた。</li> <li>・知らないことにふれて、自分に向いているか向いていないかを知ることができた。</li> <li>・もともと抵抗はなかったが、色々な動きの変化を覚えてスピードや範囲等理解が深まった</li> <li>・他グループのダンスをみて、こんな動きがあったのかと感じて、楽しく見るすることができた</li> </ul>
段階的な学習	<ul style="list-style-type: none"> <li>・段階ごとにダンスをやっていたおかげで抵抗感を感じなくなり、参加しやすくなった。</li> <li>・どんな動きでもリズムに合わせたらダンスになるし、思ったよりも難しくないことが分かった。ダンスのイメージは完成品から考えがちだったけど、一つの動きを組み合わせるだけでできることを実感できたことで変化できた。</li> <li>・人前でダンスをすることに抵抗があったが、様々な段階を踏んでいったら少しずつ抵抗が少なくなっていく。徐々にダンスに慣れさせていくことが大切だと思った。</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループでないときに表現力が身につく。動きがとてよくできたときは自信になる。</li> <li>・楽しさをあまり感じるができなかった。ダンスの種類が多くあり、個々でやりたいものが違っていると思うから。</li> <li>・ダンスを教えるのは難しいと思う。想像している動きとみんながやってみると意外と違う動きになってしまうので難しいと思う。</li> <li>・グループでやっているのでも浮いてしまうとダンスは成り立たないと思う。</li> <li>・ダンスを考える時間が少なかった。そのため踊るのが怖いと思ってしまった。</li> <li>・あまり発表に自信はなかった。完成度が低く、人前で見せるには少々抵抗感があったから</li> </ul>

うように段階的に学習を進めていったことによって、次第に抵抗感が薄れていきダンスに慣れていくことや、動きを組み合わせれば作品になるというようにダンスの創作に対する印象が取り組みやすいものになっていったことも分かった。

一方で、仲間と一緒に楽しめない、仲間と意見や考え方が合わない、動きを考える時間が十分とれない、動きの完成度や出来栄が気になるといったことが、否定的な影響を生み出すことが示唆された。

表6は、「動きづくりや作品づくりに役に立つと思ったこと」についての受講生の自由記述と、それらの自由記述を内容に応じて分類した結果を示している。

受講生の自由記述から、仲間と楽しく積極的に話し合いや動きづくりの交流をすることといった仲間とのかかわりや学習環境の雰囲気が作品づくりに肯定的な影響をもたらしたことが分かる。また、イメージを捉え表現するためには作品のテーマを決めることが重要であること、ダンスを構成する動きについては、簡単な動きや日常的な動きを変化させることや、様々な動きを知ることが有効であったことが示された。また、新しい動きを創造すること、作品の構成については、本研究で意図して強調した「はじめ・なか・おわり」のひとまとまりの動きが重要であることを受講生に伝えることができていたことが分かった。ユニークな動きを意識したり動きを導き出したりするなど、新しい動きを創造することの有効性を受講生が挙げていたのは、本研究でコンタクト・インプロヴィゼーションの教材を用いたことの効果を示していると言える。

一方、多くの受講生が挙げていた、動画など

で多様な動きを知ることは、作品づくりをしている時に受講生がスマホなどでダンスの動きを検索して参考にしていたものであり、これらの受講生はコンタクト・インプロヴィゼーションの教材を通じて動きを創造したことを活かすのではなく、作品のイメージにあった動きを探してその動きをしていたことを示している。また、日常生活の動きなど既成の動きを変化させることが効果的だったと回答している受講生も多く、速いや遅い、大きいや小さい、散らばるやまとまるなどして動きを変化させることは指導したが、変化をさせる動きは、コンタクト・インプロヴィゼーションの教材を通じて創造した動きではなく、日常生活などの既成の動きだったことが分かる。

#### 4. まとめ

本研究では、「自由に創造的に表現する」ことが創作ダンスを「創る」活動につながり、「自由に創造的に表現する」楽しさが仲間と「創る」楽しさと達成感につながる創作ダンスの授業を目指して、コンタクト・インプロヴィゼーションを参考にした教材と指導案を提案し、模擬授業によって効果を検証することを目的とすることとした。

大学生を対象とした模擬授業の結果、本研究で考案した教材の楽しさは中程度であり、難しすぎる教材はなく、最も難しいと評価された割り箸を使ったコンタクト・インプロヴィゼーションの教材が最も楽しいと評価されるなど、受講生は多少難しい教材も楽しんで学習できていた。また、本研究の模擬授業によって、受講生には、ダンスに対する愛好的態度をやや向上させ、動きを創造することや、他者に触れるこ

表6 動きづくりや作品づくりに役に立つと思ったこと

分類	主な自由記述
仲間と楽しく積極的に話し合いや交流をすること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しんでやる事。楽しい、面白いという環境を作ることが大切。</li> <li>・自分達はもちろん、見ている人も楽しませる、飽きさせない作品を作ることを心掛ける。</li> <li>・考えやモチベーションが違う複数の人が、それぞれ納得して全力で行えるような雰囲気</li> <li>・みんなの意見を聞いて、みんなでよい動きを作る。</li> <li>・恥かしさや自分の意見を発表することを恐れないでつくること。</li> <li>・一人ひとりのその動きのイメージや意見を出し合うこと</li> <li>・試行錯誤しながら作品の完成に向かって力を合わせることやコミュニケーション</li> <li>・発想力と団結力、表現力</li> </ul>
テーマからイメージを捉えること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマを先に決め、そのテーマのイメージをすること</li> <li>・テーマを決め、テーマに合った動きの案を出して話し合っていく</li> <li>・想像力</li> <li>・一つのことに特化したものなどテーマは様々でできることを知っておくこと</li> <li>・ストーリー性</li> </ul>
簡単な動きや日常的な動きを変化させること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマに沿った動きを、体全体で大きく表現したりすること</li> <li>・様々な動き、(スポーツや日常生活の動き)を活かしていく。そこから発展させる</li> <li>・日常生活の中の動きをくずしたり、大きくしたりする。</li> <li>・日常生活など、動きのタネはいろいろなところに散らばっていることを知っておくこと</li> <li>・同じ動きでも、速いや遅い、大きいや小さい、散らばるやまとまるなどの動きの変化を取り入れる</li> <li>・簡単な動きから沢山バリエーションを思いつくようにする。</li> </ul>
多様な動きを知る	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒の自由な動きを尊重したり、動画を見せたりする等、動きの幅を増やす</li> <li>・色んな映像からアイディアをもらう。</li> <li>・様々なダンス動画を見ること。やりたい動きややってみたい動きがわかればそれに向けて練習していけばよい、</li> </ul>
動きを創造する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動きを連携させてまた新たな動きを導くこと。</li> <li>・ユニークに考えること。オリジナリティー。</li> <li>・想像したことを体で表すことのできる能力</li> </ul>
「はじめ・なか・おわり」のひとまとまりの動き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「はじめ・なか・おわり」を決めること</li> <li>・「はじめなかおわり」が作品を作るうえでとても大事なポイント</li> <li>・「はじめなかおわり」の節目をつくることでハキハキして見えるしまとまって見える</li> </ul>
その他	<p>自分で自信をもつこと/恥ずかしさを捨てること/積極的に動いてみること/考えること/今までの経験/日頃のちょっとした気持ちの変化など</p>

と、踊りの出来栄が気にならなくなったなど、肯定的な変化が見られたことが示唆された。ダンスに対する肯定的な変化の原因として受講生は、グループ活動、アイディアを出し合って創作したこと、楽しむこと、創造的な動きの学習、段階的な学習を挙げている。また、作品づくりに効果のあった要因として、仲間との話し合いや交流、作品のテーマ、簡単な動きや日常生活の動き等を変化させること、様々な動きを知ること、新しい動きを創造すること、「はじめ・なか・おわり」のひとまとまりの動きで構成することが挙げられた。

以上の結果から、本研究で考案したコンタクト・インプロヴィゼーションの教材によって即興的に創造的な動きをすることができたこと、「はじめ・なか・おわり」のひとまとまりの動きを強調したことで作品づくりがしやすくなったこと、段階的な学習によってダンスに対する抵抗が軽減できたことなど、本研究の教材や授業案が効果的であったことが示唆された。その一方で、学習の成果が、活動を行なうグループの雰囲気やグループ活動に対するそれぞれの学習者のかかわりによって大きく左右されていたこと、本研究では、コンタクト・インプロヴィゼーションの教材を通じて創りだした動きを使ってイメージを表現することや作品を創ることを意図していたが、受講生は、ダンスの動画からテーマに合った動きを探したり、簡単な動作や日常生活の動作などを変化させて動きを考えるなど、即興表現や創造的な動き以外の動きを使って作品創りを行っていたことがわかった。

以上のことから、本研究で考案した教材や授業案には一定の効果があったことが示唆されたが、イメージを「自由に創造的に表現する」こ

とが創作ダンスを「創る」活動につながる創作ダンスの授業を実現するためには、さらに教材や授業案を工夫する必要があることが明らかとなった。また、本研究では、毎回の模擬授業に参加した受講生の数が十分でなかったため、教材や愛好的態度などについての受講生の評価の変化の有意性について統計的に評価することができなかった。

今後は、教材と指導案の改善及びその効果の有意性を検討できるデータ収集の方法を改善する必要があると考える。

## 引用参考文献

- 1) 文部科学省 (2008b) 中学校学習指導要領解説保健体育編, 東山書房
- 2) 文部科学省 (2011) 小学校体育 (運動領域) まるわかりハンドブック, [http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/sports/detail/\\_icsFiles/afieldfile/2011/07/06/1306084\\_08.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2011/07/06/1306084_08.pdf)
- 3) 中村恭子 (2013) 日本のダンス教育の変遷と中学校における男女必修化の課題 スポーツ社会学研究21(1), 37-51.
- 4) 中村恭子, 浦井孝夫 (2006) ダンスの学習内容と楽しさの検討—創作ダンスと現代的なリズムのダンスの比較—順天堂大学スポーツ健康科学研究, 15, 65-70.
- 5) 成瀬麻美 (2013) 「踊る・創る・見る」を取り入れたリズムダンスの授業—F小学校を事例に—, 愛知教育大学保健体育講座紀要, 38, 19-26.
- 6) ノヴァック, シンシア・J (2000) コンタクト・インプロヴィゼーション: 交感する身体, 立木あき子・菊池淳子 (訳), フィルムアート社.
- 7) 佐分利育代 (2009) 割り箸を使って—感じあって動く—. 女子体育, 50: 7-8.
- 8) 佐藤祐樹 (2016) 表現する楽しさを味わう生徒を育てるダンス領域の学習指導—再構成活動を位置付けた学習過程を通して—<http://www.taiikukenyusho.ed.jp/chokenhoukokusyo/26/26houkokusyotyuu.pdf>, (参照日2019年4月18日).
- 9) 重松悠希・猪崎弥生 (2013) ダンスインプロヴィゼーションにおける動きの生成過程について, 創作ダンス舞踊学会, 第65回研究発表要旨 p.144. ([http://www.danceresearch.ac/buyougaku/2013/2013\\_130\\_157.pdf](http://www.danceresearch.ac/buyougaku/2013/2013_130_157.pdf))



- 10) 相馬秀美 (2006) 大学におけるコンタクト・イン  
プロヴィゼーション授業に関する考察—湖北短期  
大学[体育実技／理論]を事例として—, 女子体育連  
盟学術研究, 23 : 63-74.