

第25回 ダンス講習会 報告

東京都女子体育連盟

日時 平成24年10月21日(日) 13時～
会場 都立大江戸高等学校 体育館・剣道場

今年度から講習会の総合テーマを「**ダンスって楽しい！授業はここから！**」とし、心と身体を豊かに拓く、表現運動・ダンスの指導法を学びました。

今回の講師は幼少コースに長津芳先生（国分寺市立第七小学校）、中高コースに宮本乙女先生、佐藤吉高先生（共にお茶の水女子大学附属中学校）をお願いしました。

最初に、全体でウォーミングアップです。

「まずは先生から心と身体のウォームアップ」

ダンスに対する抵抗感や、色々な戸惑いをもった初心の先生たちに、心を解放して踊ることの楽しさを体験してもらうことが、指導の第1歩ということで、長津先生にパンチの効いた楽しいメニューをやっていただきました。

まずは「**線の上を歩こう**」。体育館に引かれたいろんな線の上を歩き、ぶつかりそうになったら「ハ～イ」と元気に挨拶して、他の線へ。

次は「**トリプルマッチだ ドドンガドン!**」これは、体じゃんけんに、さらにイメージや動きの発展を足して、全身でじゃんけん！水と火と木の3すくみでじゃんけんしました。

最後は、「**動きの貯金箱**」ということで、アンパンマンマーチに乗って、いろんなアンパンマンになって踊りました。ハワイのアンパンマン、南極のアンパンマン…最後は「オリンピック選手だアンパンマン」ということで、5～6人のグループになって、リーダーに続けていろんなスポーツ選手になって踊りました。発表まで行い、W-u-pとはいえ、とても素敵な作品になっていて、達成感たっぷりでした。最初は「何が始まるのかな？」という顔でちょっとオロオロしていた男の先生も、いつの間にか笑顔で元気に楽しく踊り、心も体もほぐれました。



次に幼少コースと中高コースに分かれての講習になりました。

幼少コース

テーマは「**授業を積み上げて運動会へ**」。

最初は、表現運動・ダンスの授業についての解説です。カリキュラムの構造、発達段階に応じた指導法など、貴重なお話をいただきました。

実技は、まず「**ドンとなった花火**」。3人組で、いろんな花火の形を考えて発表しました。授業ではこれを導入とし、さらにアンパンマンの花火大会で盛り上げておきます。

そして、花火からイメージを広げてだんだん～できあがり。課題は「**ナイアガラ花火**」。

グループで、色々な花火をイメージし作品へ。でも、いきなり「花火！」ではなく、「だんだん、だんだん、花火ができあがる様子」を考えます。出来上がりの見通しを持って運びを考える練習です。まず、最後の全員での「ナイアガラ」を練習。その後、そこにつながる自分たちの花火を、3人グループで考えて作りました。これをまとめていって、クラス～運動会へとつなげていきます。





次の課題は「**Dancing 花傘音頭**」。伝統的な民踊ですが、曲はロック調、手作りの花笠を持って、運動会用のリズムダンスに仕上げます。まずは踊り方を習いました。次に、グループになってどんな隊形にするか考えました。

最終的には、ここまでやってきた表現運動を盛り込んで、オリジナル花笠音頭が1曲できあがりました。スズランテープをつけたうちわや網傘といった小道具がうまく使われ、踊っても、見ても楽しい作品です。運動会ダンスは決められたものを教わるだけという場合が多いが、この作品は、自分たちで作ったという達成感のある作品です。

中高コース

テーマは「**明日からトライ！ダンスの授業**」。

課題学習のいろはを教えてくださいました。

まずは、「**884422111**」。一つのポーズや簡単な動きが、リズムをどんどん追い込んでいくことで、ダンスになっていく…先生の動きを見てマネるだけで抵抗感無くダンスの世界に入っていきます。どんな曲でもすぐできる、ダンスの入り口としてとても良い課題でした。

次の「**しんぶんし**」による導入で、「ダンスって自由だ！」と気がつきます。新聞紙の複雑な動きをよく見てマネする…ものが介在することで恥ずかしさを感じる暇がありません。また、友達との関わり合いながら自由に踊る楽しさや、ダンスは「ひと流れ感」が大切であることも理解できる課題でした。

次の課題は「**走る-跳ぶ-転がる ピタ**」という、「メリハリ」をつかむ課題です。ダーっと移動し、空間に思い切り体を投げ出す、そしてぱっと止まってどこかを見る…即興で動きながら、作品としてのまとまりをもたせていきます。



リーダーに続いて動きをマネしあうことで、お互いの動きを認め合うこと、動きながら「体で話し合う」ことを学びました。



次は「**集まる-跳び散る**」、時間の関係で代表の先生で行いましたが、群で動くおもしろさ、ダイナミクスを感じました。

次は「現代的なリズムのダンス」の課題、

「ジャンケンヒップホップ」

ゆっくりめのヒップホップの曲にあわせて、足ジャンケンを組み合わせるステップを考えます。決まったステップを教えてもらうのではなく、「世界に一つしかないオリジナルダンスを考えよう」、ということで、形でなく自由にリズムに乗って踊ることがねらいです。自由でありながら、ケンケンチョキ、グーパーパーなど、組み合わせればすぐできるというハードルの低さにより、「オリジナル」であることと、「すぐに楽しく踊れる」という2つのねらいが達成できる課題でした。

最後はものを手がかりに「**見立ての世界**」布やゴム、カラーコーン、フープなどを使って自由に遊び、イメージをふくらませます。ものを何かに見立てて動きを探ることで、「表現」の手がかりがつかみやすい課題です。「ものも体も場所も大きく使う」ことを意識させます。

最後に両コース合同で発表会を行いました。
どちらのコースの作品も、大変楽しい作品でした。



そのあとの校種別研究協議では、「評価」の難しさが話題になりました。今後連盟でも研究をすすめ、皆さんに提案していけたらと思います。

*****みなさんの感想を

- *最初は「何が始まるんだ!？」という戸惑いがあったが、見まねで動いているうちに、全体に笑いが出ていた（中学校男）
- *子どもたちをすぐに巻き込んでいけるウォーミングアップはとても印象に残った。実践につなげていきたい（小学校女）
- *緊張で硬かったが、誰でもできる動き、のりの合う音楽、自分の知っていることを組み合わせることで楽しくできた（小学校男）
- *恥ずかしさから解き放たれる感じを体感できた（高校女）
- *みんなでダンスする前に心の持ち方からほぐしていただいた感じがします（中高男）
- *話し方や声のかけ方が参考になった（高男）
- *最近ではヒップホップが好きな子が多いですが、今回の授業のような体をたくさん使った表現活動を入れると、ヒップホップダンスが苦手な子どもでも楽しく踊れると思った（中学校女）



学習指導要領の改訂による中学校のダンス必修化にともない男性の先生やダンスを指導した経験のない先生方もダンスの授業に携わることになりました。こうした現状の中、ますます発達段階をふまえたダンス指導の充実が期待されています。残念ながら、参加者は49名と、例年より少なめでした。しかし、大変良い講習内容であったことを自認していますので、参加者が少ないことが一番残念なことです。各方面と連携を深めることで、今後参加者が増えるよう努力していきたいと思えます。

一部ご紹介します*****

- *実際に体を動かしながらやってみて、授業の中でこんなふうにやってみようかなとか、これ取り入れてみようとか考えながらできた。今日学んだことを是非取り入れて見ようと思った（中学校男）
- *授業者の視点からどんな声かけをすればよいのか考えられた（中学校男）
- *生徒の発表後のアドバイスの仕方が良かった。ダンスが苦手な生徒、消極的な生徒への言葉かけがとても参考になった。ハードルを低くする方法もわかった（特別支援女）
- *表現と民踊の組み合わせの例を短時間で体験でき、色々なこつが分かった（大学）
- *長津先生の世界（発言や動き）に引き込まれた。ダンスの動きだけでなく、教師の言葉によって児童を楽しませる、いつの間にか動かしていることが大事だと感じた（小学校男）

文責:事務局 勢畑多恵子