

交流を主体とした「現代的なリズムのダンス」の 学習モデルについて

Hip Hop Dance in Physical Education

—Focusing Classes Engaging Both Teacher and Students, Student and Students—

増 山 尚 美¹⁾
Naomi MASHIYAMA

長 谷 川 由 樹²⁾
Yuki HASEGAWA

はじめに

1. 「現代的なリズムのダンス」の位置付け

平成10年度の学習指導要領改訂によって、中学校保健体育ダンスの内容として従来からある「創作ダンス」、「フォークダンス」に新たに「現代的なリズムのダンス」が加えられた。平成20年に公示された中学校学習指導要領¹⁾改定により、平成24年度から、第3学年になるまでに全ての中学生が武道及びダンスを学習することになった。改定により指導内容が明確になり、「現代的なリズムのダンス」とだけ記されていたものが、「リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ること」と提示されている。学習指導要解説²⁾には技能(表1・表3)や「リズムと動きの例」(表2・表4)、具体的な学習方法も例示された。「フォークダンス」は伝承型、「現代的なリズムのダンス」は「創作ダンス」とともに創造型という扱いで、特定のジャンルのダンスの習得を目的と

したものではないとされている。

2 「現代的なリズムのダンス」の指導上の課題

ダンスの3つの内容はすべて体験させることを奨励するとともに、選択して触れさせることも出来るようになっている。内容のうち「現代的なリズムのダンス」を選択している中学校、高等学校は多い。生徒は「現代的なリズムのダンス」をアイドルグループやバックダンサーが踊るショーダンスと同一視してTVやインターネットを通じて目に触れる機会が多く、経験が少なくイメージや興味がわかりにくいフォークダンスや創作ダンスに比べ関心が高いと考えられる。学習指導要領改定時には、ダンス必修化はマスコミに注目されると同時に、授業でスタジオレッスンのように教師がヒップホップダンスの振り付けを教えるかのような誤解を生じさせる報道も見られた。実際、既存の振り付けやステップを教えるにとどまったり、生徒がDVD等の映像を見て振り真似をしたりという本来の趣旨と異なる事例も報告されている。その背景として、

1) 北翔大学生涯スポーツ学部スポーツ教育学科

2) 北翔大学非常勤講師

表1 「現代的なリズムのダンス」における技能
(中学1,2学年) 中学校学習指導要領解説から

<p>「現代的なリズムのダンス」における技能[第1学年及び第2学年]</p> <p>リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせて、リズムに乗って全身で踊ること</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヒップホップはロックより遅いテンポで強いアクセントがあるので1拍ごとにアクセントのある細分化されたビートを強調する ・縦のりの動き(体全体を上下に動かしてリズムを取る動き)
--

表2 リズムと動きの例示(中学第1,2学年)
中学校学習指導要領解説から

自然な弾みやスイングなどの動きで気持ちよく音楽のビートに乗れるように、簡単な繰り返しリズムで踊ること
軽快なリズムに乗って弾みながら、揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたき、ストップを入れるなどリズムをとらえて自由に踊ったり、相手の動きに合わせてたりしたり、手をつなぐなど相手と対応しながら踊ること
シンコペーションやアフタービート、休止や倍速など、リズムに変化をつけて踊ること
短い動きを繰り返す、対立する動きを組み合わせる、ダイナミックなアクセントを加えるなどして、リズムに乗って踊ること

表3 「現代的なリズムのダンス」における技能
(中学第3学年) 中学校学習指導要領解説から

<p>「現代的なリズムのダンス」における技能[第3学年]</p> <p>リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短い動きを繰り返す、対立する動きを組み合わせる、ダイナミックなアクセントを加えるなどの変化や、個と群の動きを強調してまとまりを付けること ・体幹部でリズムを取って、全身で自由に弾んで踊ることを発展させ、身体各部位の動きをずらしたり連動させたりして踊ることや、ダイナミックなアクセントを加えたり違うリズムを取り入れたりと、変化を付けて連続して踊ること

表4 リズムと動きの例示(中学第3学年)
中学校学習指導要領解説から

簡単なリズムの取り方や動きで、音楽のリズムに同調したり、体幹部を中心としたシンブルに弾む動きで自由に踊ること
軽快なロックでは、全身でビートに合わせて弾んだり、ビートのきいたヒップホップでは脚の上下に合わせて脚を動かしたりストップするようになりたりして踊ること
リズムの取り方や動きの連続のさせ方を組み合わせ、動きに変化をつけて踊ること
リズムや音楽に合わせて、独自のリズム/パターンや動きの連続や群の構成でまとまりをつけて踊ること

現職教員の中には大学での養成課程においてダンスの指導法を習得していない、自身のダンス経験及び指導経験が少なく動きの見本の提示や評価を含め指導に自信がないという指導者側の問題もある。経験の少ない教員にとっては具体的に例示された学習指導要領や解説をもってしても、音楽の分野を含む専門用語を理解し、具体的な動きとしてとらえ、指導することは困難を伴う。

日本体育科教育学会第19回大会プロジェクト研究報告の意見交換の要旨³⁾として、次のような授業実施上の課題が挙げられたことが報告されている。

- 『・「現代的なリズムのダンス」として“エアロビクダンス”を学習している間違っ了解
- ・教師の一斉指導で既成の型〈ステップ〉を習得させる授業
- ・ヒップホップなどのダンス映像を生徒たち

に見せてそれをまねる授業

- ・目標とされる“全身でリズムに乗る”という状態の捉えにくさ(技能評価の難しさ)
- ・生徒が求めるダンス像と要領が求めるダンス像のギャップ
- ・メディア(ニュース)の間違った捉え方
- ・男性教員に対しての授業の手がかりが少ない現状
- ・運動会を表現運動に置き換えている現状
- ・要領上ではリズムの特徴をとらえて変化のある動きを組み合わせ全身で自由に弾んで踊ることが求められているが、「ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの曲で踊るダンス」という解釈を間違い、“ロックダンス”や“ヒップホップダンス”など特定のダンスジャンルを学ぶように受け取られている点
- ・学習意欲のない児童・生徒へのかかわり方

や声かけに関する課題

- ・教師自身がダンスをした経験が少なく、自信を持って師範できない状況
- ・子ども自身もダンスに触れる経験が二極化している傾向
- ・表現・創作ダンス、リズムダンス・現代的なリズムのダンス、フォークダンスをどの配分で計画したら良いのか重みづけが分からない現状等]

これらの意見からも教育現場での混乱と指導に苦慮する教員の状況が伝わってくる。

そこで本研究では、教師と生徒、および生徒同士が双方向的に学び合う学習形態で、ダンス経験の少ない教員にも指導可能な「現代的なリズムのダンス」の学習モデル^{注1)}を作成することを目的とする。教職を履修する大学生を対象に実施した内容に記録カードの結果を合わせて報告する。

研究方法

学習モデルは対象を中学生とし①指導内容の明確化②生徒同士が交流を通して学び合う学習形態③ダンス経験の少ない教員にも可能な指導方法の3つの観点から構成された。

なお、今回は「現代的なリズムのダンス」としてヒップホップのリズムを中心に取り上げた。

平成26年度、H大学教職課程（中学校・高等学校保健体育および、特別支援学校）を履修する大学3年生86名（2クラス展開）を対象に、「生涯スポーツ指導演習（ダンス）」の中で、中学生を対象とした「現代的なリズムのダンス」の学習モデル及び指導法を90分×7回実施した。

毎回終了時に学生が記載した記録カードから、学習モデルに対する自己評価項目の尺度をもとに各回の内容を分析した。評価項目は①「ワクワク」：楽しく積極的に取り組めたか、仲間と交流できたか等（関心・意欲・態度）、②「ドキドキ」：リズムに乗って全身を使ってしっかり動き、運動量も十分であったか等（運動の技能）、③「フムフム」：本時の内容が理解できたか等（知識・理解、思考・判断）の3項目で、それぞれ1（できなかった）から4（よくできた）までの4段階尺度で選択された。

結果

1. 「現代的なリズムのダンス」の授業内容（7時間）と目的

各回の授業内容を表5に示した。

1回目は①基本の動きである、体幹部を使った縦ノリのリズムに慣れる②変化のさせ方として、ダウンのリズムを取りながら手の動きをつける。2回目以降は変化のさせ方を条件として示し展開する。2回目ははダウンのリズムを取りながら足を動かす（重心移動）。3回目は1, 2時間目に習得した技能を活用し「伝える・受け止める」交流を主にした活動で、「多くの人（様々な人）と」交流する。併せて言葉による相互評価を行う。4回目は「裏のリズム」を通してリズムのアクセントの違いが分かるようにする。5回目は動きに変化を付ける方法として「体の向きや高さを変える」。6回目はフォーメーション（集団での空間形成）や移動で変化やまとまりを持たせたグループ作品を制作する。7回目はチームワークを大切に交流することとした。

中学校で実施する場合は1～3回目の内容は中学1、2年の基礎的段階で5～6時間をかけて展開し、3～7回目は進んだ段階として6～10時間をあて年間単元時間数によっては中学3年次以降に扱うことを想定した。

2. 交流を促し学生相互に学び合う授業形態 1時間の流れを表6に示した。

(1) ウォーミングアップと基本の動き

ウォーミングアップでは、生徒は円周上に広がり、音楽のリズムに合わせて円の中心に立つ教師の動きを模倣する。色々な走り方やジャンプ、ストレッチ、前回の動きの復習等約5分間連続して動き続ける。

続いて、ヒップホップのリズムの特徴である全身を使ってダウンのリズムを取る練習を毎回行う。さらに教師がその日の課題である条件と変化させる要素を提示する。ここまでは教師の一斉指導の形態で行われる(図1)。

(2) 「フォロー・ザ・リーダー」と「バトル」

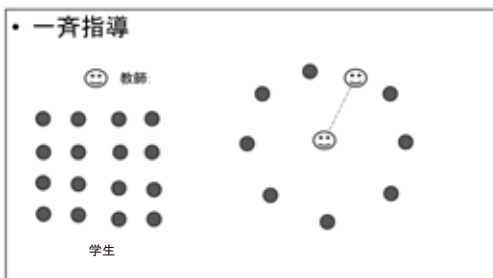


図1 授業展開方法〔一斉指導〕

基本の動きの次に2列や2重円で向かい合った学生2人が交互に即興と模倣を行う、生徒同士の学びの形態に移行する(図2)。「フォロー・ザ・リーダー」と呼ぶ形態は、一人が課題を変化させた動きを即興で踊って見せ

る→相手が同じ動きをまねる。「バトル」は一人が課題の条件の範囲で自由に踊って見せる→相手はその動きに触発されて浮かんだ直観的で自由な動きで答える。どちらも交互に数回実施した後でハイタッチをして感謝を伝え、ローテーションして次の相手と同様に交流する。動きの長さは1回4カウントから始め授業回数が進み慣れてくるに従い「ワン・エイト・バトル」と呼ぶ8カウントに増やして実施する。

課題の習熟が不十分な学生や生徒にとっては、自分の動きを相手が模倣することで自分の動きを客観的にとらえることが出来る。またローテーションで相手が変わることで、いろいろなリズムや動きの変化を生徒同士で学び合うことが可能となる。

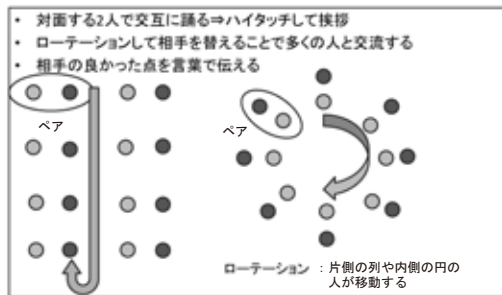


図2 授業展開方法〔生徒同士がローテーションで交流する「フォロー・ザ・リーダー」と「バトル」〕

(3) ピックアップ

学生や生徒同士で「フォロー・ザ・リーダー」や「バトル」を展開している時間に教師は巡回指導により、学生や生徒に個別指導が可能になる。その後、見本となる数名をステージに上げ(ピックアップ)、ピックアップされた学生対全員で順番にフォロー・ザ・リーダーやバトルを行う(図3)。終了後にピックアップされた学生の良かった点について

表5 現代的なリズムのダンス 7時間の単元計画

	目標	課題	交流の仕方
1時間目	〈技能〉 体幹を使って、縦のりのリズムに慣れる 〈態度〉 積極的に取り組むことが出来る 〈知識・思考・判断〉 ダンスの特性を知る	リズムに乗る(ダウン) 手のバリエーションx クラップ・フジシュ・スイング・タッチ サイドステップ	フォローザリーダー 1エイトバトル ピックアップ
2時間目	〈技能〉 ダウンのリズムに乗りながら、脚を動かさず 〈態度〉 積極的に取り組み、良さを認め合おうとする 〈知識・思考・判断〉 踊りの由来を知る	スイッチ・ステップ(シンコペーションのリズム) ゲー・チョキ・パー	フォローザリーダー 1エイトバトル 2人1組で創作する
3時間目	〈技能〉 復習や反復練習をし、リズムに乗りながら手 や足を動かさず事に慣れる 〈態度〉 互いの違いや良さを認め合おうとする 〈知識・思考・判断〉 交流の仕方を学ぶ	伝える・受けとめる フィードバック	フォローザリーダー(2人1組、4人1組) 1エイトバトル+フィードバック
4時間目	〈技能〉 リズムのアクセントの違いが分かる 〈態度〉 積極的に取り組もうとする 〈知識・思考・判断〉	アフタービート(表と裏のアクセントの違い)	手遊び(うさぎの餅つき、アルプス一万尺) フォローザリーダー 1エイトバトル
5時間目	ダンスの特性を知る 〈技能〉 方向や高さを変えて、全体の流れに変化を付 けることが出来る 〈態度〉 互いに助け合い、教え合おうとする 〈知識・思考・判断〉 表現の仕方を知る	ダウンの流れにアクセント(向き変え) 90度・180度・360度回転	フォローザリーダー 1エイトバトル 2人1組で創作する 4人1組で創作する フォローザリーダー
6時間目	〈技能〉 ダンス全体の流れを考えて、表現する事が出来る 〈態度〉 分担した役割を果たそうとする 互いに高め合おうとする 〈知識・思考・判断〉 表現の仕方を知る	フォーメーション(群の構成)	フォローザリーダー 1エイトバトル 3人1組で創作する 6人1組で創作する
7時間目	〈技能〉 全身で自由に踊ったり、変化やまとまとまりを付 け、仲間と踊る 〈態度〉 仲間のアイデアや表現に賞賛し、共感し合 い、互いに高め合おうとする 〈知識・思考・判断〉 自己の課題に応じた取り組みを工夫する	チームワーク	8人1組で創作 サークル

表6 現代的なリズムのダンス 1時間の流れ

1 ウォーミングアップ	
2 基本の動き ダウンのリズム	
3 変化を付けて踊る	
4 フォロー・ザ・リーダー(教師:生徒)	
5 フォロー・ザ・リーダー(生徒生徒)	ローテーションして6~8人と向き合う
6 ピックアップ(生徒1~3人:生徒)	良かった点を評価する
7 バトル(生徒:生徒)	ローテーションして6~8人と向き合う

コメントする。コメントはピックアップされた学生の自信につながるとともに、言葉で表現することで、動きのポイントや体の使い方、発想の独自性など評価の観点を他の学生にも理解させる目的がある。教師が一方向的に振り付けを伝達するのではなく、生徒同士で互いの表現を認め合い、学び合う学習形態となっている。

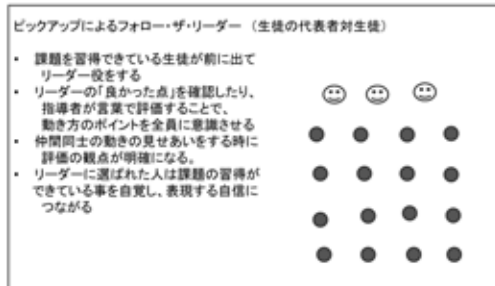


図3 授業展開方法〔ピックアップ〕

3. 学生による自己評価の結果

毎回の記録カードから、内容の理解、意欲、技能の習得等について各回の平均を図4に示した。

評価項目「ワクワク」(意欲・関心・理解)「ドキドキ」(技能と活動量)「フムフム」(知識・理解)の3項目全てにおいて7時間の平均が3.5を超え(1点～4点、4点が最高)、内容の理解、意欲、技術の習得等の面で高い評価が得られた。

実施回ごとでは、特に3回目(3.7以上)と7回目(3.9)が高い評価となった。3回目はすでに習得された技術の応用、7回目は作品として構成が決まっているため、新しい技能の習得や動きを考えることより踊ることに集中出来たこと、また踊る時間が十分確保できたことと、仲間と交流し自分を認められる機会が多かったことが要因として挙げられ

る。「フムフム」(知識・理解)は「常に高い値を示し、「ドキドキ」(技能と活動量)は徐々に増加した。

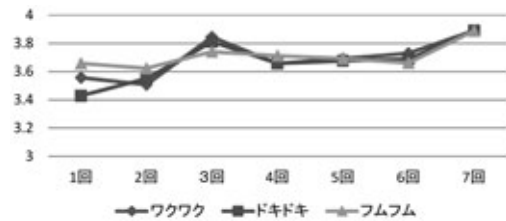


図4 学生による授業ごとの自己評価の平均値

考察

ダンスの3つの内容はそれぞれ次のような目的を持つ。「創作ダンス」は個性を尊重し、自ら創造し、表現すること、「フォークダンス」は文化の伝承とグローバル化を受け自他の国や地域を理解したダンスを通して交流をすること、「現代的なリズムのダンス」はリズムを共有し、自由に踊り交流することを目的とする。創作ダンスの教材はダンスを習い覚えることから、民主教育の流れにより児童生徒が自ら創造することに重点が移り、今日まで継承されている。

現代的なリズムのダンスにおいてリズムの例として挙げられたヒップホップなどのストリートダンスは若者によって自発的に始まった文化である。上からの権威の押しつけや伝統の継承を目的としたものではなかった。既存の価値観や社会の体制から自由になり、個性を発揮し、ダンスで対戦や交流し、最終的には自分に誇りを持つことを目指すものであった。授業においても教師から生徒へ一方的に振り付けやステップを教えるといった上意下達的な指導方法はそぐわない。そこで、本学習モデルでは教師と生徒、生徒同士が双

方向的に学び合う授業形態を用いた。木野⁴⁾は双方向型授業や主体的・能動的な学びの意味について「「双方向型授業」を授業の形式としてだけではなく、学生の学習実態としても捉えるべきだと考えている。すなわち、教室で教員と学生のコミュニケーションが取れて、学生の主体的・能動的な授業への参加が実現している」としている。

今回の学習モデルは、縦ノリのリズムを取るための体の使い方を基本となる動きとして捉え、毎回変化をつけるための条件を提示し、学習した後に、各自がリズムや動きを展開させ複数の人と交流をしていく形式になっている。最初の基本の動きも単に技術を伝達するのではなく、教師のクラップ（手拍子）を生徒が模倣したり、生徒の動きを受けて教師が動きで返したりすることで、気分を高め合い、同等の立場で交流する機会にもなっている。更に教師がリードした役割を学生や生徒が引き継ぎ、生徒同士での交流に速やかに移行が出来る。

フォロワー・ザ・リーダーでは相互にリーダーを務めることで対等の関係が維持される。リーダーのリズムに続いて相手が同じ動きを繰り返す模倣は、相手から受容されたというフィードバックになり、自分の動きに対する自信につながっていく。また、リズムを共有する相手と会話の様に受け答えする即興性は、今ここにいる相手をしっかり見つめ向き合うことで動きが生まれてくる、主体的・能動的な行為である。

グループ学習が中心となった回は自己評価項目の得点が高く、動きを出し合いそれぞれが役割を果たすことで集団への帰属欲求や承認欲求が満たされ、高い満足感につながった

と考えられる。中学校から高等学校の女子生徒が授業以外に運動する時間は二極化しており、スポーツを敬遠する生徒も少なくない。競争や一定のレベルの技能が前提になっている運動種目に対し、発想のユニークさなど人と違うことも認め合い評価されるダンスは、体育を苦手とする生徒にも受け入れやすい面がある。加えて、グループでの活動を好む傾向のある女子の運動参加を促し、体力向上や生活習慣病予防に寄与することが期待できる。

まとめ

本研究では教師と生徒、および生徒同士が双方向的に学び合う学習形態で、ダンス経験の少ない教員にも指導可能な「現代的なリズムのダンス」の学習モデルを作成することを目的とした。

現職の教員のみならず、大学での教員養成課程において15回の授業の中で、ダンスの3つの内容に触れさせるとともに、指導方法まで身に付けさせるのは厳しい状況である。「現代的なリズムのダンス」の授業は現場での取り組みに混乱も見られるが、基本の動きを明確にし、生徒や学生同士で変化や発展させる授業形態を構築することで、初めてダンスの指導をする教員にも本来の趣旨を踏まえた授業を展開できるようにした。

今後の課題として、平成27年度の授業では、音楽の種類を増やすことでテンポや曲調に変化をもたせ、リズムに対応する多様な動きを誘発する機会を増やす。また、評価の観点が明確になるような言葉かけを体系化する事を加え、学習モデルの充実を図る。

将来的には、基本技能である「縦ノリ」の体の使い方について要点をさらにわかりやすく言語化するとともに、ダンス経験の少ない教員が評価に活用できる各回の課題に応じた「現代的なリズムのダンス」観点別チェックリストの作成を目指す。今後もリズムの特性を生かしながら既成の動きにとらわれない自由な動きや表現を引き出す方法について検討する。

注1) ダンス経験の少ない教員にも指導可能な「現代的なリズムのダンス」の学習モデル：この学習モデルは、平成24(2012)年度に中学生を対象にゲストティーチャーを活用した授業として札幌市内の中学校において吉田摩里子教諭と長谷川由樹によって実施された内容を基に、指導者養成の視点により構成したものである。また、北海道女子体育連盟研究部により同連盟講習会および教材研究会と北海道教育委員会による指導者講習会において、ダンスの授業展開と指導について伝達、普及に努めている。

4) 木野茂：教員と学生による双方向型授業—多人数講義系授業のパラダイムの転換を求めて—, p1, 京都大学高等教育研究第15号, 2009.

参考文献

- 1) 文部科学省：中学校学習指導要領平成20年改訂版, 2009. 3
- 2) 文部科学省：中学校学習指導要領解説保健体育編, 2009. 7,
http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2011/01/21/1234912_009.pdf
- 3) 日本体育科教育学会：第19回大会プロジェクト研究報告, 体育科教育学研究第31巻第2号, p62, 2015. 9