

# 保育内容「表現」における即興の指導法

— 表現とリトミックの関係性 —

## The Teaching Technique for Improvisation

### in the Childcare Contents for Expression

— Relationship between the Expression and the Rhythmic —

馬 杉 知 佐

Chisa UMASUGI

キーワード：保育内容（表現）・幼稚園教育・主体性・環境・総合的な活動

#### 1 はじめに

幼稚園教育要領解説の領域「表現」では、「感じたことや考えたことを自分なりに表現することを通して、豊かな感性や表現する力を養い、創造性を豊かにするとあり、そのねらいについて(1)いろいろなものの美しさなどに対する豊かな感性もつ。(2)感じたことや考えたことを自分なりに表現して楽しむ。(3)生活の中でイメージを豊かにし、様々な表現を楽しむ。」<sup>1</sup>と書かれているが、これは幼児の主体的な思考やそれに伴う動作の重要性を示している。また表現領域全体としては、音楽的、舞踏的、造形的、劇的などの全てのジャンルに関わり、幼児の表現の心情、意欲、態度を育てる総合的な教育<sup>2</sup>が求められている。本稿の課題は、このような総合的な表現活動とリトミックの関係性について考察を深めていくことにある。

#### 2 表現とリトミックの関係性

作曲家でありリトミックの草案者でもあるエミール・ジャック＝ダルクローズ（Émile Jaques-Dalcroze）は、「音楽は人間の最も多様な欲求、すなわち『運動したい』『自分の考えを述べたい』『自分自身から抜け出したい』『夢をみたい』『雄々しくあるいは奔放に、あるいは喜びに満ちて行動したい』『忘れたい』『説得したい』『慰めたい』等々の欲求に答える事ができ、また音楽という、感情の直接的表現は願望を純化し、弱点を抑え力を刺激し、観念が必要とするものを満たすことができる」<sup>3</sup>、と述べ、一般教育において音楽は重要な役割を果たすべきと考えていた<sup>4</sup>。同時に音楽教育における触覚、運動能力の役割を「身体そのものが、音と私たちの思惟の間の媒介者」<sup>5</sup>と捉え、音楽と身体とは常に密接に繋がっていると考えていた。音楽と身体を媒体としたリトミックは、子ども達自身が音楽を感じ、感動し、そして分析しながら音楽の動きの様々な関係を理解し、身体（動き）の活動においてそれらを発揮させる事<sup>6</sup>が最優先であり、リトミック教育の目的は生徒たちに、その学習を終えたとき、『わたしは知っている』ではなしに、『わたしは感じる』といわしめることにある<sup>7</sup>と定義付けた。ジャック＝ダルクローズが目指したリトミック教育とは、まさに体験もしくは経験を軸とした主体的学習法である。

次に、ジャック＝ダルクローズの弟子でロンドン王立音楽院にてリトミック・音楽教育に従事した、エリザベス・バンドゥレスパー（Elizabeth Vandersper）が提唱するリトミック教育の諸要素を検証してみたい。（表1）リトミックは音楽と身体を用いるので「表現」「健康」との関連性は明確ではあるが、ここで注目すべきは音楽的要素の中に、自然、遊び、話、仕事のリズムが用いられ、

これらは幼稚園教育要領における領域「環境」「人間関係」「言葉」に関する事であり、それぞれのねらいと密接に繋がっている点である。(表2) リトミックは音楽や動きを通して全人格を発達させることに力点がおかれ<sup>8</sup>、上記でも述べたように幼児の様々な体験や経験が相互に関連しあいながら成長させていくことが重要である。幼稚園教育における「領域」もまた同様に位置づけられており、5領域が独立しているのではなく、それぞれの側面が絡み合っ互いに影響を与えながら成し遂げられていくものである<sup>9</sup>。

表1 リトミック教育の目的・目標

全般的な要素	音楽的な要素
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 聴くこと</li> <li>・ 各感覚器官を通して音楽を理解すること</li> <li>・ 運動器官(動き)と音楽的能力の向上</li> <li>・ 緊張を緩和する力</li> <li>・ リラックスできる力</li> <li>・ 社会性の認識(グループにおいて、個人として)</li> <li>・ 長期記憶と短期記憶</li> <li>・ 集中力</li> <li>・ 反応や適応力(即時的、または考察後)</li> <li>・ 学習に必要な注意力、自覚</li> <li>・ 分析力と統合力</li> <li>・ 習得した知識を他の場面に転用できる力</li> <li>・ 他人のアイデアに順応できる力</li> <li>・ 他人のアイデアから新しいアイデアを想像できる力</li> <li>・ 個性を育て、自己を抑制したり、決断を促す力</li> <li>・ 自分の考えを明確に表現できる力</li> <li>・ 内的聴収の発達</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ アナクルーシス、クルーシス、メタクルーシス</li> <li>・ ダイナミックスとアゴーギク(ニュアンス)</li> <li>・ ハーモニー、ポリリズム、対位法</li> <li>・ ピッチ、メロディー</li> <li>・ リズム感(リズムカルな感覚、活発な動き)</li> <li>・ 拍、拍子</li> <li>・ 音の長さ、パターン</li> <li>・ 機械的なリズム</li> <li>・ 自然なリズム</li> <li>・ 遊びのリズム</li> <li>・ 話のリズム</li> <li>・ 仕事のリズム</li> <li>・ 時間、タイミング、速度</li> <li>・ 構成と密度</li> <li>・ 音色</li> <li>・ サイレンス</li> <li>・ 記憶(もし必要であれば)</li> <li>・ フレーズと形式</li> <li>・ レパートリー</li> </ul>
動きの要素	
<p>①空間を移動する動き(動き回る動作)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 始まりと終わり</li> <li>・ 時間、空間、エネルギー、</li> <li>・ 前に流れるようなリズムカルな動き</li> <li>・ 様々なタッチで床に足をつく方法</li> <li>・ 歩く、走る、スキップ、片足飛び、飛躍、ジャンプ、ギャロップなど様々な動きや速さを組み合わせたもの</li> <li>・ 身体にそなわった関節のクッション(足首、ひざ、足、腰などの)使い方</li> <li>・ 様々な種類のバランスの練習</li> </ul> <p>②空間の中での動き(1カ所での動作)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ そよぐ、揺れる、ひねる、伸びる、丸まるなどの動き</li> </ul>	

出所：エリザベス・バンドゥレスパー著、石丸由理訳『ダルクローズのリトミック』ドレミ楽譜出版社、1996年、pp12-13より作成。

表2 5領域の目的とねらい

健康	健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う。
	ねらい (1) 明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。 (2) 自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。 (3) 健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける。
人間関係	他の人々と親しみ、支えあって生活するために、自立心を育て、人とかかわる力を養う。
	ねらい (1) 幼稚園生活を楽しみ、自分の力で行動することの充実感を味わう。 (2) 身近な人と親しみ、かかわりを深め、愛情や信頼感をもつ。 (3) 社会生活における望ましい習慣や態度を身に付ける。
環境	周囲の様々な環境に好奇心や探求心をもってかかわり、それらを生活にとりいれていこうとする力を養う。
	ねらい (1) 身近な環境に親しみ、自然と触れ合う中で様々な事象に興味や関心をもつ。 (2) 身近な環境に自分からかかわり、発見を楽しんだり、考えたりし、それを生活に取り入れようとする。 (3) 身近な事象を見たり、考えたり、扱ったりする中で、物の性質や数量、文字などに対する感覚を豊かにする。
言葉	経験したことや考えたりすることを自分なりの言葉で表現し、相手の話す言葉を聞こうとする意欲や態度を育て、言葉に対する感覚や言葉で表現する力を養う。
	ねらい (1) 自分の気持ちを言葉で表現する楽しさを味わう。 (2) 人の言葉や話などをよく聞き、自分の経験したことや考えたことを話し、伝え合う喜びを味わう。 (3) 日常生活に必要な言葉が分かるようになるとともに、絵本や物語などに親しみ、先生や友達と心を通わせる。
表現	感じたことや考えたことを自分なりに表現することを通して、豊かな感性や表現する力を養い、創造性を豊かにする。
	ねらい (1) いろいろなものの美しさなどに対する豊かな感性をもつ。 (2) 感じたことや考えたことを自分なりに表現して楽しむ。 (3) 生活の中でイメージを豊かにし、様々な表現を楽しむ。

出所：文部科学省『幼稚園教育要領解説』フレーベル館，2008年，pp. 69, 90, 120, 138, 158より作成。

行進曲は反復リズムとそれほど複雑ではない様式をもつ音楽で、軍隊の秩序正しい行動や行進の伴奏に用いられることが多いが、一方でワーグナー歌曲〈ローエングリン〉の結婚行進曲やショパン作曲ピアノソナタ第2番3楽章の葬送行進曲など、軍隊用行進曲とは極めてかけ離れている行進曲も多く存在する。このように行進曲といった一定の動きや行為を目的とした音楽は、調性やテンポ、ニュアンス、ダイナミクスなどを変化させることによってその性格そのものを違う方向性にもっていくことができる。

様々な行進曲を聴き比べた時、「結婚」「葬式」といった象徴的な意味や「長調」「短調」などといった理論的な意味が理解できなくとも、音楽によって喚起される身体的な過程（例えば行動）、情動、性格に関連した反応（好みを含む）などの音楽そのものから由来する意味によって<sup>10</sup>歩く（表現する）ことができる。流れてきた曲に合わせて歩くという行為は、集中力、反応力、適応力、分析力、統合力、筋肉や精神の抑制と発揮、習得した知識を他の場面（ここでは歩くという行為）にも転用できる力等沢山の能力を必要としながらも、幼児が過ごしている生活環境や体験を通して、彼らの世界観の中で伸び伸びと表現でき、音楽という媒体を通して人とかかわる力を無理なく養える総合的な活動であると言えよう。また、こうした表現活動の繰り返しによって達成感や自己肯定感を得ることで、情緒を安定させ自己を十分に発揮する事も可能である。

### 3 歩行の為の即興演奏とその指導法

即興演奏で何かを表現したい場合は、その対象物の動きや雰囲気などをよく観察しなければならない。しかしながら聴覚情報を盛り込み過ぎても、即時反応としての表現を引き出すには難しい。また同時にピアノの演奏技術が高度なものであれば、保育士の神経は自分の指先に集中してしまい、教室の中で子ども達の細かい動きや表現を見落としがちになってしまう。鍵盤にできるだけ集中しなくてもいいように、シンプルで調性感のあまりない音楽を演奏するのが好ましい。

#### 3-1 即興演奏方法

手をチョコキにして半音を同時に押さえ、右手左手を交互に演奏する（図1）歩行の為の曲なので2/4もしくは2/2が望ましいが、極端に強拍を強く演奏すると体重移動の際にどちらかの足に力が入ってしまうので、自分の両手を前足として捉え歩いているかのように演奏すると、歩行しやすい自然な強さで表現できる。しかしながら、四分音符だけを刻んでいると曲が単調になるだけでなく、歩行するためのスピード感や流れも失われてしまうので、時々二拍目のリズムを3連符やスキップにすることでアナクルシスが生まれ、メロディーはなくともダイナミクスのおかげで曲が前に流れる（例1）



#### 即興例



この即興演奏を基本とし、音の高さや速さ、休符などを入れることによって、表現したい対象物の歩く雰囲気に近づく。例えば、ペンギンを表現した場合は左右に身体を揺らしながら、小さな歩幅で歩くので、右手と左手の音域の幅をあまりとらず、マルカートをつけながらスタカート気味で演奏する（例2）。ニワトリを表現したい場合は完全にスタカートで演奏し、それぞれの音にアクセントをつけその足の鋭さを表現。また曲の途中でスピードを変える事で、ニワトリのせわしなさを感じさせることができる（例3）ひよこは、高音域を用い、柔らかい感じを表現したいのでの半音ではなく、全音を用いる。（例4）サワガニは一定の歩行リズムではないので、3種類ぐらいの音符（4分音符、8分音符、16分音符）を織り交ぜて演奏していく。（例5）

### ペンギンの即興例

テンポは 60 前後。完全にスタカートではなく、鍵盤を抑え気味に弾く。おどけた感じを出してもよい。



### ニワトリの即興例

テンポは 100 前後。1 音ずつアクセントをつけ、強調させながら弾く。休符はテンポ通りではなく、拍を感じさせない位に十分引き延ばしてもよい。



### ひよこの即興例

鍵盤のタッチを柔らかく、アクセントをつけないように演奏する。長 3 和音を分散して弾くことで、可愛らしさを表現できる。I—IV—V—I の和声進行を組み合わせて即興もできが、図の様に基本形から始めると完全 5 度が発生しやすいので、転回形を用いると良い。



### サワガニの即興例

右手と左手の強さが均等になるように演奏する。危険を感じると早足になる時とのんびり横歩きをしているコントラストを表現する時の小節数は均等ではない方がよい。



### 3-2 即興演奏を用いた指導法

即興演奏を用いた表現活動で一番重要なポイントは、幼児の自主性を尊重するという点である。同じ曲を聴いても、彼らの生活経験や環境によってそこから引き出される答えは一樣ではない。まずは、流れてきた曲を聴き、彼らの即時反応としての動きを受け止め、次の活動に生かす事が重要である。

ここで取り上げた事例は、上記の即興を元に5歳児のリトミックの公開レッスンの導入として用いた表現活動である。

#### 事例

①	「動物に変身して歩いてみるよ。どんな動物に変身できるかな？よく曲を聴いてみてね」 子ども達に問いかけひよこの即興演奏（例）をする。
②	幼児が音楽に合わせて、ある程度戸惑いなく歩けるようになるまで弾き続ける。
③	子ども達を座らせ、次の問いかけを行う。「この動物さんの大きさは？歩くスピードは？歩き方は？」
④	子ども達から答えを聞く。
⑤	「どんな動物か想像できたかな？自分の思った動物で歩いてみて」
⑥	もう一度同じ即興演奏をし、子ども達がそれに合わせて歩く（表現する）
⑦	何人かの子どもの動き（動物）を紹介。その動きを全員で模倣する。
⑧	どの動き（動物）が自分は好きか？また曲に馴染むかを考え発表しあう。
⑨	最終的に指導者（私）が何をイメージして弾いたか教える。

②で求められる力は直感的に音楽をとらえ、即時的に反応する力であるが、即興演奏をBGMとして捉えている子どもも少なくなく、なんとなくテンポに合わせて歩いてみたり、周りの友達の様子を模倣しているだけのケースもある。そこで②で自ら体験した事を③で意識化させる為に曲の分

析を行う事が必要である。③の問いかけによって子ども達は音楽を分析し、曲がどのような構成で成り立っているのか考える。曲のダイナミクスによって動物の大きさが予測され、曲のテンポによって動物の歩行のスピードを知ることができる。またレガート、スタカートなどのニュアンスで動物の歩き方や特徴的な動きを想像できる。このような細かな分析を元に、子どもは自らの経験や個性といったフィルターを通し、自分なりに表現をして楽しむことができる。ややもすれば個別になりかねない表現活動も⑦、⑧を入れる事で、友達の考えを共有し新たな発見を楽しむ事ができる。また、友達と同じ空間の中で同じ音楽に包まれ、思い思いに身体を動かすといった体験は健康や人間関係の領域のねらいそのものではないだろうか。

領域言葉に関する活動も⑨で網羅できる。私が子ども達に「ひよこをイメージして弾いた」と伝えたとところ、賛同してくれる子どももいれば、「⑦で発表してくれたA君のハリネズミの赤ちゃんの方が答えに近い」「ひよこは沢山で一緒に動くから1匹だけ歩くのはおかしい」「大型絵本のひよこはもっと大きい」など様々な意見が飛び交った。これはまさに言語を用いた表現活動の一環であり、言葉の領域のねらいとするものである。音楽表現や身体表現は「音楽を聴く」「身体を動かす」ことに重きをおかれ、指導者に従って活動イメージがあるが、③の活動を経て言語化し⑨で言葉での共有、表現に繋げることができる。音楽を共有し共通の分析対象（学習教材）としつつも、自分の個性を身体や言語で自由に発表できる場面を設けることがこの活動において最も重要なポイントである。

#### 4 終わりに

リトミックの導入にあたるこの5分間にも満たない表現活動が、実は5領域のねらいを網羅した総合的な活動でもある。同時に即興を用いることで答えの多様性が生まれ、幼児の発達や年齢に合わせて変化させることが可能である。身体や歩幅が小さくちょこちょこ動く動物がひよこやリスだけではない。年齢や生活経験を重ねることで、答えの選択肢も広がってくる。また、幼児のおかれている環境も同様に深く関係してくる。即興演奏を用いた表現活動は常に多様性を含めなければならない。表現活動に一つの答えを要求してしまうと、心や身体が委縮してしまい、幼児が伸び伸びと安心して活動することはできない。また、幼児側から素晴らしいアイデアが出されることもしばしばある。そこではもはや幼児と教師という垣根を超え、人間同士として語り合い、共感し合いながら表現することもできる。幼児一人一人の人格を尊重し、「みんな違って、みんな正解」という理想的な活動が上記のようなリトミックを通して可能になるであろう。

#### 【注】

- 1 文部科学省『幼稚園教育要領解説』フレーベル館、2008年、p. 158。
- 2 井口太編著『新・幼児の音楽教育』朝日出版社、2014年、p. 17。
- 3 クレル＝リズ・デュトワ＝カルリエ著、板野平訳『エミール・ジャック＝ダルクローズ』全音楽譜出版社、1977年 p. 396。
- 4 馬杉知佐「ASD児に対する教具の有効性」(『比治山大学短期大学部紀要』第53号、2018年)、p.
- 5 エミール・ジャック＝ダルクローズ著、板野平監修、山本昌男訳『リズムと音楽と教育』全音楽譜出版社、2003年、p. 5
- 6 Karin GREENHEAD (dir. de) , *L' identité DALCROZINNE: théorie et pratique de la rythmique Jaques-Dalcroze*, Collège de l' Institut Jaques-Dalcroze, 2011年、p. 8.
- 7 クレル＝リズ・デュトワ＝カルリエ著、前掲書、p. 368。
- 8 エリザベス・バンドゥレスパー著、石丸由理訳『ダルクローズのリトミック』1996、p9 (原典は、Elizabeth Vandersper, *Dalcroze handbook : Principles and guidelines for teaching eurhythmics*, The Dalcroze Society (UK) , London, 1984, p. 6)。
- 9 文部科学省、前掲書、p. 67。
- 10 S・ケルシュ著、佐藤正之編訳『音楽と脳科学』北王路書房、2016年、p. 164。