世界の幸せをカタチにする。
Creating Peace & Happiness for the World
Musashino University
武蔵野大学 学術機関リポジトリ
Musashino University Academic Institutional Repository

幼児期におけるリトミック活動の身体的影響について：３歳児の活動を中心に

メタデータ	言語: Japanese
	出版者:
	公開日: 2022-06-02
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 高牧, 恵里, 松井, いずみ, 荒金, 幸子
	メールアドレス:
	所属:
URL	https://mu.repo.nii.ac.jp/records/1851

幼児期におけるリトミック活動の身体的影響について
── 3歳児の活動を中心に ──

高牧 恵里
Musashino University Creating Happiness Incubation 研究員　武蔵野大学 教育学部 准教授

松井 いずみ
Musashino University Creating Happiness Incubation 客員研究員　明星大学 教育学部 特任准教授

荒金 幸子
Musashino University Creating Happiness Incubation 客員研究員
東京家政学院大学、上野学園大学短期大学部 等非常勤講師

要約

本研究では、3歳児のリトミック活動について、社会環境や発達の過程を意識した上で動きの視点から分析した。3歳児は基本的な動きが未熟な初期の段階から次第にコントロールできるようになっていき、想像力が目覚ましく発達する頃である。リトミック活動の中で子どもたちの想像力に音楽を添えることにより、日常の動きに変化を加えた体の使い方を自然に引き出すことができ、更に複雑な動きを誘発させることが確認できた。音（音楽）は子どもたち一人ひとりの持つ心の内の自然界に入り込み、心に語りかけ、五感に刺激を与える。刺激はイメージを膨らませると共に、想像力を高め豊かな心の芽を育てていくことができると言えるだろう。

1．はじめに

今回の活動の対象となった3歳児は、生まれて物心がついた時には既に大人たちと共に自粛生活を送っている。厚生労働省は「公園はすいた時間、場所を選ぶ」「買い物は計画を立てて素早く済ます」「展示品への接触は控えめに」「食事は料理に集中、おしゃべりは控えめに」「対面ではなく横並びで座ろう」など、新しい生活様式への移行[1]を呼びかけている。混みあっている児童館や室内遊戯場で多くの子どもたちと触れ合って遊ぶという経験は難しいだろう。

対象児らの保護者アンケートでは、コロナ禍で「親子で友人宅へ遊びに行くことが無くなった」「スーパーに歩いて連れて行くことが無くなった」「電車に乗っての移動が無くなった」「公園の遊具やアスレチックで遊ぶ機会が減った」「市民プールに行くのをやめた」という回答があった。また、幼稚園・保育園の園長や保育者らと情報を共有する協議会では、ある園長が、コロナ禍において一番変わったことは、とにかく園庭にいる時間が増えたことだと発言していた。

そのような中、感染状況が比較的落ち着いていた９月にＡ幼稚園にてリトミック活動をさせていただけることになった。大人たちはみなマスクを着用し、広い室内で窓を全て解放するなどの感染症対策をしながら活動を実現することができた。実践者は対象児らと初対面である上にマスクをしていることでコミュニケーションを取りづらかったが、言葉かけは最低限に留め、音楽を介して子どもたちと感性を共有するよう努めた。子どもたちの想像力に音楽を添えることで、日常の動きに変化を加えた体の使い方を自然に引き出すことができるのではないだろうか。本稿では、リトミック活動において子どもたちの感性と音楽が融合した時、思うままに体を動かせるようになってきた年齢の子どもたちが、どのように体を使い動くのか検証し分析していく。

２．これまでの研究

前回の研究では、４歳児のリトミック活動を動きの視点から分析した。文部科学省の幼児期運動指針策定委員会(平成 24 年３月)による「幼児期運動指針」を基に、子どもたちの動きを分析したところ、幼児期の運動の意義である「体力・運動能力の向上」「健康的な体の育成」「意欲的な心の育成」「社会適応力の発達」「認知的能力の発達」、そして運動の行い方である「多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れること」「楽しく体を動かす時間を確保すること」「発達の特性に応じた遊びを提供すること」それぞれに合致しているということがわかった。[2]

３．本研究の目的

前回の研究をふまえ、本稿では、基本的な動きが未熟な初期の段階から次第

にコントロールできるようになっていく３歳児に焦点を当て、子どもたちの日常の環境を踏まえながら動きの分析を行う。

４．研究の方法

2021 年９月にＡ大学附属幼稚園の年少組１５人の園児と行なった活動を複数の機器で撮影し、映像と写真を基に動きの分析と考察を行なった。活動の際には、担任を含む保育者３名に同席していただき、普段の子どもたちの様子と照らし合わせコメントをいただいた。また事前に、保育者らに普段の保育や音楽活動についてアンケートを行い、保護者に対しては子どもたちの日常の家庭での過ごし方についてアンケートを行なった。なお、撮影に関する主旨を説明した上で、園と保護者の同意を得ている。

５．対象児らの普段の保育の様子

子どもたちは普段の保育において、「むすんでひらいて」「げんこつやまのたぬきさん」「とんとんとんとんとんひげじいさん」などの手遊びをしたり、「ひらいたひらいた」「なべなべ」「ディズニー体操」「たけのこ体操」などの曲で、歌や音楽に合わせて体を動かして遊んでいる。また、バケツに落ちる雨粒の音を聴いて「あまだれぽったん」を歌ったり、カラーセロファンを使った「とんぼのめがね」の製作をしてそこから見える世界を楽しんだり、「こおろぎ」を歌いながら実際にコオロギを探しに行くなど、季節の歌から実際に自然を感じたり、日常への広がりを持たせたりしている。このように、子どもたちは普段から音楽体験の多い環境の中で過ごしている。

６．リトミック活動における動きの視点による分析

子どもたちは全員、裸足になってから活動を始めた。活動の内容は、子どもたちの日常の動きに変化を加えたものや、発達の特性に応じた遊びを意識し計画した。なお、「保育者のコメント」は、普段の子どもたちの様子を知る保育者らが、当日の子どもたちの活動の様子を観察し、コメントを寄せてくださったものを要約し記載する。

（1）導入　歌「とんぼのめがね」

主な内容：心を開放し、情景等について会話をしながら初対面の実践者らと心を通わせ、歌うことを楽しむ。

活動内容と子どもたちの動きの分析

①実践者が「この曲知っていますか？」と問いかけ、ピアノを弾き始める。

・まずは、「なんだろう？」と興味を持ちながら音楽を聴く姿勢が見え、自然に歌い出す。

・メガネの色や情景をイメージしながら実践者と会話をしている。

・想像を広げながら発声をしている様子が伺える。

（2）即時反応　ステップ「散歩」

主な内容：歩く―四分音符、二分音符　/　後ろ歩き―二分音符　/
止まる―休止

リトミック的要素：音の強弱、音質、時価、リズム性、休止、メロディー[3]

主な動き：音楽をよく聴き、体全体をコントロールする。前に元気よく歩く。
前に静かにそっと歩く。後ろ向きにゆっくり歩く。静止する。

保育者のコメント

普段の保育では上履きを履いているので、裸足になることで床の温度や気持ちよさを感じ、気持ちを開放している様子だった。保育の中でリズム遊びを行っており、「止まる」活動は行なっている。「後ろ歩き」は、子どもたちがピアノをよく聴き、音楽に合わせて楽しんでいる姿が見られた。

活動内容と子どもたちの動きの分析

①実践者の掛け声に合わせ室内を回りながら前進する。

・声に合わせて足の裏全体で床を踏みしめている。

・ストップの声に合わせた「静止」は歩いている動作のままに片足を前に出した状態で動きを止める。

・実践者は腕振りと足でテンポを示したが、この段階で腕を振りながら歩く

子どもは少数であった。

②ピアノの即興演奏に合わせて歩く。静止する。

・繰り返すことで、静止の姿勢が一人ひとり変わりはじめる。

・ピアノ伴奏の四分音符よりも速く足を動かす子どもや、手を床につけて止まる子ども、両手を広げて止まる子どもがいる。

③後ろに歩く。（後退する。）

・足を踵からゆっくり運んでいる。

・後ろを振り向きながら確認する動きは見られなかった。

④前進、静止、後退をランダムに組み合わせる。

・静止の際にしゃがむ、寝転ぶ、足を大きく開くなど、動作が大きくなり、静止の姿勢に変化が増える。

・後退の際に後ろを振り向き、確認する様子が見え始める。

⑤実践者の「寝ている大きな犬を起こさないように」という声かけで、ゆっくり静かに歩く。

・あたりを見まわしたり、「どうする」と小声で話したりして不安そうにしている。

・低く弱い音に合わせ、腰を低くして歩く。

・膝をまげ、一歩一歩踏みしめ静かに進む。

・片足でバランスをとりながら足をそっと運ぶ。

・体を上下に揺らしながら、つま先から抜き足・差し足・忍び足のように歩く。

⑥実践者の「もう大丈夫」という言葉で、曲が明るくなる。

・表情も明るく動きが軽やかになる。

・自然と腕を振りリズムを取りながら歩く姿が増える。

・解放感から小走りで走り回る子どもがいる。

（３）表現活動「海」

主な内容：わらべうた「こまんか」の歌に合わせて波を模倣した動きをする。
歌の強弱に合わせ動きの大きさを変化させる。

リトミック的要素：音の強弱、時価、メロディー[4]

主な動き：下向きにした指を小さく横に振る。下向きにした手を横に振る。下向きにした腕を横に大きく振る 。体全体を下向きの弧を描くように大きく左右に動かす 。両腕を左右に振り上げ、体全体を使って大きくジャンプする。

保育者のコメント

体の各部分使って少しずつ変わる波の大きさを表現していた。友だちの真似をしながらやってみる子、自分なりの表現を楽しむ子など、様々な様子であった。大きな波を表現する際には、大きく体を使い、ジャンプをしてもっと大きい波を作ろうと考える様子も見られた。

活動内容と子どもたちの動きの分析

床に座り「海」について話し合う。子どもたちから「魚」「サメ」「恐竜」「ワニ」という海から連想させる言葉が次々と出始め、波のイメージが膨らむ。

①〈小さな波〉両手の人差し指を下に向け左右に動かす。

・「肘をまげ胸の前で動かす」「膝のあたりの低い位置で動かす。」「肘を軸として左右に動かす」など様々な小波を表現し始める。

②〈少し大きな波〉手を広げて下に向け左右に動かす。

・「左右の揺れ幅を大きくする」「手の動きに合わせ左右に体を動かす」「肘を伸ばし左右に振る」など少し大きくなった波を表現している。

③〈大きな波〉腕全体を下に向け左右に動かす。

・手の動きに加え「体を左右動かす」「左右にねじる」「斜め上にねじり上げる」と様々な大きさの波を作り始める。

・手の上げ下げが加わり強弱を表現している。

④〈もっと大きな波〉自由隊形で立ち、体全体を使って波を表現する。

・「クルクルする」と言いクルクル自分で回る、上半身を使って強弱をつけねじる、両手を上げジャンプをする、両手を広げ左右倒れるように体を振る、頬を押さえ「わー」と大きな波を想像し歓声をあげるなど、波に対しての様々な表現や表情が見られる。

⑤〈一番大きな波〉実践者から子どもたちへ「どうすればいいかな？」と問いかける。

・膝を曲げ伸ばししながら大きく上にジャンプをする、左右に手を振りながらジャンプをする、クルクルと素早く回るなど、自分で思い思いの大きな波を表現している。

（４）表現活動「船」

主な内容：２人組で船を模倣した動きをする。ピアノの即興演奏をよく聴き、動きを変化させる。

リトミック的要素：音の強弱、音質、時価、リズム性、メロディー、フレージング[5]

主な動き：2 人組で向かい合って座り両手をつなぎ、腰を折って前後に揺れる。（大きく・小さく・速く・遅くなど）2 人組で背中合わせに座り腕を組み、腰を折って前後に揺れる。（大きく・小さく・速く・遅くなど）

保育者のコメント

２人組で向かい合って作る船の動きは久しぶりであったため、子どもたちは嬉しそうだった。2 人組で背中合わせに座り前後に揺れる動きは、子どもたちにとって初めての取り組みであり、見えないけれど相手の存在を感じとり、背中をピタっとしながらも経験したことのない感覚を楽しんでいた。

活動内容と子どもたちの動きの分析

２人組で座り、向かい合って両手を取り合う。実践者が「船の真ん中にお客様を乗せますよ」と話し、つないだ手を伸ばし２人の間に空間を作ることを伝える。

①〈波に揺れる船〉

・音楽を聴きながら体を前後に揺らす。

・２人の間に空間があることで遊びの部分ができ、ゆったりと動かしている。

・互いに腕を曲げ伸ばししながら、相手に体をゆだねるようになってくる。

②〈大きな波に揺れる船〉

・体を後ろに大きく反らせながら前後に動かす。

・腕を素早く曲げ伸ばし、体を速くゆする。

③〈変化する波の大きさに合わせて揺れる船〉

・一瞬戸惑いながらも、つないだ両手を小刻みに揺らすなど動きを切り替えている。

背中を合わせ、互いの腕を組み、長座姿勢になる。

①〈波に揺れる船〉

・相手の背中を感じることができた喜びの声があがる。

・互いに相手の背中の動きに合わせ上半身を前後に揺らしている。

②〈大きな波に揺れる船〉

・足の力を使い、相手の背中の上に乗り上げるようにしている。

（5）スカーフを使った表現活動「海」

主な内容：スカーフを使用し、波や海のうねりを表現する。ピアノの即興演奏をよく聴き、動きを変化させる。

リトミック的要素：音の高低、音の強弱、時価、拍子、リズム性、フレージング[6]

主な動き：スカーフを片手に持ち、縦に４拍振り、上に大きく投げ、落ちてきたスカーフを受け止める。

保育者のコメント

子どもたちはこれまでスカーフを使用した活動を経験していないため、カラフルなスカーフを見て表情が明るくなる子や、興味津々でスカーフを受け取りに行く子がいた。リズムよくスカーフを振り、体のバネを使ってスカーフを上に投げていた。キャッチする際には、体を大きく開放し、ジャンプしたり両手を広げるなどして、どうにかスカーフをキャッチしようとする姿が見られた。

活動内容と子どもたちの動きの分析

リトミックスカーフを使用し、「こまんか」（(3) 表現活動「海」）で行なった動きを基に波を表現する。

①歌「こまんか」の歌に合わせてスカーフを左右に動かす。

・小さな波から大きな波に移る時、(3) の体験から自然に体を開放し、スカーフの自由な動かし方や使い方をする様子が見られる。

②〈大きな波〉スカーフを片手に持ち、縦に４拍振り、上に大きく投げ、落ちてくるスカーフをキャッチする。みんなで「１，２，３，４」と声を揃えて投げ上げるタイミングを合わせる。

・カウントにしっかり合わせてスカーフ上下に動かしている。

・カウント時にはスカーフを上下に強く動かし、反動をつけ、できるだけ高く投げ、スカーフが空中に留まる時間を長くしようとしている。

・より大きな波を作るため、ジャンプを加えてスカーフを投げ上げキャッチしている。

③〈ゆったりとした大きな波〉

・自然と左右に体重をかけながらスカーフを左右に大きく揺らし、気持ちを落ち着かせている。

・両手でスカーフを大きく広げて握り持ち、上げ下げしている子どもがいる。スカーフをうねらせ、クロス方向に動かす工夫も見られる。

（６）スカーフを使った表現活動「散歩」

主な内容：子どもたちは各々スカーフを持ち、音楽に合わせて振りながら歩いたり、頭上に虹を作ったりする。ピアノの即興演奏をよく聴き動きを変化させる。

リトミック的要素：音の高低、音の強弱、音質、時価、リズム性、休止、メロディー、フレージング[7]

主な動き：（２）（即時反応　ステップ「散歩」）で行った、「歩く」「後ろ歩き」「止まる」の動きにスカーフの動きを連動させる。虹を作る際には、頭上で上向きの弧を描くように左右に大きく揺らす。

保育者のコメント

実践者の「散歩しましょう」や「虹を作りましょう」の言葉がけと音楽が、それをイメージしやすく、子どもたち一人ひとりが自分の中の虹のイメージを膨らませ、表現することを楽しんでいた。

活動内容と子どもたちの動きの分析

スカーフを持ちながら歩く。

①音楽に合わせてスカーフを上下に振りながら歩く。

・スカーフを短めに持ち音に合わせて動かす。しっかり拍を刻んでいる。

②虹をつくる。

・スカーフの隅を持ち、左右に大きく揺れながら虹を示す半円形を頭上に描いている。

③後ろに歩く。（後退する。）

・後ろにゆっくり歩行しながらスカーフを上手にコントロールし、腕を動かしている。

④静止する。

・スカーフの動きも止めようと素早く腕の動きを止めている。

・前進、静止、後退、虹の動きをランダムに組み合わせる。

・音に集中し予測しようとしている。

・音の長短による動きの変化を楽しんでいる。

（７）スカーフを使った表現活動「お花」

(a)わらべうた「ひらいたひらいた」を歌いながら。

主な内容：歌に合わせて手でお花を作る。/　スカーフを使用し、手の中にお花を作る。

リトミック的要素：メロディー[8]

主な動き：閉じた両手をそっと広げる。/　スカーフを両手の中にまるめ、徐々に広げていく。

(b)ピアノの即興演奏を聴きながら。

主な内容：スカーフを使用し、ピアノの音楽に合わせて小さい花を作る。/
大きい花を作る。/　一番きれいな花を作る。

リトミック的要素：音の強弱、音質、時価、メロディー[9]

主な動き：スカーフを両手の中にまるめ、徐々に広げていく。

保育者のコメント

子どもたちは落ち着いて座り、両手で花のつぼみを作っていた。静かに音楽を感じ取り、心を落ち着かせて取り組んでいた。スカーフの素材が良く、手を広げるとフワっとふくらみ、子どもの表情の変化を読み取ることができた。

活動内容と子どもたちの動きの分析

集合して座る。

①実践者に「お尻の下にスカーフを隠そう」と言われ、面白そうにお尻の下に隠す。

②両手で花を作り「ひらいたひらいた」をみんなで歌う。

・開いた～つぼんだ、つぼんだ～開いたという歌詞に合わせ、手で作った花の開閉を楽しんでいる。

・つぼんだ状態から開くことへの嬉しさが表情から読み取れる。

③スカーフを使って花を咲かせる。

・スカーフで花のつぼみを作るために、指を動かし手の中に小さく丸めこむ。

・花を開く時には指をそっと開き咲かせる。

④〈小さな花〉

・肩をすぼめて、手の中からスカーフを少しだけ出す。

⑤〈大きな花〉

・目を大きく開き、スカーフを手の中から出し大きく広げる。

⑥〈一番きれいな花〉

・大切なものを扱うように優しくスカーフを広げる過程を楽しんでいる。

（８）スカーフ片付け

主な内容：60cm 四方のシフォンスカーフを床に広げ、５回ほど折ってたたむ。

主な動き：両手を広げてスカーフの１辺を持ち、床に広げる。体全体を使ってたたんでいく。

活動内容と子どもたちの動きの分析

①スカーフを広げた状態で床に置く。

・実践者がスカーフを床に広げるのを見て、子どもたちが自然に集まってくる。
・たたまれていくスカーフの状態に興味を持って見ている。
・体全体を使って床にスカーフを広げる。「できた」と声をあげる子どもや、広げることが難しいと伝える子どもがいる。子ども同士で手伝う姿が見られる。
・スカーフの角と角をしっかり合わせようとしている。
・片付ける袋の中に奥まで入れきちんと収めようとする。

７．考察

（１）導入　歌「とんぼのめがね」

子どもたちは会場に到着すると、何をするのだろうと興味を持っている様子だった。実践者が「おはようございます」と挨拶をすると、子どもたちも同じ声のトーンの適度な声量で挨拶をしていた。

慣れない場所での活動が始まるため、普段から親しんでいる「とんぼのめがね」を歌うことで、子どもたちの心を開放し、安心感を持たせ、初対面である実践者との距離を縮めた。また、子どもたちと実践者がトンボのメガネの色や情景について会話をすることで子どもたちの想像力を刺激し、その後の想像力をふんだんに使う活動へとつなげることができたと言える。

（２）即時反応　ステップ「散歩」

最初にこの活動をすることにより、音楽に耳を傾け、足の使い方や、歩くテ

ンポ、歩幅、力の入れ方・抜き方などの体の使い方を身につけながら、感じたことを動きにすることに徐々に慣れていく様子が見られた。

（３）表現活動「海」

小さい波から徐々に大きな波をつくることで、波のイメージが膨らみ、そのイメージに合う動きを個々で楽しむ様子が見られた。大きくゆっくりと体を使うダイナミックな動きは、子どもたちの想像力に音楽を添えることで、日常の動きに変化を加えた体の使い方を自然に引き出すことができたと言えるのではないだろうか。また、素早くクルクル回り、目が回ることを楽しむ子どもの姿もあった。これはロジェ・カイヨワ（Roger Caillois,1913-1978）が唱えた遊びの要素「イリンクス」[10]であると言える。保育の環境において安全性を重視した上でイリンクスの要素を含む活動を計画することは難しく、工夫を必要とするが、音楽があることによりリトミック活動の中で経験することが可能である。[11]

（４）表現活動「船」

向かい合う活動の際には自分と違う力が加わるため、相手を見ながら力の加減をして強弱をつけ、互いの気持ちのやりとりをする姿が見られた。

背中合わせの活動の際には、互いを見ず、背中で相手のぬくもりや感触を感じながらの動きのやり取りをすることで、普段ではあまり体験しない自分の背中の感覚に面白味を感じている様子であった。

（５）スカーフを使った表現活動「海」

ゆっくりした動きに加え、タイミングを合わせるために音楽をよく聴き、感じる必要がある。リトミック活動では、ジャンプするために、呼吸を合わせ、力をため込むアナクルーシス（拍頭の前の準備）や、タイミングをコントロールする瞬間を感じることが重要である。

また、（３）で体験した「こまんか」での体の動かし方や使い方に対してスカーフを用いることで、「波」の動きの変化が見えやすくなる。そのため、上

下・左右・斜めにと動かす工夫も豊かになり体を隅々まで使っていく様子が見られた。

（６）スカーフを使った表現活動「散歩」

歩く～静止は（2）の活動時と同じ内容であるが、スカーフを持つことで「動き」にひと味が加わり、型にはまらない動きがうまれ、各々が自分の思いのままに体を動かし表現していた。足の使い方や、歩くテンポ、歩幅、力の入れ方・抜き方など、体の使い方のバリエーションも増えている様子が見られた。

（７）スカーフを使った表現活動「お花」

大きなはずのスカーフが自分の小さな手の中に収まり、つぼみとなり、徐々に指を開くことで花を咲かせる過程を楽しんでいた。そして花を咲かせる時には、指使いや肩のすくめ方などから、花が咲く愛おしさを感じている様子が伝わってきた。

実践者はピアノ即興演奏の音列を変えず、〈小さな花〉の際には高音域で速めに弾き、〈大きな花〉の際には低めの音域でゆったりと弾いている。〈一番きれいな花〉に定義はないが中音域で丁寧に弾いている。子どもたちが自分の手の中のスカーフを見つめながら丁寧に手を広げている様子から、それぞれが感性豊かに音楽を感じ取り、想像を伴いながら自分なりに表現していることがわかる。

（８）スカーフ片付け

スカーフが大きくて扱いにくいため、３歳児には特に、床に広げるところと、最初に折りたたむところが難しいだろう。子どもたちがスカーフを丁寧にたたむ姿勢からは、スカーフで思う存分体を動かした満足感や、みんなと一緒に楽しめた充実感などから、スカーフを大切に思う気持ちが込められているように見受けられた。

今回使用したカラフルなシフォン素材のスカーフは、子どもたちの想像を更に膨らませることができると考えられる。自分の好きな色を選んだ子どもたち

は、柔らかい素材の感触を楽しんだり、早速広げスカーフを自由に振ってみたり大きく広げるなどして、素材の透け具合を楽しんでいた。中には海の中のクラゲや、飛んでいる蝶をイメージする子どももおり、その子どもたちが日ごろの生活の中で知った生き物などとイメージが結びついている様子であった。子どもたちが、感じたものをスカーフの動きに投影することで、その“感じたこと”を子どもたち自身も客観的に見ることができる。そして、スカーフが描く曲線やスカーフの情緒的な動きは、リトミック活動に深みを持たせると言えるだろう。

実践者らは、子どもたちが日常の動きに変化を加えた体の使い方を意識した活動計画をした。結果として、特に「後ろ向きにゆっくり（二分音符で）歩く動き」「膝をまげ、一歩一歩踏みしめ静かに進む動き」「指や手、腕を下向きにして左右に振る動き」「全身を使って両腕を斜め上にねじり上げる動き」「2 人組で座り、向かい合って両手を取り、相手の力を感じながら引き合う動き」「背中を合わせ互いの腕を組み、長座姿勢になり、背中に相手の力を感じ押し合う動き」「持っているスカーフの動きを止めようとする動き」などは、実践者らの予想以上の動きの幅が見られた。リトミック創始者の Émile Jaques-Dalcroze（1865―1950）は、「感受性は、感覚に直結している、音楽的感受性に富むとは、音高のニュアンスばかりでなく、強弱の勢いや動きの様々な速度のニュアンスも感知しうるということである。これらのニュアンスは、耳によってだけでなく、筋肉の感覚によって感知されるのである。」[12] と述べている。子どもたちの想像力に音楽を添えることで、日常の動きに変化を加えた体の使い方を自然に引き出すことができ、より複雑な動きがうまれたと言えるだろう。

新型コロナウイルスに伴う外出制限のある生活は、子どもたちの五感を刺激し感性を豊かにする経験を少なくするのではないだろうか。そのような状況下でも子どもたちの心身の発達は著しい。しかし、制限のある活動においては目新しさや独自性が薄れ、成長しようとする芽への必要な栄養である「感じること」が不足するのではないかと考える。リトミック活動は、子どもたち一人ひとりが持つ心の内の自然界に入り込み、音（音楽）によって心に語りかけ五感

に刺激を与える。刺激はイメージを膨らませ、更に想像力を高め豊かな心の芽を育てていく。

感じたこと、考えたことを自分なりに表現し、他者と共有することや人との関わり方を築くことは、子どもたちの自己肯定感を高め、しあわせな未来につながるのではないかと考える。

８．終わりに

活動全体を通して同席した保育者からは、後日、以下のようなコメントをいただいた。

・歌や音楽、物（スカーフ）を使っての表現遊びは初めてだったと思います。先生（実践者）の提案に、始めは戸惑い、動きに迷いも見られた子どもたちでしたが、だんだんと自分らしく動けるようになり、後半には友だちと関わりながら楽しむ姿があり、子どもたちの心が動いていく様子が見られました。そして、集団に入らず屋の隅にじっとしていた男児にも、時間が経つにつれ心の動きが見られました。仲間から離れてはいたものの心はみんなと一緒だったようで、視線は友だちの動きに釘付けで、終わりの方では立ち上がり同じ動きをしようとしていました。

・普段は、集中することがまだ難しい子どもたちですが、今回のリトミック活動にはとても集中していたので驚きました。海の表現は、活動後の保育の中でも引き続き行っています。スカーフは、普段手にすることが無かったため興味津々でした。子どもたちは、次は先生（実践者）がどんな歌を歌ってくれるのだろう？と目をキラキラさせていたのが印象的でした。

本稿では、想像力が目覚ましく発達し、基本的な動きが次第にコントロールできるようになっていく３歳児に焦点を当て動きの分析を行った。今後は、さまざまな分野への好奇心がうまれ、社会性を身に付け、友だちとの関係の中で複雑な動きを楽しむことができる５～６歳児に目を向け研究を深めていきたいと考える。

謝辞

本論文は、2021 年度しあわせ研究費（研究テーマ：子どものリトミックを通しての表現活動に関する研究）の助成を受けたものです。

この研究を行なうにあたって、武蔵野大学附属幼稚園の先生方に研究の趣旨をご理解いただき、年少クラスの園児さんにご協力いただきました。

ここに深く御礼申し上げます。

引用・参考文献

1. 新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」の実践例を公表しました　厚生労働省（mhlw.go.jp）　（2022 年 2 月取得）
2. 高牧恵里,松井いずみ,荒金幸子（2021）「幼児期におけるリトミック活動の身体的影響について―４歳児の活動を中心に―」武蔵野大学しあわせ研究所紀要第 4 号,pp.75-87
3. 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(2003)『リズムと音楽と教育』全音楽譜出版社,pp.185-186
4. 同上書,pp.185-186
5. 同上書,pp.185-186
6. 同上書,pp.185-186
7. 同上書,pp.185-186
8. 同上書,pp.185-186
9. 同上書,pp.185-186
10. ロジェ・カイヨワ著,多田道太郎・塚崎幹夫訳(1990)『遊びと人間』講談社学術文庫,p.44
11. 高牧恵里,松井いずみ（2020）「遊びとしてのリトミック活動に関する研究―カイヨワの遊びの要素イリンクスを踏まえて―」武蔵野大学しあわせ研究所紀要第 3 号,pp.104-116
12. エミール・ジャック=ダルクローズ,前掲書,p.61