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：5歳児の活動を中心に

メタデータ	言語: ja 出版者: 武蔵野大学しあわせ研究所 公開日: 2023-08-21 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/2000013

【総説】

幼児期におけるリトミック活動の身体的影響について
―5歳児の活動を中心に―

高牧　恵里（武蔵野大学 教育学部 准教授）
松井　いずみ（明星大学 教育学部 特任准教授）
荒金　幸子（東京家政学院大学、上野学園大学短期大学部 非常勤講師）

要約
本研究では、5歳児のリトミック活動について動きの分析を行なった。子どもたちの様子からは、友達との相互作用で生まれる動きの表現を楽しむ中で、それぞれの感性と表現が異なることに気付き、互いに認め合う姿や、言葉での伝え合いに加えて、各々の思いを動きにしながら調節し合うといった思考力の芽生えにつながる様子が見られた。
また、本活動では友達との引き合い、押し合いなどのシーンで力の加減を試しているような様子が多く見られた。このような経験を重ねることで、子どもたちは力の加減を知り、やがては相手を感じて思う気持ちや優しさにつながっていくと言えるだろう。
リトミックは、ルールを守り、相手を思いやるなどの社会性へとつながる部分と、のびのびと自己を表現することが可能な部分の両方を併せ持つ。リトミックで音楽と共に体を動かすことを通して、生涯にわたって心身ともに健康的に生きるための基盤を培うことが可能であると言える。

１．はじめに

現在、幼児教育と小学校教育の架け橋プログラムの開発が進められている。「幼保小の架け橋プログラム」は、子どもに関わる大人が立場を越えて連携し、５歳児から小学校１年生の架け橋期にふさわしい主体的・対話的で深い学びの実現を図り、一人一人の多様性に配慮した上で全ての子どもに学びや生活の基盤を育むことを目指すものである。[1] 幼児期から小学校期にかけて円滑に接続するためには、資質・能力の３つの柱「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」が育っていくことが大切であり、その具体的な様子として「幼児期の終わりまでに育ってほしい１０の姿」が示されている。１０の姿の中の「協同性」については「５領域すべてに関わ

っていますが、その中でも特に『人間関係』に関わる子どもの育ちであると言えます。『人間関係』は、『自立心』を基盤としつつ、子どもが人と関わる力を、とりわけ子ども同士が遊ぶ過程で培い、『道徳性・規範意識の芽生え』をもたらし、『社会生活との関わり』にもつながっていくことが見て取れます。」[2]と述べられている。また、「思考力の芽生え」については「周囲の人と関わって遊ぶ中で、新しい考えやよりよい考えを生み出す」[3]とし、「豊かな感性と表現」については「友達と一緒に表現することを楽しむ中で、１人１人の感性と表現が異なることに幼児が気付き、互いに受け入れていく姿を大切にしたい」[4]と述べられている。「言葉による伝え合い」についても人間関係の中において育つものであり、それぞれの姿が相互に関わり合っていることがわかる。

本研究ではその架け橋期にあたる５歳児クラスの子どもたちとリトミック活動を行なった。５歳児は１０の姿にもあるように、仲間同士のつながりが深くなり、相手の立場に立って考えることができ、協調性が育つ時期である。そこで、今回のリトミック活動の内容として、これまでの３、４歳児の活動と同じ内容に加え、友達との関係の中で生まれる複合的な動きを意識した活動の計画を立てた。５歳児のリトミック活動を基にした先行研究の中で、本稿の「音楽から自然に生まれる動き」「友達との学び合いの中で生まれる動き」そして「友達との相互作用によって生まれる動き」に着目した研究は管見の限り見当たらない。

２．これまでの研究

前回の研究では、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身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。

３．本研究の目的

前回の研究をふまえ、本稿では、仲間同士のつながりが深くなり、相手の立場に立って考えることができ、協調性が育つ５歳児のリトミック活動を行い、「音楽から自然に生まれる動き」「友達との学び合いの中で生まれる動き」そ

して「友達との相互作用によって生まれる動き」の３つの視点から動きの分析を行う。

４．研究の方法

2022 年９月にＡ大学附属幼稚園の年長組 23 名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。なお、今回の活動では、５歳児が自分のイメージや考えを言葉で伝えようとする場面が多く、実践者との会話も多かったため、「活動内容と子どもたちの動きの分析」には子どもたちの動きに加え、言葉での主な表現も記録する。また、本活動の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．リトミック活動における動きの視点による分析

子どもたちは会場に着いて裸足になると、解放感を楽しむようにして力強く足音を立てながら走り始めた。最初は自由に走っていた子どもたちだが、次第にほどよい距離を保ちながら同じ方向に走るようになり、徐々に過剰な力みや動きが減り友達と協調し互いに影響し合っていく様子に相互作用的な姿が見られた。

（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番を歌った後、とんぼのめがねの色とその理由を会話しながら２番、３番を歌った。３番を歌った後、実践者が「他の色のめがねを歌おう」と提案すると、子どもたちから「雲の中を飛んだからグレーのめがね」「ガラスを見たから透明のめがね」「怒っているから黒色めがね」「悲しい気持ちだから青色めがね（短調）」「虹の中を飛んだからレインボーのめがね」という声があがり全員で歌った。実践者が「トンボの本当の目の色は何色だろう？」と言うと、子どもたちが『赤とか～』『黄色』『緑』『紫とか』『黒？』『黒はない』『オレ、お尻なら見たことあるよ』と口々に意見を延べ、今度良く見てみようと言って次の活動に移行した。

（２）即時反応　ステップ「散歩」
主な内容：歩く（前進）―四分音符、二分音符　/　後退―二分音符　/
　　静止―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[5]
主な動き：音楽をよく聴き、体全体をコントロールする。元気よく前に向かって歩く。静かにそっと歩く。ゆっくり後ろ向きで歩く。

活動内容と子どもたちの動きの分析

実践者が iPad で海・波の動画を見せると子どもたちは笑顔になり、『海知ってる！あの、クジラとか、大きな黒マグロとかいる！』『まっこうクジラもいるし、ダイオウイカもいる！』と発言があり、イメージを膨らませている様子だった。実践者が「お散歩の後、みんなでここに海を作ります」と伝えると、『やったー！』『よっしゃー！』と声があがり活動が始まった。

①歩く（前進）：四分音符
・床を蹴り上げ膝を直角に高く上げながら歩く。
・足の裏全体で床をとらえて歩く。
・腕を大きく振り、肘を振ることで拍をとる。
・仲間との間隔を適度にあけて動く。

②静止
・片足にしっかりと体重を乗せ、バランスをとって静止する。
・肩幅より広く足を広げ、動きを止める。
・再度歩き出す準備をしながら、集中して耳を澄ませる。
・周りを見て、友達が静止している様子を確認する。

③後退：二分音符
・歩幅を大きくゆっくりと歩く。
・歩幅を狭く、一歩ずつ足で後ろの安全を確認しながら歩く。
・自分自身が半回転し、前進で進んでいた方向へ後退する。
・横や後ろを良く見てぶつからないように確認する。
・腰を曲げた姿勢でお尻を後ろに出すようにして後退する。

④静かに歩く（大きな犬が寝ている）：二分音符（短調）

・音を立てないように、つま先を下に向けそっと足を運んでいく。
・抜き足、差し足、忍び足で進む。
・肩をすぼめながら体を小さくして歩く。
・口に両手を当て、背中を丸めて歩く。
・腕を前後に構え、背中を丸めて小走りする。
・両腕を横に開き、音を立てないように歩く。
・太腿を大きく引き上げ、体を前後に揺らしながら歩く。
・友達と２人で手をつなぎ支え合うようにして歩く。

⑤再び歩く（前進）：四分音符

・解放されたように飛び跳ねながら歩く。
・『きゃあ』『あはは』と歓声があがる。
・スキップをする。

⑥大きく歩く：二分音符（低音・長調）

・空中で足を動かしながら、ゆっくりと足をおろす。
・上半身を前後に揺らしながら、全身の動作を大きくする。
・床に手をつき、手足を大きく使い開きながら歩く。

（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[6]

主な動き：１人で、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。下向きにした腕と体を横に大きく振る 。両腕を左右に振り上げ、体全体を使って大きくジャンプをする。
２人で向かい合い両手をつなぎ動きを創作する。
５人程度のグループで動きを創作する。

活動内容と子どもたちの動きの分析

【１人で】

①「こまんか」の歌に合わせ、座った状態で波を表現する。

〈小さい波〉両手の人差し指を下に向け左右に動かす。
・実践者を良く見て集中して模倣する。
・実践者の体の揺れを感じ取り、同じように自然に揺れる。
〈もっと小さい波〉両手の小指を下に向け左右に動かす。
・背中を丸め顔の前に両手の小指を出して、左右に動かす。
・座ったまま腰を小さく横に揺らす。
〈少し大きい波〉手を広げて下に向け左右に動かす。
・手首を曲げて動きをつける。
・手の動きと一緒に頭も横に動かす。
〈大きい波〉腕全体を下に向け左右に動かす。
・腕を大きく左右にねじりながら動かす。
・腕の動きに合わせ頭や腰を動かす。

②自由隊形で立ち、体全体を使って波を表現する。
〈もっと大きい波〉
・歌が始まる前から腕を高く上げて待つ。
・腕を脱力させた状態で、力強く左右に振る。
・両足に体重移動をしながら腕を振る。
・膝や腰を上下に動かす。
・その場で回りながら腕を振る。

③自由表現。実践者から子どもたちへ「もっと大きくするにはどうすればいいかな？」と問いかける。
〈一番大きい波〉
・ジャンプをしながら大きく腕を振る。
・できるだけ高くジャンプをしようと膝を使う。
・手のひらを広げ、５本の指を大きく開く。
・両腕を大きく回す。
・両腕をねじり上げる。
・走り出す。

【２人で】２人組で向かい合って両手をつなぐ。
すぐに２人組になる子どもや、希望する友達と２人組になれず下を向いてし

まう子ども、あちこち歩きながら相手を探す子どもなどがいる。

〈小さい波〉

・両手をつなぎ向かい合い、腕を小さく左右に揺らす。

・両手をつないだまま体全体を小さく左右に揺らす。

〈大きい波〉

・２人で呼吸を合わせながら、腕を動かす方向を同じにする。

・バランスをとりながら重心をかけていない方の足を上げる。

・左右交互に振り上げている手の方向に顔を向ける。

〈もっと大きい波〉

・両手をつないだまま飛び跳ねる。

・両腕の動きにねじりを加える。

・膝を深く曲げ、手を高くあげるためのエネルギーをためる。

【グループで】グループで動きの創作をする。

実践者が「５人くらいのグループを作ってください」と伝えると、子どもたちは移動しながら人数を数え、調整を始めた。

①どのように「波」を作るか相談する。

・座ったり立ったりしながら、『どうする』『こうやって』『こうだよ』『できた』と発言しながら動き相談をする。

・輪になり手をつなぎ、腕を振りながらジャンプをして表現する。

・輪になり手をつなぎ、横に手を引き合う。

・一列になり手をつなぎ、ジャンプをしながらつないだ手を大きく上下に振る。

・他のグループを見ながら動く。

・輪になり手をつなぎ、前後、左右に腕を振りながら動きやすさを互いに確認し動きを合わせていく。

②ピアノの伴奏に合わせて、グループで「波」を表現する。

〈小さい波〉

・輪になって手をつなぎ、背中を丸め、頭を垂れて、前後に小さく腕を振る。

・他のグループを見渡し確認をする。

〈大きい波〉

・手をつなぎ、輪をくずさないようにしながら大きく腕を振る。
・みんなでジャンプをしながら横に移動する。
・輪のまま手を離さず横に加速して回る。
・輪の中の１ヶ所の手が離れ、列になったまま回り、しっかり手を握る子どもや飛ばされそうになる子どもがいる。

実践者が「発表会をしますか？」と提案すると、子どもたちは拍手とバンザイをして『発表会やる！』と歓声をあげる。

③〈小さい波〉と〈大きい波〉をつなげて、発表し合う。

● 子どもたちの創作表現

・A グループ（男児４人）

準備：4 人で手をつなぎ円の中心を向く。

小さい波：つないだ手を左右に振り合う。それぞれが円の内側外側へと前後の動きを繰り返す。

大きい波：手をつないだまま腕を前後に振り、力加減を確認しながら手を引き合い、徐々に強くしていく。最後は引く力が強い子どもの方向に全員が引き寄せられる。

・B グループ（男児５人）

準備：5 人で手をつなぎ小さな円をつくる。

小さい波：歩幅を小さくし、右方向に小さく回る。仲間同士で様子を見ながらゆっくり横に歩く。

大きい波：ギャロップのようなジャンプをしながら、高低差をつけて右回りに回転する。

・C グループ（女児３人　男児１人）

準備：4 人で手を取り合いつなぎ方の確認をし、円の中心を向く。

小さい波：うつむいた状態で小さく腕を左右に振る子どもや腰を小さく揺らす子どもなどさまざまな表現をする。

大きい波：一人が加速し、途中で一か所手が離れ大きく回り始める。他の一人が加速を止めるようにしてその場に留まり、留まった子どもを中心にコンパスで円を描くような状態で回る。

・D グループ（女児３人　男児２人）
準備：5 人の肩がふれあうくらい体を寄せた状態で円になる。
小さい波：手を円の中心に入れ、手先だけで小さな波をつくる。ますます円の中央に寄ろうとする。
大きい波：始めはそれぞれがエネルギーを違う方向に向け、左右前後に引っ張られる様子が見られたが、互いの目を見ながら広がり、１人が腰を低くして左回りに加速する。

・E グループ（女児５人）
準備：5 人で頭を下げ背中をまるめ肩を寄せ合い円になる。
小さい波：手をつなぎ動かすタイミングと小さく前後に振る加減を合わせている。
大きな波：手を離さずジャンプしながら広がり、両足で強く床を蹴り互いに高く跳び合う。しっかりしゃがみ込んだ姿勢から真上に飛び跳ね、高い位置で両膝を体の方に引き寄せる。

【全員で】
全員で輪になり、グループごとの表現が異なったところや、楽しそうに見えたところなどを確認し、模倣した。

（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。わらべうた「おふねがぎっちらこ」や、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、拍子、リズム性、メロディー、フレージング[7]
主な動き：2 人組で向かい合った状態または背中合わせの状態で、腰を曲げて前後に揺れる。（大きく・小さく・速く・遅くなど）
・「おふねがぎっちらこ」（２分の２拍子の動き）
・ピアノ伴奏（８分の６拍子の動き）

活動内容と子どもたちの動きの分析

【向かい合った状態で】

２人組で向かい合って座り両手をつなぎ、わらべうた「おふねがぎっちらこ」に合わせて前後に揺れる。途中、音楽がわらべうたからピアノ伴奏に変わると、子どもたちから『嵐になって！どんどん』『船が！』とリクエストがあった。

〈波に揺れる船〉

・両手を離さず腰を曲げて前後に体を動かし合う。

・膝を曲げた状態で座り、腕の力で相手を引き上げる。

〈小さい波に揺れる船〉

・握っている両手を小さく上下に動かす。

・相手の顔を見ながら握っている両手を少し引き合う。

・他の船の動きを見回す。

〈大きい波に揺れる船〉

・握っている両手を素早く引き合う。

・引き合うタイミングが合わず、両手をつないだまま横に倒れる。

・片手をつなぎ、もう片方の手を回すようにして激しさを表現する。

・背中が床に着くまで反らせる。

【背中合わせの状態で】

２人組で背中合わせに座り相手と腕を組み合い、腰を曲げて前後に揺れる。途中で、子どもたちから『おしくらまんじゅう』『トレーニング』という声があがった。

・音楽が鳴るまで、背中に相手の重みを感じ、それぞれ試しに動き始める。笑顔で『うは』『ひょひょ』『ほっ』と声が出る。

〈波に揺れる船〉

・相手の背の上に体重を乗せ合う。

・子どもたちは、両足を伸ばす、軽く膝を曲げる、あぐらをかく等さまざまな状態で船を作る。

・脚が床から離れる程相手に体重を乗せる。

〈大きい波に揺れる船〉ピアノ伴奏

・背中合わせで素早く押し合う。

・深く前傾し合い、音楽に合うように前後に揺れる。

・体を反り、相手の背中の上に全体重を乗せる。
・バランスが崩れ、脚をあげた状態で横に倒れる。
・音楽終了後も床に両手をつき背中を押し合い、余韻を楽しむ。

（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。わらべうた「こまんか」に合わせた動きや、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[8]

主な動き：わらべうた「こまんか」に合わせてスカーフを左右に揺らす。（２分の２拍子の動き）
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。（４分の４拍子の動き）

活動内容と子どもたちの動きの分析

① 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。

〈小さい波〉
・スカーフをよく見ながら左右に振る。
・歌に合うようにスカーフをなびかせる。

〈大きい波〉
・左右の足に体重移動しながら腕を伸ばしてスカーフを左右に振る。
・頭の上でスカーフを大きく回す。

〈もっと大きい波〉
・歌が始まる前から両足を広げスカーフを振り上げるためのエネルギーをためる。
・ジャンプをしながらスカーフを振り上げる。
・スカーフで下向きの弧を描き、続けて頭の上で上向きの弧を描く。

② １人で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。
・音楽に合わせタイミングよく投げ上げる。

・タイミングよく投げることに苦戦する。
・４拍目で膝を深く曲げ、投げる準備をする。

③ ２人組で向かい合いスカーフを片手に持ち、縦に４拍振り、斜め上に投げ合いスカーフを交換する。
・全体的に投げるタイミングを合わせていく。
・スカーフを交換する相手の顔を見る。
・スカーフを投げ、ジャンプして相手のスカーフを受け取る。
・足を前後に開き、相手にスカーフが届くよう前傾姿勢になる。
・相手のスカーフをキャッチしようと、４拍数え終わる前にスカーフを投げ上げる。
・タイミングを合わせるために、相手に声をかける。
・相手とスカーフの交換ができたことを飛び跳ねて喜ぶ。

活動はその後、各々がスカーフを持った即時反応をして終了した。５歳児は無駄な動きや過剰な動きが少なくなり、より基本的な動きが上手になり、友達と共通のイメージをもって遊ぶことができるようになる頃である。[9] 子どもたちはスカーフを上下に振りながら跳ねるようにして歩いたり、スカーフを広げてかぶり透けて見える色の世界を楽しみながらゆっくり歩いたり、音に合わせて自由に振り回したりしながら、音楽と表現を楽しんでいた。

７．考察

（１）導入　歌「とんぼのめがね」

事前に担任の先生に「普段の保育で歌っている歌」を伺ったところ、この「とんぼのめがね」との返答をいただいた。子どもたちは自信を持って歌い始め、とんぼのめがねの色とその理由を実践者と会話をしながら３番まで歌った。実践者が他の色のめがねを歌おうと提案すると、子どもたちはイメージを膨らませ次々と発言し、友達の発言中にはそれぞれ耳を傾け、納得している様子や共感している様子、自分の意見を述べる様子を見せるなど、言葉を介した相互的な関わりが見られた。また、実践者の「トンボの本当の目の色は何色だろう？」という質問に対しては、これまで子どもたちが自然と関わってきた体験が生かされる発言や、探求心につながる姿勢が見られた。

（２）即時反応　ステップ「散歩」

実践者が海の映像を見せると、海の生き物に詳しい子どもが発言し、クラス全体にイメージが広がっている様子だった。音楽に合わせて歩く際には、仲間との間隔が自然と適度にあいていたり、時々周りを見渡し、他の人がどのような動きをしているか確認をしたり、怖い雰囲気の音楽の時には友達と自然と手を取り合ったりするなど、相互的な動きや学び合いの様子が見られた。また、静止の際には、友達がどのような姿で静止しているのか確認すると同時に、再度音楽が流れて動き出すタイミングを予測するようにしながら、聞くことに集中している様子であった。更に、「大きな犬を起こさないように」そっと歩く音楽の後に明るい音楽に変わった時には、解放されたように歓声があがったり、跳ねるようにして歩いている様子から、しっかりと想像を膨らませて活動していることがわかる。

（３）表現活動「海」

座った状態で指を動かし、わらべうた「こまんか」を歌う際には、実践者の細かな指の動きの違いをよく見て模倣し、音楽を感じ取ることで実践者と同じ体の揺れが生まれていた。表現する波を次第に大きくしていくと、子どもから「立つ」という発言があり、意欲的に表現しようとしていることがわかった。

２人組で波を表現する時には特に事前の打ち合わせ等は無く、子ども同士で動きながらお互いに表現方法を探り合っており、膝や腕、目線などそれぞれの組に違った動きが見られた。更に５人程度のグループになると、それぞれがジャンプをする、全員で加速して回るなど、グループごとの表現方法の違いは大きくなった。

実践者が発表会を提案すると、バンザイをして喜んだ様子や、「次発表したい！」と自ら手を挙げた様子からは、仲間との表現を楽しんでいることが伝わる。発表は全員が興味を持って見ており、迫力のある表現に歓声や拍手が生まれたが、他のグループの表現を真似るグループは無く、それぞれがオリジナリティーを持って表現しようとする意志が感じられた。

発表後には全員で輪になり、グループごとの表現が異なったところや、楽しそうに見えたところなどを模倣した。友達と一緒に表現することを楽しむ中で、それぞれの感性と表現が異なることに気付き、互いに認め合う姿が見られた。

（４）表現活動「船」

ここでもやはり、子ども同士が動きながらお互いに探り合ってコミュニケーションをとりながら動きを生み出している様子が見られた。向かい合った姿勢で波に揺れる船の動きを表現する際には、背中が床に着くまで反らせ動きの幅の大きさで表現をするグループや、つないだ手を引き合う速さを変えることで船の揺れ方を表現するグループ、片手をつなぎ離れている方の手の動きで揺れを表現するグループがあるなど、それぞれに違う表現が生まれていた。また、腕の力で相手を自分の上に引き上げようとして、動きの意思表示をする姿も見られた。

背中合わせの時には、これまでの４歳児、３歳児の活動の際と同じように、子どもたちは背中に相手の存在や温もりを感じることを楽しんでいる様子で、音楽が流れる前から動き出していた。波に揺れる船を表現する際には、相手の背の上に体重を乗せ、脚が床から離れるほど相手に体重を預ける姿があり、相手を信用している様子が伺えた。音楽が止まった後にも、背中の感覚を楽しむようにして、しばらく止まらずに揺れている様子が散見された。

（５）スカーフを使った表現活動「海」

（３）「こまんか」での動きを基に、スカーフを使用して波を表現した。スカーフはカラフルなシフォン素材でできており柔らかな動きをするため、子どもたちの想像力を膨らませ、表現の幅を広げることが可能である。子どもたちは、左右の足に重心を移動させる、頭の上まで腕を動かしスカーフを回すなど、全身を使い、穏やかになびくスカーフの動きを楽しんでいた。〈もっと大きい波〉を表現する際には、ジャンプを加える、手を上に伸ばし高いところでスカーフをなびかせるなど、表現をするための動きに更なる工夫が見られた。

スカーフを投げ上げて波を表現する際には、音楽に合わせてタイミングよく投げるために、その前の拍の準備（アナクルーシス）が大切である。スカーフは投げ上げる際にエネルギーを必要とするため、子どもたちは自然と膝を曲げ、腰を落としてから上に投げていた。

２人組でスカーフを投げ合い交換する際には、更に音楽に合わせ、相手と同じタイミングで投げ合うことや、相手が取りやすいように斜め上に投げる必要がある。スカーフが思うように飛ばないため足を前後に開き、相手にスカーフが届くよう前傾姿勢になる、相手の顔を見ながらコミュニケーションをとる、全身をコントロールして投げ上げるなどの様子が見られた。また、自分のスカ

ーフを投げ上げた後すぐに相手のスカーフを受け取るため、複数の動きを中断することなく連続的に行なうこと[10]ができていた。

今回の研究では５歳児を対象にし、これまでの３、４歳児の活動と同じ動きをする活動に加え、友達との関係の中で生まれる複合的な動きを意識した活動計画を立て、リトミック活動を行なった。活動中は言葉での伝え合いが多くみられたため、文中には子どもたちの発言もなるべく記載した。グループで音楽に合わせた「波」を表現する際には、『どうする』『こうやって』『こうだよ』と相談し合う姿や、手をつないだまま各々の思いを動きにしながら互いに調節し合う姿からは思考力の芽生えにつながる様子が見られた。２人で背中合わせになり船の動きを表現する際には、背中に相手の重みを感じ取り合い、ゆったりとした音楽にタイミングを合わせる姿や、音楽の強さに合わせて前後に深く曲げ合う姿が見られ、友達との関係の中で相互に作用し合い、さまざまな動きが作られる過程を確認することができた。

また、本活動では全体的に友達との引き合い、押し合いなどのシーンで力の加減を試しているような様子が多く見られた。５人程度のグループで波を表現する際に歌った「こまんか」は、１０秒程度のわらべうたである。その１０秒間に強い引き合いや、つないだ手が離れるほど加速して力が加わることがあり、実践者たちを驚かせた。更に、向かい合わせに座った２人組が揺れる船を表現する際には、腕の力で相手を自分の胸の上まで引き上げようとする姿が見られ、背中合わせの姿勢で船を表現する際には、相手の背中に体重をかけすぎ、バランスが崩れて脚をあげた状態で横に倒れ笑い合っている様子が見られた。このような経験を重ねることで、子どもたちは力の加減を知り、やがては相手を感じて思う気持ちや優しさにつながっていくと言えるのではないだろうか。

本活動を行なった子どもたちは日頃から年長としての自覚を持ち、しっかりとルールを守ることができる社会性を持った子どもたちだと伺っている。その子どもたちが、今回の会場となった広い教室に入り裸足になると、その解放感を楽しむようにして力強く足音を立てながら走り始めた。その姿もまた自然な姿であろう。

リトミックは、ルールを守り、相手を思いやるなどの社会性へとつながる部分と、のびのびと自己を表現することが可能な部分の両方を併せ持つ。リトミックで音楽と共に体を動かすことを通して、生涯にわたって心身ともに健康的

に生きるための基盤を培うことが可能である。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

本稿では、さまざまな分野への好奇心が生まれ、社会性を身に付け、友達との関係の中で複雑な動きを楽しむことができる５歳児に焦点を当て動きの分析を行なった。今後は、歩く、走る、跳ぶなどの運動機能が発達し始め、動きの模倣を楽しむようになる２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、2022 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、年長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] 文部科学省「幼保小の架け橋プログラムの実施に向けての手引き（初版）」
[2] 無藤隆編著『幼児期の終わりまでに育ってほしい 10 の姿』,東洋館出版社,2018 年,p.42
[3] 同上書,p.49
[4] 同上書,p.57
[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(2003)『リズムと音楽と教育』全音楽譜出版社,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] 文部科学省「幼児期運動指針」
[10] 文部科学省「幼児期運動指針ガイドブック(9 分 3)」p.15