

第1節 感性教育のためのリズムカル・ムーブメント・プログラムに関する研究

新潟大学教育人間科学部 小林 日出至郎

1. はじめに

わが国は、機械化、自動化、都市化、情報化が進行し、便利で豊かな時代になっている。日常生活、職場、交通機関等における機械化や自動化は、人々の体力、協力、自然への依存を減少し、労働や生活を容易にしている。また、都市化や情報化は、人々の欲求を満足させるもの、条件、場や環境等を提供し、便利で快適な暮らしを私たちにもたらしている。

しかし、このような豊かさと逆行して、人々における倫理の荒廃が深刻な課題となってきている。「生きる力」の教育において、問題解決能力の育成と共に、「豊かな人間性」の向上が強調される背景にもこの課題がある。自己における精神的安定、他者への思いやり、動植物への配慮、自然との調和、共存共栄等に関する人間的価値の維持充実のために、また、わが国における急激な犯罪率の増加、学校教育におけるいじめや暴力の深刻化、自然環境汚染等の課題解決のために感性教育は重要である。

このような感性教育にリズムカル・ムーブメント・プログラムは貢献する可能性がある。リズムカルな身体運動は、人間における心身の一体感、他者との協調、自然なリズムとの響応等を人々が感ずる機会となっている。「運動中、自分ばかりで全体で動いている」「運動中の自分の動きは、生き生きとして感じる」「運動中の自分の動きには、自分らしさが出ている」等の自己感覚、「仲間の動きの中に、その人らしさを見つることができる」「仲間の動きの中に、動きのリズムを感じるができる」「仲間の動きの中に、生き生きした動きを見つることができる」等の他者感覚、「音楽を使って運動すると、自分が仲間と一体となって動いていると感ずる」「音楽を使って運動すると、音楽に自分の動きがぴったり合っていると感ずる」等のリズム感覚、このような感覚が、リズムカル・ムーブメント・プログラムによって育まれる可能性がある¹⁾。

本論考の目的は、体育・スポーツ教育におけるリズムカル・ムーブメントによる感性教育を把握し、その基本的原則を探究し、感性教育のためのリズムカル・ムーブメント・プログラムとは何であるのかということをはっきりとすることである。

2. 体育・スポーツ教育における感性教育

陸上運動、水中運動、対人競技、ボールゲーム、野外活動等の様々な身体運動は、人間の生命の基盤である健康や体力の保持増進に貢献すると共に、感性教育とも連動している。特に、身体的成長期における運動は、自己の身体感覚、事物の感覚、他者や自然との関係理解に重要な影響を与える。走・跳・投の運動、プールにおける水泳等は、自己の身体感覚を発達させ、技能向上をもたらす。対人競技やボールゲームはこれらに加えて、他者との関わり方や思いやりを学ぶ重要な機会となっている。また、自然の中における活動は、心身をリフレッシュし、動植物との出会いや自然に関わる感性の向上に結びついている。

本研究における身体運動による感性教育は、ホリスティック教育の立場から理解される²⁾。この立場における「感性」は「いのちとのつながり感覚」として把握される。この感覚は、視覚、聴覚、触覚、味覚、臭覚、及び我々自身の身体内を感ずることが可能な内部感覚である。私たちはこのような身体感覚によって外界の事物や事象と関係する。また、内部感覚によって私たち自身の感情や身体状況と関わっている。いま、ここを生きている個人は、誕生から様々な体験・経験により自己が形成されている。その個としての「私」³⁾は、私自身、事物、他者、動植物、外界等と身体感覚によって身体内世界と関わり、その関わりによって生きている。また、その「私」が関わり、意識する対象も、時間的に絶えず様々に変化しつつ、現象の中に位置している。ホリスティック教育論における「感性」は、変化し形成される両者、すなわち意識する「私」と意識される対象との関係において成立し、「私」が感覚により、意識対象と関わることである。

しかし、体育・スポーツ教育において、次のような場合、ホリスティック教育の観点における「感性」が「私」の中で働いているとは理解されない。長距離走に慣れてない人が自己の身体に対して無理な走り方を行う場合、キャッチボールの練習において技能の高い選手が、初心者に対して危険な速球を投げる場合、登山において体力や経験以上の活動を強制される場合等である。自己の身体が不自然な状況における「私」において、初心者に無神経な速球を投げる「私」において、自然を楽しむ余裕がない「私」において、ホリスティック教育の観点に基づく「感性」は育成されないからである。この観点に基づく「いのちとのつながり感覚」としての「いのち」は、明るさ・元気・希望・信頼・安心等をもたらす「生きる喜び」であり、「いのち」との関わりを「私」が実感できる感覚である。長距離走に不慣れた人間が自分のペースでゆっくりと走り、快い汗を流す場合、相手の身体技能の状況に応じたキャッチボール指導を行うことができる場合、体力と経験に応じた登山を体験する場合、それぞれにおける「私」は「いのちとのつながり感覚」を体験する。無理のない走運動は「私」と自分の「身体」⁴⁾（「いのち」）

との一体感をもたらし、思いやりがあるキャッチボールは技能の高い選手に初心者指導の楽しさを体験させ、余裕がある登山は「私」と自然（「いのち」）との関係の中で美的感動体験をもたらす可能性がある。

体育・スポーツ教育において、指導者が様々な身体運動を活用しつつ、運動者を導く時、「感性」豊かな指導者は、運動者における「いのちのつながり感覚」を育むための多くの機会を提供する。身体運動による「感性」の育成は、「私」と「身体」、「私」と「他者」、「私」と「自然」の関係において、一体感・響応・共感等の体験をもたらし、人間における自信、心の安定、他者への思いやり、自然に対する愛情等を高めることにつながる。このような「感性」教育を目的とする体育・スポーツ教育に関して、学習者への配慮、運動文化の教材化、学習者の態度という観点から、徳山や高橋の体育授業実践研究⁵⁾を参考としつつ、以下のような留意点を挙げることができる。

(1) 指導者として学習者へ配慮すべきこと

- ・学習者が安心して学習に参加できること
- ・学習者の個性を尊重すること
- ・学習者の自主性・意欲・興味・関心・感情等を重視すること
- ・学習者同士の協力・共同・思いやり等を支援すること
- ・学習者が運動技能学習において運動のイメージを明確にできる支援をすること

(2) 運動文化の教材化について

- ・学習者に応じた運動と無理のない運動課題の提供
- ・既存のスポーツ文化に関する教育的方向へのルール変更
- ・学習者同士が協力をする運動課題の提供
- ・自然と親しむ運動プログラムの工夫

(3) 学習者の態度

- ・主体的自主的に学習すること
- ・教材に応じた自分の個性を自覚すること
- ・他者との共同・協力・思いやり等を尊重すること
- ・自然に積極的に親しむこと

3. リズミカル・ムーブメントによる感性教育

リズミカル・ムーブメントは、ドイツのルドルフ・ボーデ（Rudolf Bode 1881~1970）によって基礎づけられた身体運動である⁶⁾。彼は、この身体運動の本質が「人間を生命体・有機体としてとらえ、内面から生ずる運動の衝動を自然的・全身的にリズミカルな動きに表わすこと」⁷⁾であると認識し、人間の機械的要素的解釈に基づく「体操」を批判し、新しい身体運動「リズム体操 Rhythmische Gymnastik」を提唱した人物である⁸⁾。

「リズム」は、私たちの身体運動の根底に存在している。体育・スポーツ教育における身体運動実践、職場における労働作業、日常生活における様々な活動、芸術活動等、私たちの身体運動には「リズム」がある。リズミカル・ムーブメントは、様々な身体運動の基本として理解されるが、ボーデの「リズム体操」に基礎づけられている。滝澤の研究⁹⁾によると、ボーデにより考案されたリズミカル・ムーブメントは、以下のような3つの身体動作によって構成される一連の身体運動として把握される¹⁰⁾。

「用意の動作（上拍 Auftact）」：「ある動きに先立って行われる迎への動作」

「主動作（アクセント Betonung）」：「上拍に続いて起こる、もっとも強い運動」

「納めの動作（下拍 Abtakt）」：「主動作に続いて起こり、運動を終わりに導くもの」

このようなリズミカル・ムーブメントの具体的身体運動としては、歩く・走る・跳ぶ・回る・はずむ等の手具を用いない身体運動、ボール・なわ・輪・棒等を用いる身体運動、集団での運動、音楽による身体運動等、様々な身体運動が可能である。しかし、このような身体運動は以下の3原則を基本とする運動として把握されている¹¹⁾。

「全体性」：「運動の現象面と共に心身を一致した発現として、心とからだの統合を意味している」

「律動性」：「自然でリズミカルな動きが円滑に流れることで、緊張と解禁が交互に繰り返される」

「経済性」：「間違った緊張を取り除き、動きの妨げを取り除くことである」

リズムカル・ムーブメントに関するこれらの原則は、人間が部分と部分を繋ぎ合せた機械のような全体ではなく、「生命体・有機体」であるという本質認識から導き出されている。この本質について、ポーデの「リズム体操」確立に影響を与えた L. クラーゲス (1872~1956 Ludwig Klages) は「リズム」に関する論究から以下のように説明している。

リズムは——生物として、もちろん人間も関与している—— 一般的生命現象であり、拍子はそれにたいして人間のなすはたらきである。リズムは、拍子が完全に欠けていても、きわめて完成された形であらわれうるが、拍子はそれにたしてリズムの協働なくしてあらわれえない。¹²⁾

この認識は、ホリスティック教育における人間把握と共通している。「リズム」に基づく「拍子」は人間の知性によって理解された創造的出来事であるが、「リズム」は生命現象それ自体であり、人間の「いのち」の現象として認識されている。ホリスティック教育に関する人間認識においても、人間における知性偏重が批判され、人間は動植物や大自然の根底にある「いのち」によって生かされている生命体として理解され、「生命体・有機体」としての人間教育が提唱されている。リズムカル・ムーブメントによる教育とホリスティック教育においては、共に、人間は部分と部分を繋ぎ合せた機械のような全体として理解されるのではなく、動植物や大自然と密接に関わる生命体として把握され、自然全体に存在する「いのち」を基本とした人間教育が探究されている。

以上の考察から、本研究におけるリズムカル・ムーブメントによる「感性」教育は、ホリスティック教育の観点と関連していると判断できる。リズムカル・ムーブメント教育は、「私」と「身体」との関係において、ある人がリズムカルで躍動的な身体運動を探求する中で「いのちとのつながり感覚」を育む可能性がある。ある人が日常動作とは異なるリズムカルな美しい歩行運動を目指して、リラックスした、流れるような、躍動的歩行運動を探求する場合がある。彼は、始めの段階で「私」に抵抗する自分の「身体」に悩まされるであろう。しかし、彼は指導者に導かれながらリズムカルな歩行運動を実現することができるようになった時、彼の「身体」は「私」と一体となり、快く動いていることを自覚できるのである。また、「私」と「他者」の関係において、二人でリズムカルな縄跳びを試みようとする場合がある。一人が両手で縄を回し、跳んでいる中に他の一人が加わり共に跳ぶ場面がある。彼らは、お互いのリズムを合わせ、躍動的で美しい身体運動に挑戦し、このような運動が実現できた時、共同・協力の喜びに満たされ、共に汗を流す楽しさを体験する。このような体験・経験は彼らの「感性」を育むことになる。さらに、リズムカル・ムーブメントにおいては、音楽にのりながら集団演技の発表会が行われることがよくある。これは「私」と「自然」を活かしたリズムカルな音楽との関係として把握することが可能である。リズムカルな音楽のりながら、「私」が他の仲間たちと共に、流れるように、躍動的に、快く踊れた場合、その人は「他者」関係を育まれると共に、「いのち」を活かすリズムカルな曲との一体感を体験することになる。これは、「私」と「自然」の関係において、彼は「いのち」のリズムの側面から一体的な体験をしたことになる。

リズムカル・ムーブメントによる教育は、人間における「私」と「身体」、「私」と「他者」、「私」と「自然」における「いのちのつながり感覚」を育み、「感性」教育に貢献する可能性がある。

4. 「感性」教育のためのリズムカル・ムーブメント・プログラム

感性教育のためのリズムカル・ムーブメントを実践するためには、人間を「生命体・有機体」として捉えるプログラムを展開する必要がある。リズムカルな運動を学習する場合にも、個々の運動者が「いのちのつながり感覚」を育まれる指導計画が重要である。このような運動学習ためには、体育・スポーツ教育における「感性」教育の留意点（徳山や高橋の授業研究を参考として挙げられた観点）がある。学習者の個性や主体性の尊重、学習者間の共同・協力・思いやり等の補助、安全や安心を配慮した運動学習の支援、身体運動の教材化においては学習者に応じた無理がない運動の工夫等が、指導者として学習者へ配慮すべきことである。

しかし、リズムカル・ムーブメント・プログラムにおいては、「生命体・有機体」としての「リズム」を学習者自身が自覚しつつ、自分の身体運動を高める必要がある。これは、学習者が、いま・ここで自分として可能な身体運動、例えば歩く、走る、跳ぶ、回る等の運動を確認しつつ、「全体性」「律動性」「経済性」を伴ったリズムカル・ムーブメントに向けて、これらの身体運動学習を進めなければならないことを意味する。つまり、学習者が自分の「いのち」との関係から、目標となる身体運動を主体的に創造することになるのである。これは、リズムカル・ムーブメント・プログラムの特徴である。また、リズムカル・ムーブメント・プログラムでは、音楽が活用される。学習者が躍動的で優雅な身体運動を実現できるような音楽の工夫と支援を、指導者は配慮する必要がある。このような音楽は、動植物や自然と連動し、個々の人間の「いのち」となっている「リズム」を活かす教材であることが望ましい。ここにも、リズムカル・ムーブメント・プログラムの特徴がある。

以上の考察から次のようにまとめることができる。リズムカル・ムーブメント・プログラムは、個々の人間における「いのち」

との出会いを支援し、人間や自然における「いのち」とのかかわりを深化・充実させ、リズムカル・ムーブメントを可能にする身体運動プログラムである。このようなプログラムは、現代教育の課題である豊かな人間性の教育につながり、私たちの「感性」教育に貢献する。

注

- 1) 滝澤かほる・阿保雅行・小林日出至郎「感性教育のための体育学習に関するアンケート研究」新潟大学教育人間科学部紀要、第8巻第1号、2005年、pp. 97~116参照。
- 2) 小林日出至郎「体育・スポーツ教育における『感性』の研究」体育原理研究、第33号、2003年、pp. 53~61参照
- 3) 本研究における「私」は「何ものかについての意識」（足立和浩「人に対する行動（1）」；山崎正一、市川浩編「新・哲学入門」講談社現代新書、1971年、p. 226）として把握する。
- 4) 本研究における「身体」は「自己」を意味する。桑子敏雄は、「自己」を「履歴をもつ空間でのこの身体の配置」（『感性の哲学』日本放送出版協会、2001年）として説明する。本研究における「自己」は、空間的存在としての「身体」であり、いま・ここに配置された「身体」として理解される。この場合、「身体」は生き生きとした実感を伴う「身体」である。
- 5) 徳山郁夫「人間形成における『感性』の重要性」（体育・スポーツ哲学研究、Vol.24 No.1、2002）及び高橋重人「小学校体育授業における感性」（体育・スポーツ哲学研究、Vol.24 No.1、2002）を参照。後者の研究は、高橋が新潟大学附属長岡小学校の教諭として「感性」教育を主題とする体育授業実践を重ねていた頃の研究成果である。
- 6) 滝澤かほる編著「体操の学習指導」不昧堂1997年、pp. 30~32参照
- 7) 同書、p. 31
- 8) 滝澤かほる「リズム体操の学習指導」新潟大学教育人間科学部紀要、第4巻第2号、2002年、pp. 431~434
- 9) 同書
- 10) 11) 同書、p. 433
- 12) L.クラークス著（杉浦実訳）「リズムの本質」みすず書房、1973年、pp. 21~22