

保育者養成課程における「歌あそび」教材の可能性

The Possibilities of Teaching Materials for Songs while Playing in Childcare Teacher Training Courses

松原綾菜
(近畿大学九州短期大学講師)

ガハプカ奈美
(教育学科教授)

抄録

子どもは日常の中で多く自己表現の一端としてあそびの中で歌を口ずさんだり、お手合わせをしたり、歌を歌いながら自然に身体を動かしたりしながら音楽を介した生き生きとした表現活動をしている。歌を歌うことは、保育の現場において非常に身近に用いられている一方、その現状は「次の作業に移るための手段」になっているように感じる。本来、様々な要素を含む歌あそびは、手段にとどまらず、子どもの年齢や発達に合わせ、季節が感じられるものなど、様々な要素を関連させながら教材として充実させることが必要だと考えられる。そこで本稿では、歌あそびを保育に活かす教材として再認識し、その可能性を探るために保育現場と大学での歌あそびの実践について明らかにすることでより良い教材の検討を行い、教材としての可能性を探る。

キーワード：うたあそび、音楽あそび、保育者養成課程、音楽表現

1. はじめに

「幼稚園教育要領」ⁱは、「保育所保育指針」ⁱⁱ、「幼保連携型認定子ども園教育・保育要領」ⁱⁱⁱとともに平成29年に改訂され、「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」の明示がなされた。

幼稚園教育要領に置いては、1) 幼稚園教育において育みたい資質および能力が明確化され、2) 「幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿」を示した上で、保育施設との共通指針を明確化し、幼少接続の推進をしている。また3) 幼児一人ひとりの良さや可能性などを把握し、理解した上で評価すること4) 言語活動などを積極的に取り入れ、障害を持つ幼児や外国から帰国した幼児など特別な配慮を必要とする子どもへの指導の充実化をはかること5) 環境を通して教育を基盤として継続をする、5つのポイントを挙げることができる。

その中で保育者は、幼児が安心できる環境を作った上で、一人ひとりが主体的に活動できるように、必要な体験を積み重ねられるような保

育を目指す必要がある。

また、幼少接続を見据えて、①「知識及び技能の基礎」(多様な経験を通して感じたり、考えたりする中で自ら何ができるか知る)②「思考力、判断力、表現力などの基礎」(気づいたことやできたことを試したり、工夫したりしながら表現する)③「学びに向かう力、人間性など」(獲得した知識や技能、思考力や表現力などをどのように発揮するかを考え、よりよい生活を送るために必要な事柄を探究する)という3つの柱が大切であろう。このような事柄を子どもの日常生活の中で多く自己表現の一端としてあそびの中で歌を口ずさんだり、お手合わせをしたり、歌を歌いながら自然に身体を動かしたりしながら音楽を介した生き生きとした表現活動をしていることに目をむけたい。

なぜ、あそびの中で歌が多く用いられるのか、次に示す3つの事が非常に重要であると考えられる。歌を歌うことは、①楽器がなくてもその場で

ぐ声と身体を使って遊ぶことができ、②歌のリズムや旋律が言葉を話しているような抑揚に一致している場合が多いため覚えやすいこと③あそびの内容が周りにいる他者へ伝わりやすいため、保育の現場において非常に身近に用いられている。

一方保育の現場を見てみると、一部の保育活動としてあるいは、導入として取り入れられてはいるものの、単に絵本を読む前に注目を集めるための手段として用いられるだけにとどまっているような状況が多くみられ、その場にいるすべての子どもの興味・関心をしっかり引くものとは言い難い。本来、様々な要素を含む歌あそびは、手段にとどまらず、子どもの年齢や発達に合わせ、季節が感じられるものなど、様々な要素を関連させながら教材として充実させることが必要だと考えられる。

本研究では、歌あそびを保育に活かす教材として再認識し、その可能性を探るために保育現場と大学での歌あそびの実践について明らかにすることでより良い教材の検討を行う。

本稿では、筆者らが継続的に行っている、「子育て支援」での演奏会や、「親子で音楽を楽しむ会」などでの実践内容と、アンケート調査および、現在保育の現場でよく歌われる楽曲を調査し、教材としての可能性を探ることを目的とする。

2. 歌あそびの重要性と必要性

近年、幼児のあそび方—特に家庭でのあそび方に大きな変化をもたらしている。長時間テレビを見ていたり、テレビゲームの類で遊んだりすることが多くなった。それに追い打ちをかけるようにコロナ禍では、屋内に限らず屋外での活動が大きく制限された。

そのような中、「伝承あそび」がどんどん忘れ去られてきているのではないかと危惧する。「伝承あそび」とは、古くから日本で親しまれている子どもの遊びのことで、大きく3つに分類することが出来る。

1) 体を使った遊び（鬼ごっこ）

- 2) 道具を使った遊び（あやとり、お手玉など）
- 3) 言葉遊びや歌を使った遊び（かるた、わらべうた iv)

外あそびには、鬼ごっこやかくれんぼ、缶蹴りなどがあり、室内あそびには、折り紙、お手玉、おはじき、かるた、あやとりなどが代表的なものである。これらのあそびは現代のあそびと違い、①自分自身で考えながら②基本のあそびに独自のアイデアを活かし子ども主体で遊び方をアレンジすることが出来る。こうしたことが、あそびを工夫する力や子どもの創造力や発想力を育むことへとつながるのである。

このような社会状況であるからこそ、「歌あそび」を通して本来的な「あそび」を楽しむ姿を取り戻し、人間関係をも深めていくことが求められる。

3. 子どもの発達と表現の特徴

ここでは、人の心が社会と関わりを持つ中で育つ様子を8つの発達段階に示し、各段階の時期に解決されるべきテーマを設けた、エリク・H・エリクソン (Erik Homburger Erikson, 1902-1994) の8つの発達段階について「幼少期と社会」で発表された自我と社会とを結ぶ関係と表現について詳細を見ていきたい。

エリクソンが示した8つの発達段階とは、

1. 乳児期（生後すぐ～）
2. 幼児期前期（18か月～）
3. 幼児期（3歳～）
4. 学童期（5歳～）
5. 思春期（12歳～）
6. 青年期（20歳～39歳）
7. 壮年期（40歳～64歳）
8. 老年期（65歳～）

に分かれており、それぞれに獲得するテーマと克服したいテーマ、また、生きる上での強みなどが示されている。

【表1：エリクソンの8つの発達^{v)}】（筆者作成）

段階	年齢	時期	強み	心理	関係	事例
1	生	乳	希望	信頼・	母親	授乳

保育者養成課程における「歌あそび」教材の可能性

	後 ～	児 期		不信		
2	18 か 月 ～	幼 児 前 期	意思	自律・ 恥・疑 惑	両親	トイレ トレ ー ニ ン グ 等 行 為 の 自 立
3	3 歳 ～	幼 児 後 期	目的	積 極 性・罪 悪感	家族	探 究・ 道 具の 使 用・ 芸 術 表 現 へ の 意 欲
4	5 歳 ～	学 童 期	有能 感	勤 勉・ 劣 等	地 域・ 学 校	学 校 活 動・ス ポ ー ツ 活 動
5	12 歳 ～	思 春 期	忠 誠 心	親 密 性・孤 独	仲 間	社 会 的 関 係
6	20 歳 ～ 39 歳	成 人 期	愛	親 密 性・孤 独	友 達・ パ ー ト ナ ー	恋 愛 関 係
7	40 歳 ～ 64 歳	壮 年 期	世 話	生 殖・ 自 己 吸 収	家 族・ 同 僚	仕 事・ 親 の 立 場
8	65 歳 ～	老 年 期	賢 さ・ 英 知	自 己 統 合・ 絶 望	人 類	人 生 の 反 響

本稿では、表1の中でも1段階（乳児期）から4段階（学童期）と保育者の関わりとを考えていきたい。

まず、乳児期にあたる0歳～1歳半の時期の「心理」には「信頼」が入っている。これは、生きやすさにつながる獲得したいテーマである。一方「不信」では、生きづらさにつながる克服

したいテーマとなる。この両面を解決するための「強み」は「希望」となっている。これらのテーマを解決できなかったことで生じる「生きる上での問題」は「引きこもり」とされ、その解決には、「母親」との関わりが大きく影響するとされる。

乳児は一人では生きてはいけないため、泣くことで母親や周囲の大人に、泣くことで要求を伝え、都度適切なケアを受けることで安心して生活ができ、「信頼感」が構築されていく。

乳児にとって、人に対する「信頼感」を獲得できるか否か決定する重要な時期であることを知っておかねばならない。

次に、幼児期前期についてみると、「心理」は、「自律」となっており、この時期の「自律」においても「生きやすさ」につながるものである。反対に、「恥」、「疑惑」に関しては「生きづらさ」につながる。そして、これらを解決するための「強み」は「意志」が重要であることが言える。これらのテーマを解決できなかったことで生じる「生きる上での問題」は「強迫」である。その解決には、「親」との関わりが大きく影響するとされる。属に言う「いやいや期」（第一次反抗期）があるのは2歳前後と言われるが、この時期に当てはまる。この時期の子どもは、「自分は他人とは違うのだ」という意識がはっきりと出来、自我が芽生える大事な時期である。乳児期には「母親」との密接な関係に成り立っていたが、歩いて自分で物を取ることにもできるようになったり、言葉で自分の意思を伝えられるようになったりできるため、「自分でやりたい」という意思が強く表れる。そのような機会に保護者がチャンスを与えることで、意欲をもって取り組もうという「自律性」を獲得していく。一方で、この時期に「上手にできないから、ダメ!」、「急いでいるからダメ」などと、いつも子どもの挑戦したい気持ちを踏みにじってしまったり、挑戦に失敗したときに過度に叱ったりすると、「羞恥心」という「生きづらさ」を抱えるようになる。子どもはこの時期に、その後人生における様々な、問題に立ち向かえる「意志」を獲得する。

続いて、幼児後期には、「積極性」が重要となっており、「なぜ?」「どうして?」と頻繁に質問するようになる時期である。ここで重要な関わりが必要となるのが「家族」である。子どもは初めて見る・触れる外の世界に関心を持つようになる。そのようなとき、周りにいる「家族」や保育者が疑問に対して答えたり、興味関心の応援をして冒険心を育んだりすることで、「目的」をもって行動する気持ちを育むことができる。

一方、家族や保育者が面倒に思ったり、子どもを強制的に押さえつけようとしたりすることで、「私はダメな子なのだ」という「罪悪感」を覚え、消極的になってしまい、目的意識が持たなくなっていく。ただし、この時期には、社会的な善悪を教える時期でもあるため、過度に否定するようなことがないように、指導・保育のバランスに気を付けなければならない。

学童期についてみると、5歳から12歳とあり、主に小学生の時期に当てはまる。この時期に大切な「心理」としては、「勤勉さ」があげられる。「学校」との関わりの中で、勉強する楽しさを学んだり、宿題などを通したりして、計画的に物事をやり抜く力をつけるようになっていく。このころで経験は自分の能力にも気づき、社会における自分の「適格」を考えながら対処する基礎を築く時期でもある。

一方、その子どもの理解度を無視し、力に添った対応ができなかったり、勉強をする上で叱られてばかりいると、「自分には出来ない」などという劣等感をいただいてしまい、安定した社会生活が出来なくなってしまう可能性がある。

このように保育者が乳幼児と関わっていく時期はその後、長い子どもたちの将来の人格形成に大きな影響をおよぼすことをしっかりと理解した上で、保育にあたり、保育教材の選択をしなければならぬ事がわかる。

4. 子どもの歌あそび

ここからは、歌あそびの教材を使って、いかに子どもたちの発達に寄り添いながら保育活動を行うか具体的に事例を用いて述べていく。

最初に現在、保育の現場でよく歌われている

歌あそびの曲と、幼児に人気がある曲^{vi)}を、保育者へのアンケートなどで出された結果を基に曲名を挙げ、楽曲の傾向を分析し、それらの教材としての可能性について述べていく。

なお、カテゴリー分類は幼児の活動内容から、ガハブカが行った。

子どもの歌あそびの分類

- ①みんなで歌う
 - ②季節の歌
 - ③動物が出てくる歌
 - ④からだを使って歌う
- の4つとする。

【みんなで歌う】

世界中のこどもたちが・さんぼ・アンパンマンのマーチ・アイアイ・とんでったバナナ・どんな色がすき・にじのむこうに・青い空に絵をかこう・アイスクリームの歌・ぼくのミックスジュース・おばけなんてないさ・おもちゃのチャチャチャ・山の音楽家・

ホ!ホ!ホ!・ミッキーマウス・マーチ・ドレミの歌・線路はつづくよどこまでも・勇気100%・夢をかなえてドラえもん・にんげんっていいな・ね・にじ・ともだち賛歌・ドキドキドン!一年生・おもいでアルバム・きらきらぼし・そうだったらいいのにな・クラリネットをこわしちゃった・大きな古時計・ゆうやけこやけ・かえるの合唱・しゃぼん玉・ももたろう・サッチャン・南の島のハメハメハ大王

【きせつを感じる】

きのこ・にじのむこうに・アイスクリームの歌・山の音楽家・大きな栗の木の下で・一年生になったら・ちゅうりっぷ・こいのぼり・うみ・たなばたさま・とんぼのめがね・どんぐりころころ・たき火・あわてんぼうのサンタクロース・赤鼻のトナカイ・お正月・ゆき・おもいでアルバム

【どうぶつが出てくる歌】

アイアイ・山の音楽家・げんこつやまのためきさん・ぞうさん・いぬのおまわりさん・もりの

くまさん・こぶたぬきつねこ・ちょうちょう・
かたつむり・めだかの学校・うさぎとかめ・ブ
ンブンブン・こぎつねこんこん(こぎつね)・あ
めふりくまのこ・メリーさんのひつじ・ねこふ
んじゃった

【からだを使って歌う】

アンパンマンのマーチ・きのこ・山の音楽家・
ホ！ホ！ホ！・線路はつづくよ どこまでも・手
のひらを太陽に・にんげんっていいな・パプ
リカ・大きな栗の木の下で・げんこつやまのたぬ
きさん・むすんでひらいて・あがりめ さがりめ・
いっぽんばしこちょこちょ・おべんとうばこの
うた・ずいずいずっころばし・きらきらぼし・
おにのパンツ・アルプスいちまんじゃく

(下線は複数のカテゴリーに入る歌、作成筆者)

保護者へのアンケートで出された結果

2～6歳に人気がある曲

アンパンマンのマーチ

ミッキーマウスマーチ

からだ ☆ダンダン おかあさんといっしょ 体
操のうた

ようかいしりとり/おかあさんといっしょ

さんぽ/となりのトトロ

とべ！カレーパンマン

Viva! Spark! トロピカル～ジュ！プリキュア

出前館のCM曲

いたちのたぬき なぞなぞうた

グッド・ムード/パウパトロール

ムンクの叫びラーメン

ギンギラ銀河/妖怪ウォッチ

パプリカ/Foorin

レット・イット・ゴー/アナと雪の女王

千本桜/WhiteFlame

就学前の年齢層では、教育テレビの「おかあ
さんといっしょ」で歌われている楽曲やアニメ
の主題歌などに人気が集中している。また、そ
れらには、「からだを動かしながら歌う」という
特徴があることがわかる。また興味深いことに、

〈パプリカ〉や〈千本桜〉には、いわゆる日本
音階^{vii}が使用されており、新しい楽曲でありな
がらもなつかしさをを感じるような作りになっ
ている。また日本で生まれ育った者には何かなつ
かしさを感じ、受け入れやすい一覚えやすい音
楽となっていることがわかる。

参考資料：小学生

・DYNAMITE/BTS

・夜に駆ける/YOASOBI

・群青/YOASOBI

・あいうえおおんがくたいそう

・君の冒険/岡崎体育

・紅蓮華/LiSA

・うっせえわ/Ado

参考資料として挙げた小学生に人気のある楽
曲の傾向を見てみると、乳幼児時代に比べると、
テレビの影響が大きく出ているようである。加
えて、小学校での運動会で使用される楽曲（教
員選曲のものも含む）からの影響が大きいと考
えられる。

5. リトミックを取り入れた歌あそび活動の提
案

リトミックとは、スイスのエミール・ジャッ
ク＝ダルクローズ（Émile Jaques-Dalcroze
1865-1950）によって創案された音楽教育法で
あり、発達心理学や大脳生理学に基づいて確立
されたことから、総合的な人間教育にも位置づ
けられる。

リトミックでは、主に音楽を聴き、反応し、
声を出したり身体を動かしたりして活動を行う
ことで、“聴く力”“感じる心”“表現する身体”の
成長を目指す。また、音楽的な成長だけでなく、
心と身体のバランスを育み、人間としての土台
形成にもつながるとされている。

リトミックは主にリズム運動・ソルフェージュ
・即興演奏の3つの柱で構成される。

①リズム運動とは、音楽を聴き、身体を動か
して表現する活動である。ここでの音楽とは、B
GMのような聞き流しの音楽ではなく、さまざま

まな音楽の要素を含めたピアノや楽器、声などを用いた即興演奏によって行われる。その場で繰り広げられる即興的な合図や演奏に耳を傾け、それらを感じ取り、身体を使って表現することで、リズムの感覚的な体得を図る。

②ソルフェージュとは、音程、和音、調性、旋律、音階など、音の高さに関わる要素を聴き分けて身体表現したり、歌ったりする。

③即興演奏では、リズム運動やソルフェージュで経験したことを、自ら創り出し表現する。

これら3つの活動を繰り返し行うことにより、子どもの音楽的感覚を高め、音楽的な基礎能力及び、潜在的な基礎能力を育むことができる。具体的には、以下に示すようなさまざまな能力の向上が期待されている。

【音楽的な基礎能力】

- ・ビート
- ・リズム
- ・音程
- ・和声
- ・音の強弱
- ・テンポ
- ・フレーズ
- ・ニュアンス
- ・拍子 など

【潜在的な基礎能力】

- ・集中力
- ・注意力
- ・反射反応力
- ・直観力
- ・記憶力
- ・想像力
- ・表現力
- ・空間認識能力 など

リトミックは、これらを子どもに強制するものではなく、無理なく自然に楽しみながら育むことができるとされている。

【潜在的な基礎能力】の項目からもわかるよ

うに、領域「表現」のねらいである「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、さまざまな表現を楽しむ」ことを取り入れた活動を展開しやすいため、リトミックは子どもの歌あそびを充実させることができる方法の一つとして大いに期待できる。

ここからは、【みんなで歌う】【きせつを感じる】【どうぶつが出てくる歌】【からだを使って歌う】の4分類の曲について、リトミックの要素を取り入れた新しい歌あそび活動を提案する。リトミックの内容は【みんなで歌う】はお友だち同士のコミュニケーションを取り入れた活動、【きせつを感じる】では季節のイメージが膨らむ活動、【どうぶつが出てくる歌】では動物のイメージが膨らむ活動、【からだを使って歌う】では身体の使い方の幅が広がる活動と設定した。

歌あそびが子どもたちの注目を集める手段だけに留まらず、保育の現場に充実した時間として取り入れられるように、身体の動きと空間を使ったリトミックの手法を用いて再構成した。また、前述のように①自分自身で考えながら②基本のあそびに独自のアイデアを活かし子ども主体で遊び方をアレンジすることにも着目し、自分で考えたり少しアレンジしたりできるような余白も残してある。

【みんなで歌う】お友だち同士のコミュニケーションを取り入れた活動

曲：ドレミの歌

リトミックの音楽的なねらい：音の高低

①肘を曲げ手のひらを下に向ける。ドレミファソラシドを、ピアノに合わせて歌い、同時に手を少しずつあげていく。





②慣れてきたら今度はドレミの3音などで、音あてクイズをする。

先生のピアノが「ドミレ」と鳴ったら、続いて子どもが「ドミレ」を歌って同時に手を音の高さに合わせて上下に動かす。



ド



ミ



レ

※ボード等をもってもよい

●応用

ピアノの音楽に合わせてスキップをして部屋を移動し、「ドドドド(♪♪♪♪)」を合図に即座に立ち止まり、続いて「ドミレ」と聞こえてきたピアノの音に続いて、手を動かして歌う。

③フープを2人で向かい合って持ち、2人で協力して高さを合わせながら①②と同じことを、フープを持ちながら行う。



④ドレミの歌を歌いながら③と同じことをする。

⑤みんなで手を繋いで円になって行う。

●応用

①～⑤の活動にハンドサインを取り入れてもよい。

音の高低に合わせて手を上下に動かすことで、音の高低の感覚を、空間の高低に置き換え、全身を使って感じることができたり、よく似た音に対しても、身体の動きを伴うことでその違いが認識できるようになったりする。ハンドサインを取り入れることによって、音のもつ性質をさらに身体で感じるができる。

ドレミファソラシドの音階を下から上に動く活動では、空間を分割するため空間認識能力も必要とされる。また、フープを持ち上げる活動や、全員で輪になって手を繋いで行う活動では、お友だちと協力しながら物を動かしたり、周りを見ながら自分の身体を調整したりすることなどが自然と求められる。

このように、みんなで歌う楽しさに加えて、音の高低の感覚や、お友だちと協力してコミュニケーションを図る要素を含めながら音楽活動が展開できる。

【きせつを感じる】季節のイメージが膨らむ活動

曲：アイスクリームの歌

リトミックの音楽的なねらい：音のニュアンスを感じ取り、身体で表現する・リズム

①アイスクリームに変身：身体をつかって思い思いのアイスクリームを表現する。

この時に、先生が「こんなアイスクリームになろう」とお手本を見せるのではなく、子どもたちの想像したアイスクリームを自分の身体で表現する楽しさを味わわせてあげたい。決まった動きしかアイデアが出ない場合は、先生が「こんなやこんなのもいいよ」と様々な動きを例示して見せてもよい。何味にする？と聞いて想像を膨らませながら遊ぶのもよい。

②ピアノの音（高音から低音に向かって弾く）に合わせて溶けていく。最後は地面に寝ころぶまで全身で溶ける。ピアノの音のニュアンスを聞き、感じ取り身体で表現する。



冬はゆっくり溶ける、夏はすぐに溶けるなど

の季節と関連付けながら行ってもよい。

③アイスクリームを作る。

たまごを割る：コンコンパカッ（♪♪♪♪）

牛乳を入れる：ジャージャー（♪♪♪♪）

混ぜる：まぜまぜまぜまぜ（♪♪♪♪♪♪♪♪）

3種類それぞれのリズムの動きを決める。動きは、たまごを割る・牛乳を入れる・ボウルで混ぜる身ぶりのような簡単なもので良い。

「コンコンパカッ」などリズムに合った言葉を言いながら動いて、アイスクリームを作る工程を想像しながらリズム遊びをする。この時、材料のパネル等を準備すると作るイメージが膨らみやすい。

出来上がったアイスクリームをイメージする。

④アイスクリームの歌を歌う。

●応用1

③の活動では、ピアノでリズムを弾き、速さを変えたり突然止めてみたりしてもよい。

●応用2

③の活動で『アイスクリームをつくりましょう』の歌に合わせて行ってもよい。たまごを割ってコンコンパカッコンコンパカッ…などのようにリズムの活動を曲の中に挟んでもよい。

このようにアイスクリームにちなんだ表現活動を入れてから歌うことで、自分なりにどのようなアイスクリームかを想像したり、曲の歌詞がもつ世界のイメージが広がったりすることが期待できる。季節を想像しながら、ピアノのニュアンスを感じ取り身体で溶ける様子を表現する活動では、感じ取ったことを表現する中で、身体の使い方の幅が広がり、季節のイメージを膨らませる手助けにもなる。

イメージが豊かになると、今度は造形表現の豊かさに繋げることができる。または、造形表現を行ってイメージを広げてから身体表現を行うことも効果的である。

リトミックを取り入れた歌あそび活動は、子どもたちがイメージをすることや身体を使うこ

とを多く取り入れられるため、さまざまな表現活動との相乗効果により、表現の幅が広がり、子どもたちの音楽性や人間性が豊かになることが期待できる。

【どうぶつが出てくる歌】動物のイメージが膨らむ活動

曲：もりのくまさん、あめふりくまのこ
リトミックの音楽的なねらい：音価をステップする・2つのリズムの経験（複リズム）

①『もりのくまさん』を歌う

②おじょうさんに変身：8分音符でサッサッと走る

くまさんに変身：4分音符でトコトコ歩く
先生の声かけや見本は『アイスクリームの歌』の①で紹介したように、子どもたちの想像力や表現力を広げるものとする。

2種類の音価を、おじょうさんやくまさんに変身して想像活動の中、ピアノに合わせて動く。

③2つのグループに分かれておじょうさんとくまさんの動きの担当を決める。

先生が「すたこら」と言うと、おじょうさんのグループが「サッサッサ」の歌詞から続きを歌いながら8分音符で走る。

先生が「トコトコ」というと、くまさんのグループが「トコトコト」の歌詞から続きを歌いながら4分音符で歩く。

最初は曲の終わりまで1回ずつ歌いながら、ステップし、慣れてきたら、フレーズの区切りで合図を入れてもよい。

④複リズムの体験

4分音符のピアノが聞こえてきたら、くまさんのグループが歩く。8分音符のピアノが聞こえてきたら、おじょうさんのグループが走る。両方が聞こえてきたら、両方のグループが自分たちの動きを動く。

●応用

『あめふりくまのこ』で、
おかあさんくま：2分音符でどっしんどっし

ん歩く

こぐま：4分音符でトコトコ歩く
に替えて『もりのくまさん』の①②④を『あめふりくまのこ』行うことも可能。

実際に身体を動かしながらくまさんを想像することで、曲のイメージの広がりが期待できる。また、おかあさんくまとこぐまの大きさや重さを想像したり、おじょうさんとくまさんの走る様子などもイメージしながら活動できたりする。歌のもつ世界観が広げられるだけでなく、8分音符、4分音符、2分音符の音価を動くことや、リトミックのサブジェクトである2つのリズムを同時に感じる複リズムの活動のねらいも経験することができる。

尚、リトミックの活動でくまさんの動きは、その動物のもつエネルギーと音価の性質である2分音符のエネルギーの関わりから、「どっしんどっしん」などとかげ声をつけて2分音符で活動することが多いが、『もりのくまさん』の場合歌詞に「トコトコ」という言葉が使われているため、歌詞のイメージを捉えることを重視し、更におじょうさんの動きの速さやエネルギーを相対的に考え、ここでは4分音符として活動を設定した。

リトミックの音価の性質は以下の通りである。

表1 リズムの時間・空間・エネルギーの関係
viii

	2分音符	4分音符	8分音符
時間	遅い	中	速い
空間	広い	中	狭い
エネルギー	強い	中	弱い

これらの性質を意識しながら足でステップすることで、自然な動きを通して音価のエネルギーを体得する。ダルクローズは、時間の中での動きは音楽的リズムの意識、空間の中での動きは身体造形的リズムの意識が確立するとして述べている。ix

【からだを使って歌う】身体を使い方の幅が広がる活動
曲：大きな栗の木の下で リトミックの音楽的なねらい：ダイナミクス
①木に変身：身体をつかって思い思いの木を表現する。（身体表現の留意点は上記の活動と同様）
②ピアノの音楽に合わせて変身した木になったまま揺れる。弾き方の強弱（ダイナミクス）や速さ（テンポ）を変え、それを聞き、子どもたちはそよ風や嵐のような風に揺られる木を、ピアノの音色を感じ、思い思いにイメージして身体で表現する。 時々音楽を止めたり、そよ風と嵐の曲を決めて聴き分けたりして動く遊びにしてもよい。
③『大きな栗の木の下で』を、身体あそびをつけて歌う。
④「小さな栗の木の下で」と替え歌にし、ピアノの強弱も弱く弾く。子どもたちは小さな木を表現し、小さな声と小さな動きで表現しながら歌う。
●応用 前奏のピアノで、「大きな栗の木」か「小さな栗の木」か、どちらの音楽かを聞き当て、歌い出しと同時に「大きな栗の木」もしくは「小さな栗の木」に変身する。

木を表現することでどのような木か想像し、歌のイメージを膨らませることが期待できる。もともと身体の振り付けがついている曲であるが、音楽のダイナミクスの違いを感じ取り、大きな栗の木と小さな栗の木を表現することで、また違った身体を使い方ができるとともに、音楽の強弱も自然な形で体感できる。

木に変身して風に揺られる活動では、音楽のニュアンスの変化の違いを感じとり、感じ取ったニュアンスを、自分なりにさまざまな身体の動きで表現する。

以上のように、歌あそびをリトミックの手法を用いて能動的な活動として展開することで、

音楽表現はもちろん、領域「表現」の内容に含まれる身体表現や造形表現の活動などを、多角的かつ総合的に取り入れやすくなることが期待できる。また、歌あそび活動にリトミックの要素を取り入れることは、リトミック本来の活動のねらいを達成していくことはもちろん、豊かな感性や表現する力を育む手助けとなるはずである。

6. 保育の現場でのリトミック実践の課題

歌あそびを行うにあたり、領域「表現」でさまざまな可能性を持つリトミックであるが、保育の現場で取り入れることを課題に感じる園も少なくない。その理由の一つとして、リトミックの概念を捉えることの難しさにあると考える。

保育士2名に現場でリトミックを取り入れることをどう感じているか聞いたところ以下の意見が出てきた。

A園：ピアノ経験者でリトミックを積極的に取り入れたい先生

- ・リトミックをやってみたいと思い、取り入れてみても、「これがリトミックなのだろうか」と疑問や不安を感じる。
- ・クラシックは弾けるが、リトミックのピアノはハードルを感じる。
- ・園内研修でリトミックを学んで理解したと思っても、現場で実践したら「あれ？」となることが多い。1回きりの研修も多いので、疑問になったままである。
- ・各先生の裁量に任されているため、リトミックを実践しようと先生が思わない限り実践されないのが現状である。

B園：鼓笛隊の音楽行事に力を入れている園、リトミックを1年勉強した先生

- ・リトミックは鼓笛隊の練習のための「音楽の基礎」と思っていた。
- ・リトミックを取り入れたいと思うが、学年ごとにクラスで行う活動を統一している園なので、ピアノが弾けない先生がどこかのクラスに1人でもいると、その水準に合わせ

て内容が決まってしまう。(忙しくて話し合
って連携する時間がないので、どのクラスの
先生も実践できる内容を実施)

・行事があるので、定期的に積み重ねていく
ことが難しい。

リトミックの教育法自体、発達心理学や大脳生理学に基づいていることから、その手法は複雑で概念を多角的に捉えることができ、指導法を断定してしまうことが非常に難しい。単純に断定されたものがない故に、複雑で概念的な文章でしか捉える術がなく、保育者がリトミックそのものを理解し難いことが考えられる。音楽に合わせて身体を動かすだけであれば容易であるが、リトミックの本質的な目的や手法を取り入れるとなると途端に保育者自身の、実践するイメージがわきにくいことが課題である。しかし、その本質的な目的や手法こそ、領域「表現」の観点から見た表現活動が豊かで意味のあるものとなり、さらには「幼児期の終わりまでに育ってほしい 10 の姿」に関連させ発展し得るのではないだろうか考える。

保育の現場で取り入れられにくいもう一つの理由として考えられるのは、ピアノの演奏技術である。リトミックには即興演奏が伴うため、ピアノの技術や即興演奏で躓いてしまうケースが考えられる。リトミックのピアノは、即興演奏はもちろん、合図や掛け声、子どもの動きを見ながら弾く、子どもの声を聞く、弾き歌いをするなど、クラシックを楽譜の通りに弾くのはまた別の、多くの技術を必要とする。楽譜通りに弾けるようになるだけでなく、それらの技術の練習に時間を要することも課題である。

7. 今後の課題とまとめ

本論では、歌あそびの教材の可能性についてリトミックの教育法を取り入れることを提案した。保育の現場での歌あそびは、子どもたちを静かにさせるためなどの手段に留まらず、リトミックの手法により、音楽を感じることや、自

分なりに表現することなど、領域「表現」のねらいに基づいて展開できる可能性が考えられる。領域「表現」の中でも特に音楽は、歌の歌詞を覚えることや合唱、合奏のための技術の習得に着目され繰り返しの練習がされることも少なくない。機械的な反復や、ただ「曲に触れて楽しむ」だけに留まらず、他の造形などの表現活動と同じように「私はこう表現しよう」「じゃあ僕はこうしてみよう」と能動的に考えながら、表現する活動も積極的に取り入れられていく在り方を模索していくことが望ましい。その一つとして、自分で音楽を感じ取り考え、行動するというリトミックの教育法は、歌あそびを通した子どもたちの音楽経験をより豊かにしてくれるであろう。そのためには、リトミックの概念の理解や指導法、ピアノの即興技術などの習得が保育者に求められる。現場の保育者がリトミックの必要性を感じているにもかかわらず、実践に苦戦している現状を改善していかなければならない。外部講師への依頼も一つの方法ではあるが、リトミック指導者の数が少ないことや、園の方針や予算といった別の問題も大きく関わってくるのが予想される。日常保育の積み重ねの観点からも、保育者自身が実践できることがより望ましいであろう。保育者が歌あそびとして気軽に、積極的に普段の保育に取り入れられる状態にできるよう考えていくためにも、リトミックを取り入れることを想定した園内研修や保育者養成課程での学びの体制整備が課題である。今後は、より多くの保育士の意見も取り入れながら保育者養成課程での実践に加え、実際にリトミックのテキストに沿って保育者が実践した経緯を観察、記録していき、リトミックの保育現場での実践の可能性を検討していきたい。

執筆について、はじめに～4はガハブカが、5～7は松原がそれぞれ執筆した。

- i 文部科学省（2017）幼稚園教育要領 チャイルド本社 pp.5-22
- ii 厚生労働省（2017）保育所保育指針 チャイルド本社 pp.24-57
- iii 内閣府・文部科学省・厚生労働省（2017）チャイルド本社 pp.62-94
- iv わらべうたには、童謡も一部含まれており、ユーモアもある歌詞がついたものも少なくない。歌詞から何かを感じたり、学んだりする「声楽曲」ではなく、歌いながら手やゆび、からだを動かしながらあそぶこと、リズムにのることを目的とした楽曲を本稿では指している。
- v E.H.エリクソン（著）西平直 他（翻訳）,2011『アイデンティティとライフサイクル』誠信書房 エリクソンの第一論文「自我と社会の関係」（1946年）、第二論文「健康なパーソナリティ」（1950年）、第三論文「アイデンティティの問題」（1956年）の三つの論文からなっている。原書初版は1959年に出版され、1973年に『自我同一性—アイデンティティとライフサイクル』という邦題で、小此木啓吾・小川捷之・岩男寿美子の訳で出版されたものを基にし、ガハブカが再編集した。
- vi 2007年から継続している子育て支援演奏会や0歳から楽しむ親子コンサートなど筆者らが開催している会のプログラムやリクエストを基に作成。
- vii 日本音階とは通称ヨナ抜き音階ともいわれ、ドレミファソラシドのうち4番目と7番目の音を抜いて奏でる音階（ドレミソラド）の事である。
- viii 神原雅之 2019『CD付き こころとからだを育む 1～5歳のたのしいリトミック』株式会社ナツメ社 p.21 参考、筆者作成
- ix エミール・ジャック＝ダルクローズ,板野平監修,山本昌男訳,2003『リズムと音楽と教育』株式会社全音楽譜出版社 p.47

参考文献

- ・板野平,1969『音楽反応の指導法』国立音楽大学出版社
- ・石井亨他,1993『改訂新版たのしいリトミック・2』株式会社オブラ・パブリケーション
- ・高倉弘光,2003『「総合的な学習の時間」におけるリトミック教育実践の可能性について』日本ダルクローズ音楽教育学会創立30周年記念論文集 リトミック研究の現在,開成出版株式会社
- ・江間孝子,2003『日本におけるリトミック教育の概念に関する諸問題』日本ダルクローズ音楽教育学会創立30周年記念論文集 リトミック研究の現在,開成出版株式会社
- ・エミール・ジャック＝ダルクローズ,板野平監修,山本昌男訳,2003『リズムと音楽と教育』株式会社全音楽譜出版社
- ・岩崎光弘,2012『リズムの良い子に育てようリトミックってなあに』株式会社ドレミ楽譜出版社
- ・エリザベス・バンドゥレスパー,2012『リトミック教育のための原理と指針 ダルクローズのリトミック』株式会社ドレミ楽譜出版社
- ・荒木柴乃他,2018『最新・幼児の音楽教育 幼児教育教員・保育士養成のための音楽的表現の指導』株式会社朝日出版
- ・神原雅之,2019『CD付き こころとからだを育む 1～5歳のたのしいリトミック』株式会社ナツメ社
- ・神原雅之,伊藤仁美,2021『1～5歳児がよろこぶ 保育ではじめてリトミック』株式会社チャイルド本社