

幼児期における身体の動きを伴った音楽活動に関する一考察

「さくら・さくらんぼのリズムあそび」の実践に着目して

今 由佳里*

(2022年3月22日 受理)

A Study of Music Activities with Physical Movements in Early Childhood:
Focus on Education Practical for "The Rhythm Play of Sakura-Sakuranbo"

KON Yukari

要約

身体の動きを伴った音楽活動については、多くの音楽教育家が研究を進めている。本稿では、日本の保育園・幼稚園において「さくら・さくらんぼのリズムあそび」として広く知られている斎藤公子のメソッドについて、幼稚園における実践事例から検討する。本論では、「さくら・さくらんぼのリズムあそび」から《アマリリス》《スキップ》《とんぼのめがね》《かたつむり》《きょうだいすずめ》の5曲を取り上げ、実践者である教諭尾辻菜摘子の視点から、子どもの反応についても記述している。

キーワード：幼稚園、さくら・さくらんぼのリズムあそび、斎藤公子、音楽と身体の動きの関係

* 鹿児島大学 法文教育学域 教育学系 准教授

1. はじめに

幼児期の子どもの活動は、未分化なものが多いといえるのではなかろうか。幼児に目を向けると、子どもの情動 (emotion) に基づき、表現の萌芽と言えるものが、音や絵、身体の動き、そして言葉の表現などによって、一日の中で幾度も目にする機会がある。それらは「歌をうたう」「絵をかく」などはっきりとした表現分野の形で、あるいは「音楽にあわせて身体の動きで音を表現する」など表現分野が組み合わさった形で、さらには「つぶやいた言葉をリズムカルに唱える」という未分化といえるような形での表現が幼児期には頻繁にみられるのである。幼児教育の場では、これら多種多様な表現活動を幅広く展開していくことが、子どもの豊かな感性と健やかな成長を促すうえで重要になるであろう。

本稿では、身体の動きを伴った音楽活動に着目し、「さくら・さくらんぼのリズムあそび」の事例から、幼児期の身体の動きを伴った音楽活動の有効性について検討したい。

2. 身体の動きと音楽

音楽と身体の動きの関係については、これまで数多くの研究がなされてきた。例えば、**Simonne MARQUE** の研究では、音楽と身体の動きの教育的な効果について、フランスの小学校における大規模な実践検証からその有効性を示している。著書 *Musique et mouvement à l'école* (1990) 「序文」には、音楽と動きの関係の深さについて以下のような記述がある。

“なぜ、音楽と動きの教育なのか？それは、音楽とは動きであり、動きを伴わない音楽はないからである”。これは、「音」というものが、幼いうちから既に認識されており、音楽に合わせて動くことは誕生間もないうちからごく自然に行っている行為だからである。例えば、音楽にあわせて幼い子どもが身体を揺らしたり、手を叩いたりする。この行為は、誰かに教わって行っているわけではない。同様に、子守歌やわらべ歌を口ずさんだ経験がない人もそういないだろう。音楽とはごく自然に我々の身の回りに存在し、そしてそこには大抵の場合動きが附随しているのである。クラシックの音楽会へ行くと、曲のテンポに合わせて身体のどこかを動かして音楽を楽しんでいる人の姿を見かけたことがあるだろう。また、部屋の中で一人音楽をかけながら指揮をする、という経験もあるはずだ。そうすると、音楽が動きそのものである、ということは容易に領けることなのである。

(拙訳)

MARQUE は、音楽と動きが密接な関係にあること、音楽の本質を理解するには、身体の動きが大きな助けになるということ子ども達への実践を通して証明している。これは、「動き」という視点から、音楽を体験的に捉えさせようとしている実践のひとつである。言い換えれば、「身体の動きを通して音楽を体験する」活動であり、このアプローチによって、子ども達が能動的に音楽に迫れると述べている。身体の動きを活用するということは、音楽の理論的な面についても、無意識のう

ちに感覚的に体得する有効な手段となっているのである。

3. 「さくら・さくらんぼのリズムあそび」における身体の動きを伴った音楽活動

「さくら・さくらんぼのリズムあそび」は、埼玉県深谷市のさくら・さくらんぼ保育園の創設者である齋藤公子（1920-2009）が考案したメソッドである。子どもの発達の可能性が抑えられることを危惧した齋藤は、とりわけ手指、足先の感覚を活用した指導法を考案している。

齋藤は、このリズム遊びは3つの原型を基にしてつくられたと、著書で語っている。彼女は、東京女子高等師範学校保育実習科を卒業し、東京の愛隣園に保母として就職した。齋藤は、この最初の就職先である愛隣園における影響を原型の1〈律動〉に学ぶとし、そして第2の原型を東京女子師範学校で学んだ戸倉ハル（1896-1968）による〈自由表現〉と〈集団遊び〉に、さらに第3の原型を小林宗作（1893-1963）から学んだリトミックの影響と挙げている。保母としての自身の実践知と、優れた幼児教育者との出会いから、子どもたちの発達を促すさくら・さくらんぼのリズム遊びが生み出されたのであろう。この「さくら・さくらんぼのリズム遊び」は、現在全国の保育園や幼稚園で取り入れられ、受け継がれている。

本項では、大阪府高槻市立富田幼稚園において「さくら・さくらんぼのリズム遊び」を実際に子ども達へ教育してきた教諭尾辻菜摘子の実践から、「さくら・さくらんぼのリズム遊び」の効果について示唆を得たい。

① 幼稚園における「さくら・さくらんぼのリズム遊び」実践の状況

日本の幼児教育における「さくら・さくらんぼのリズム遊び」の普及状況は、如何なるものであろうか。高槻市立幼稚園において、幼児教育に携わった経験を持つ尾辻は「教諭間で口コミで良さが広がって取り入れる教諭がいたり、異動した先の園で実践し、さくら・さくらんぼを知らない教諭にも良さや実践の仕方が伝わったりして、多くの園で実践されていた」と、その普及状況について自身の考えを答えてくれた。各園での具体的な保育内容は、園長や担任教諭などに委ねられているため、具体的に何園で実践されていたか等は分からないものの、音楽にあわせて様々な身体の動きをするリズム遊びとして、多くの保育者にその存在が知られている現状がうかがえる。

②「さくら・さくらんぼのリズム遊び」の実践

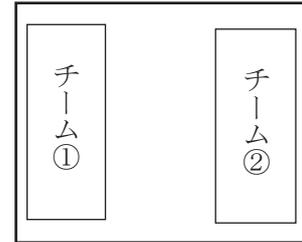
以下に、尾辻が富田幼稚園で「さくら・さくらんぼのリズム遊び」を実践した概要を掲載する。楽曲は、《アマリリス》《スキップ》《とんぼのめがね》《かたつむり》《きょうだいすずめ》の5曲を取り上げている。

対象クラス：そら組（4，5歳児：異年齢児学級）

活動（10:45～11:15）

<準備>

- 遊戯室へ移動する。
- 2チームに分かれて壁際に座る（右図1参照）。
- 上靴と靴下を脱ぎ、裸足になる。



【図1：子どもの配置】

<さくら・さくらんぼのリズムあそび>

A 歩く《アマリリス》

- ・曲が始まったら歩く。曲が止まったらすぐに、体の動きをその状態で止める。再び曲が始まったら、また歩き始める。
- ・オクターブ上で《アマリリス》を弾く。歩いていた子どもは両手を上に伸ばし、つま先立ちをして歩く。先程と同様、曲が止まったら体の動きを止める、再開したら動き出す。
- ・まずチーム①が行い、交替してチーム②が行う。空間を広くつかって体を大きく動かす目的と、他チームがしている間休憩する目的がある。

B スキップ《スキップ》

- ・前奏では手を腰にあて、リズムに合わせて膝を曲げ伸ばしする。

C とんぼのめがね《とんぼのめがね》

- ・前奏では両手を広げ、リズムに合わせて体を左右に軽くひねる。前奏の終わりではその場でジャンプし、両手を広げたまま、できるだけ早く走る。曲が終わると片足を後ろに真っすぐ伸ばして高くあげたまま体勢を保つ。

D 開脚・前屈《かたつむり》

- ・座った状態で、一回目は開脚をする。続けて二回目は開脚をしたまま上体を前に倒し肘をつく。三回目は開脚をしたまま更に上体を倒し、両手をできる限り前に伸ばす。

E きょうだいすずめ《きょうだいすずめ》

- ・3人組をつくる。前の子どもの肩に手を置き、先頭の子どもの両手を腰にあてる。
- ・曲に合わせて片足のかかとを斜め前につき、戻しながら少しずつ前に進む。
- ・曲に合わせ、先頭の子どもの自由な場所にスキップで移動し、しゃがむ。後ろの子どもは先頭の子どもの元へ、順番にスキップで進み、しゃがむ。
- ・曲に合わせて、前の子どもから順番に立つ。

<終わり>

- 2チームに分かれ、はじめの場所に座る。
- 上靴と靴下を履く。
- 保育室へ移動する。

③実践者が感じ取った子どもの反応

尾辻は、「さくら・さくらんぼのリズム遊び」の教育的な利点について、以下のように述べている。

保育の現場では「体幹を鍛えたい」「身体能力を高めたい」という目標をよく耳にしてきたが、それを実現するためのメソッドとして「さくら・さくらんぼのリズム遊び」は有効であると感じている。「さくら・さくらんぼのリズム遊び」は、動きが具体的に決められており、保育者にとって実践しやすいという利点も挙げられる。また、ひとつひとつの動きに取り組む時間が長くないため、気負わずに手軽に保育に取り入れられる長所も挙げられる。運動に苦手意識を持っている子どもにも、ゲーム感覚・遊び感覚で、身構えずに楽しんで取り組むことができる内容である。音楽に合わせて行うことも、子ども達が楽しめる大きな要因と感じている。「さくら・さくらんぼのリズム遊び」は、一人で行うもの、二人組で行うもの、少人数の集団で行うものなど、バリエーションが豊富であり、これも楽しめる一因になっていた。

以下、②で記述した5曲の「さくら・さくらんぼのリズム遊び」実践における子ども達の反応について、実践者尾辻の視点から述べていく。

A 歩く《アマリリス》

手を大きく振り足を高くあげて歩く動きそのものと、曲が止まったらストップすることを楽しんでいった。ランダムなタイミングで曲が止まったり再開したりするため、体を動かしながら音楽を注意深く聴いていた。

B スキップ《スキップ》

前奏の動き、スキップの動き共に楽しんでいたが、特に前奏からスキップへ動き出す瞬間を楽しんでいるようだった。

C とんぼのめがね《とんぼのめがね》

前奏、ジャンプ、走る、片足立ちのそれぞれの動きを楽しんでおり、うまくできると喜ぶ姿があった。繰り返すうちに、カーブもスピードを落とさずうまく体を使って走り続けたり、走り終わってから片足立ちを、バランスを崩さずにできるようになっていった。

D 開脚・前屈《かたつむり》

曲を3回繰り返し、次第に難易度が高まっていくことを楽しんでいった。3回目では、横目で周りの友達を見ながら競うような様子が見られたり、「前より遠くにできた」と、柔軟性が高まったことを実感し喜ぶ姿があった。

E きょうだいすずめ《きょうだいすずめ》

簡単なルールのある少人数（3人組）での遊びである。仲間と一緒にやることや、ルールに沿って遊ぶことを楽しんでいった。

「さくら・さくらんぼのリズムあそび」は、日々の保育の中で取り入れ、積み重ねるうちに、体の動きが習得できるようになる。尾辻は、このことが重要であると指摘している。富田幼稚園での実践では、前屈の際、少しも前に上体を倒すことができず、教諭が少し背中を押して補助しようとするだけで痛がっていた子どもが、年度末には指先がつま先に届くまではいかないものの、教諭が補助しなくても前屈ができるようになったという指導の成果も話してくれた。「さくら・さくらんぼのリズム遊び」は、音楽的な成長、身体的な成長の両者がバランスよく育まれることに気づかされるメソッドと言えるのではなかろうか。

4. まとめにかえて

斎藤公子は、障害児保育に関しても一石を投じている。彼女の著書である『さくら・さくらんぼの障害児保育』の中には「一人ひとり床の上を、素足で走る足音に注意をする。おくれた子どもほど“ペタペタ”という大きい音を出す」と、子どもの心身の発達を具に観察している斎藤の様子が認められる。筆者はこれまで、フランス語圏スイスの学校音楽教育に着目し研究を続けてきた。この地は、リトミック教育の創始者であるジャック・ダルクローズ (Émile Jaques-Dalcroze, 1865- 1950) が教鞭を執った地であるため、身体の動きと音楽が融合したリトミック教育の影響が公教育の中にももたらされており、その教育上の有効性については周知の事実として受けとめられている。本稿では、幼児期における身体の動きを伴った音楽活動という観点から、ダルクローズとは異なる視点・ねらいを持つ「さくら・さくらんぼのリズムあそび」の活動を取り上げた。幼稚園において実際にこの「さくら・さくらんぼのリズム遊び」を取り入れていた経験がある尾辻は、このリズムあそびに関して「動きが決められているため、表現に抵抗がある子どもでも自信をもって生き生きと体を動かして楽しむことができる。この経験が、自分で表現できることに繋がる場合もあるのではないだろうか」という見解を話してくれた。この言葉は、筆者が斎藤公子のメソッドに興味を持ち、本論を執筆するきっかけとなった。本稿では、「さくら・さくらんぼのリズムあそび」の一端に触れるに過ぎない小論ではあるが、リトミックとは異なった身体の動きを伴った音楽活動のアプローチについて、今後さらに研究を深めていきたい。

【謝辞】

本稿執筆に際し、保育園・幼稚園における身体の動きを伴った音楽活動に関してインタビュー調査に協力いただいた鹿児島市春日保育園教諭の尾辻菜摘子氏に感謝する。

【附記】

本稿は、JSPS 科研費 20K02796 の助成を受けている。

【参考文献】

今泉良一「子どものリズム表現に関する一考察 ～『さくら・さくらんぼ保育』『音楽教育の会』の資料を手がかりとして～」『東洋大学大学院紀要』55、2019、pp.65-78

惟任 泰裕「斎藤公子の保育実践に関する一考察」『教育科学論集』21、2018、pp.15-25

今由佳里、長谷川理子「*Musique et mouvement à l'école*における『動き』を取り入れた聴取の有効性に関する一考察 —フランスにおける感性と音楽の教育—」『鹿児島大学教育学部教育実践研究紀要』24、2015、pp.335-345

斎藤公子『さくら・さくらんぼのリズムとうた』群羊社、1980

斎藤公子編『さくら・さくらんぼの障害児保育』青木書店、1982

斎藤公子『子どもはえがく』青木書店、1983

三村真弓「よこはまリズム研修会の『さくら・さくらんぼのリズムあそび』の特徴と成果：保育士の学びに着目して」『エリザベト音楽大学研究紀要』41、2021、pp.41-52

和久田佳代「感覚運動経験を大切にした保育 さくら・さくらんぼ保育の実践から」『聖隷クリストファー大学社会福祉学部紀要』17、2019、pp.9-20

Simonne MARQUE, *Musique et mouvement à l'école*, Aix-en-Provence, Edisud, 1990