

ワークショップ [実技体験]：報告 環境との対話から 「からだ・あたま・こころ」を育む 環境づくりの理論と実践

大橋さつき 所員／現代人間学部准教授

①音楽——飯村敦子（鎌倉女子大学児童学部教授）



ワークショップ①では、ロープを使った活動を通して、環境としての音楽の魅力を探った。

音が聞こえている間は移動して、音が止まったら床においたロープの輪に入る、つぎに2人組で入る、3人組で入る、といったムーブメントの活動から始まり、さらに、キーボードによる生演奏に合わせて、ロープの輪を引っ張ったり、回したりして、音に合わせて動くことの基本を知ることができた。

「赤」「青」「黄色」「緑」の順にロープを並べる活動が、「ド」「レ」「ミ」「ファ」の鍵盤に見立てた音階ムーブメントに発展した。リーダーが示した音階に合わせて動いたり、ロープの中を移動する人に合わせて周りの人が「ド・レ・ミ～」と歌ったり、小グループで自由な活動の発展がみられた。



②身近なものや遊具——上原淑枝（川崎市立百合丘小学校教諭）

ワークショップ②の前半は、一つの遊具で何ができるかを「形板」という遊具を事例に体験的に学んだ。形板にある数字を用いて、足して10になる相手を見つけて2人組になる活動や複数の形板を使って大きな三角をつくってみる活動など、教科学習の基礎につながるムーブメント教育も体験した。

ワークショップ②の後半はグループワークを行い、各々に設定された課題にそってプログラムを考案し学び合った。

参加者同士で活発に意見交換を行い、各グループともにユニークなプログラムが発表された。



③イメージや人とのかかわり——大橋さつき（和光大学現代人間学部准教授）

ワークショップ③では、参加者全員で輪になりダンスムーブメントを行った。簡単な動きの連続の中で、「動きの質（速さや強さなど）」を変化させたり、「他者との関係性（接する、寄りかかるなど）」をアレンジしたりするだけで活動がどんどん発展することを体験した。

ワークショップ③の中盤、「見えないボール」の活動では、各々にボールをイメージして動くことから始まり、そのボールのイメージを他者と共有しながら、キャッチボールをしたり、ボールを大きく膨らませたりして想像的な活動を楽しんだ。





エンディングは「パラシュート」という遊具を使ったプログラムで、参加者全員が一体となって取り組んだ。「いち、にの、さ〜ん」と息を合わせて動かし、大きなパラシュートが空中に舞うと歓喜の声が上がった。



——はじめに——ムーブメント教育・療法における「環境」のとらえかた

公開シンポジウム「子どもを育む『環境』の力」では、第一部の講義に続き、「環境との対話から——『からだ・あたま・こころ』を育む環境づくりの理論と実践」と題してワークショップ形式の第二部を実施した。ムーブメント教育・療法の活動における「環境」の考え方や活用する方法について参加者が実際に動きながら体験的に学び合うことをねらいとして企画されたもので、3つのテーマ（①音楽、②身近なものや遊具、③イメージや人とのかかわり）を設定した。

まず、ワークショップの実践内容の前に、ムーブメント教育・療法における「環境」のとらえ方についてまとめる。

ムーブメント教育・療法では、参加者の自主性・自発性を大事にするため、「環境」の力を最大限に活用し「動きたくなる環境」「関わりたくなる環境」をアレンジし、さらに、参加者が創り出す「場」の力を活かした良循環のシステムを生むことを重視している。「環境」は様々な行為の機会を私たちに与えてくれる。例えば、目の前に風船が出てくれば、つい手を伸ばしてしまうように、私たちは、自分を取り巻く環境から様々な情報を獲得して、同時に環境に対して積極的に自

らを発信して関わっている。ムーブメント教育・療法の活動では、様々な遊具や音楽や集団活動、空間の特徴を有効に活用して、参加者が自分から「動きたくなる環境」、「関わりたくなる環境」をアレンジすることをねらっている。

また、同じ環境でも個人の差や発達段階によってピックアップする情報がそれぞれに違ってくるという視点も大事である。環境との関わりが子どもに様々な行為の機会を与え、その動きが身体にふるまいに発達をもたらし、そしてまた、動きや行為が変わると、それまでとは違う環境のレベルの発見があり、新たに発見された環境が新たな行為の機会を与えていくのである。

ムーブメント教育・療法においては、個々に合わせて環境の力をアレンジし、「環境との対話」を促し、循環型のシステムを構築することが重視されている。すなわち、ムーブメント活動のリーダーに求められる力量の一つは、様々な環境が私たちに与える「行為の可能性」について経験的に多数知っていて、その上で、その場に適したものを選択して活用することができるか、個々に応じて環境をアレンジすることができるかということにある。

——実践内容①「音楽」

最初は、飯村敦子氏（鎌倉女子大学教授）が、「音楽」という環境の活用についてワークショップを行った。子どもを支援する多くの場で、音楽は様々な形で活用されている。それは、音楽が子どもの喜びと意欲を引き出す大きな原動力になるからであり、ムーブメント教育・療法においても、音楽は生き活きとした動きを引き出すために「なくてはならない環境」と位置づけられてきた。しかし、飯村氏は、「音楽の使い方を一歩間違えると、子どもを型にはめ、プログラムをスムーズに進めるための手段になってしまうことにもなりかねない」と指摘した。そこで大切なのは、「このムーブメント活動に音楽が必要か、否か」を考え、意図的に音楽を用いることである。

また、飯村氏は、ムーブメント教育・療法における「音楽」という環境は、楽曲として完成された音楽や楽器の音だけでなく、身体を動かすことや遊具を活用して作り出す音など、これらを広い意味での音楽として捉え活用することにより、豊かにアレンジできると説明した。当日の実技においても、参加者と共にキーボードによる生演奏やタンバリンなどの打楽器、CDによるBGM、参加者の拍手など様々な「音」を使い分け、それらを活用した実技を展開した。音が聞こえたら動き、音が止まったらロープで作った輪の中に入る活動や、音楽に合わせて二人組でロープを引っ張ったり揺らしたりする活動など、短めのロープを使った活動が音楽によって様々な変化していくことを実感することができた。

「音楽ムーブメントは、『音楽』を柔軟に捉えることから始まる」と語る飯村氏の言葉通り、参加者は音と遊びながら柔軟な発想を出し合い、共に活動を創り上

げていった。

飯村氏は活動のまとめとして、「何のために音楽を用いるのか」をしっかりと考えることにより、「いかに音楽を用いるか」が見えてくる。そして、動きのリズムと音楽のリズムが一致したとき「動きに勇気を与える音楽の活用」が可能になると語った。

——実践内容②「身近なものや遊具」

続いて、上原淑枝氏（川崎市立百合丘小学校教諭）が「身近なものや遊具」を活かした環境づくりについてワークショップを行った。ムーブメント教育・療法において、遊びの展開を促すために、遊具は大きな役割を持っている。遊具は、遊びの環境をつくりだす有効なツールであり、遊具とのかかわりの中で、様々な遊びが生まれていく。しかし、飯村氏の音楽の活用方法と同様、上原氏も遊具の持つ様々な活動の可能性を探求しながら、同時に、「何のために遊具を使うのか」という視点を常に見失わずに活動を展開することの重要性を強調した。また、代表的なムーブメント遊具に加え、家庭にある身近なものも工夫次第で、遊びの環境づくりに役立つ遊具となる。上原氏は自身の取り組みを紹介しながら、遊具や身近なものの活用法を知るためには、「これで何ができるだろう」と考えながら実際に自分の身体で遊んでみて、体験して知ることが大切だと語った。

前半の実技では、「形板」というムーブメント遊具を活用し、バランス能力を刺激する遊びから数や図形の概念、色の識別に関する課題まで様々な活用法を楽しみながら体験することができた。ここでは、素材、形、色、感触、重さ、軽さ、大きさ、堅さ、柔らかさ、高さ……など遊具やものの持つ色々な要素に注目すること、また、それらの要素を組み合わせた、色や数を増やしたりすることにより活動が広がっていくことを実感した。

後半は、参加者が3つのグループに分かれて以下のような課題設定でプログラムの考案に挑戦した。

- ・ケース1「からだ：身体意識を育む（跳んだりくぐったりすることが苦手な子どもが跳んだりくぐったりしたくなる環境づくり）」
- ・ケース2「あたま：認知を育む（色や形の弁別が苦手な子どもが色や形を分けたくなる環境づくり）」
- ・ケース3「こころ：社会性を育む（友だちと一緒に活動することが苦手な子どもと一緒にやりたくなる環境づくり）」

グループ別に考案したプログラムを発表し学び合う中で、遊具やものが持つ魅力や特性をつかみ、子どもたちの個々の課題に応じて「どの遊具」を「どのよう

に使うか」を考えながらプログラムを作成していくことで、子どもたちの活動をより広げていくことができることを確認した。

——実践内容③「イメージや人とのかかわり」

最後に、大橋さつきが「イメージや人とのかかわり」を活用した環境づくりについてワークショップを行った。

活動のはじまりでは、参加者全員で輪になりダンスムーブメントを体験した。基本的な動きの連続の中で、「動きの質（速さや強さなど）」を変化させたり、「他者との関係性（接する、寄りかかるなど）」をアレンジしたりするだけで活動がどんどん発展していくことを説明した。

また、「和光大学親子ムーブメント教室」の実践映像をもとに、遊具や音楽や設備と同様に、その場に集う「人」も互いに「環境」としてとらえる考え方とその具体的な実践例について説明した。さらに、和光大学親子ムーブメント教室では、子どもも保護者も学生たちも全ての参加者が主体的に参加し、共に場を創る活動を重視しており、そのために、全体の流れにテーマ性を持たせたり、世界観を演出する遊具を作成したりする工夫があること、また、その結果、場の一体感が増し、子どもたちの生き活きた動きや保護者の笑顔を引き出していることを紹介した。

実践では、ボールを使わずイメージだけでキャッチボールをする「見えないボール」と呼ばれる遊びを行った。まずは2人1組で始め、少人数で円形になり、例えば、どんどん大きくなったり、鉛のように重くなったり、熱い鉄の玉になったり……とボールをイメージの中で変容させて、ボールの変化を即興的に表現しながらそれらを共有し、見えないボールを順に受け渡していった。最後には全員でファンタジックな世界観を共有しながら、即興的な関わりやダンスを楽しみ、パラシュートによるダイナミックムーブメントへつなげた。

参加者の中には、「私達はそこに『居る』だけで、お互いの『環境』であり、影響を与え合って共に『環境』をつくっていることがわかった」と感想を述べる者もあり、イメージや人とのつながりを大事にするムーブメントの活動が、一人一人の個性を尊重し合いながら、互いに「居る」ことを認め合うことができる「場」となることを確認できただろう。

実技を終え、大橋は、互いの存在を認め合う遊びの場（環境）において、自己を表現する喜びや他者とかかわる喜びを得ることは子どもにも大人にも大切な経験であり、そのことが場に対する感謝や場づくりに貢献できる立場にあることへの気づきを生み、さらに活力ある場を共に創ることに意欲的になり、好循環が生まれていくことが期待されるとまとめた。

—— まとめにかえて —— 共に遊びの場を創る喜び

ワークショップは2時間におよんだが、全体を通して参加者はよく動きよく笑った。「大の大人が大勢でよく遊んだ」という印象であった。実際、参加者のアンケートには「楽しかった」という感想がいくつも残されており、終了後も笑顔で言葉を交わし合う姿が見られた。本企画の目的は、第一部の講義の内容を踏まえて、子どもの「からだ・あたま・こころ」を育む環境づくりの理論と実践について理解を深めることであり、充実した内容で展開することができた。しかし、それ以上に参加者自身が実技体験を通して、共に遊びの場を創る喜びを得たことが最も大きな収穫であったのではないだろうか。「本気で遊ぶ大人たち」は、子どもたちにとって、魅力的な環境に違いない。今回の体験が参加者一人一人の日々の取り組みに活かされ、子どもたちの笑顔につながれば幸いである。

[おおはし さつき]