

リズム運動の連続テストについての一考察

森 君 枝

(幼児教育・音楽リズム研究室)

(平成12年10月19日受理)

A Study on Continuous Test of Rhythmic Movement

Kimie Mori

はじめに

保育内容「音楽リズムⅠ・Ⅱ」の授業では、主としてダルクローズ教育法を基盤に据えた活動を展開してきた。ダルクローズ教育法は、音楽の学習に身体運動を導入し、音楽的能力や表現力、延いては創造性を培うことをねらいとし、究極的には人間性の涵養を目的とする。二～三回生の学生たちは、前年度後期に、この教育法に基づいた授業を経験しているが、入学間もない一回生にとっては全く初めての経験であった。

本研究では、音楽身体反応運動及び音楽身体表現運動（以後この二つをまとめてリズム運動と言う）の実技テストを行い、それを自己評価及び相互に評価する継続的な活動を通して、学生たちの音楽的能力や心身の成長及び評価の教育的な効果等について考察した。

I：研究方法

- 目的：ダルクローズ教育法に基づく音楽身体運動の実技テストと、その自己評価と他者評価によって培われる個々の音楽的能力と精神的成長、人間関係に及ぼす影響、そして自己・他者評価の教育的効果について考察する。
- 方法：リズム運動のテストは10回行う。テストは2人ずつ演技し、その直後に演技者は自己の実技の状態を評価し、同時にそれについての簡単な反省文を書く。また観察者たちは演技者の演技を評価する。
学生たちが、全10回のテストの終了後に記述した感想文を筆者が読解・分析し、考察する。
- 対象：幼稚園教員養成課程で保育内容「音楽リズムⅠまたはⅡ」を受講して10回のテストを受け、且つテスト終了後に感想文を提出した学生。

学生数78名（1回生24名，2回生26名，3回生28名）

実施日時：1985年（昭和60年）4月から7月までの保育内容「音楽リズム」の授業時間。

テスト内容：基礎的な課題である即時反応運動，基礎的リズムのステップ，カノンのステップと音楽身体表現運動。

- 即時反応運動とは，音の高低・強弱やリズムの偶発的な変化に即時に反応すること。
- 基礎的リズムとは，歩行・走行・ゆっくりの歩行・スキップのリズムを言う。ピアノで演奏される基礎的リズムを識別してステップする。
- カノンのステップとは，ピアノ演奏で連続的に提示されるリズムを聴きながら4拍前に聴いたリズムをステップしていく。ステップと同時に両腕でダルクローズ教育法で用いる4分の4拍子の指揮をする。
- 音楽身体表現運動は教師の即興演奏を聴き，その感じを即時に動きで表現する。以上4項目のリズム運動の課題は漸進的に高度化された。つまり基礎的リズムは単純拍子のリズム（♪，♪♪，♪，♪♪）のステップから，中間時以降には，複合拍子の基礎的リズム（♪，♪♪♪，♪，♪♪）が導入された。また7回目以降には，ピアノで演奏される基礎的リズムを聴いて，そのリズムに対応する他のリズムを即時にステップすることが導入された。つまり，4分音符ならば8分音符，8分音符ならば4分音符，トロケー（♪♪）のリズム形にはアイアンブ（♪♪）のリズム形のステップである。この課題では，ピアノで出るリズムを識別して即時にそれに対応するリズムをステップするという少々込み入ったものである。

カノンの課題は主として，基礎的リズムと5つの基本的なリズム形，♪♪♪，♪♪♪，♪♪，♪♪，♪♪♪とそれらの倍加，半減された形及び簡単なシンコペーションのリズムである。

評価：5段階評価。評価は各ペアの演技終了後すぐに短時間内に行う。

分析時点：分析はテストの初め頃・中頃・終わり頃の変化を調べた。中頃とした時期は，学生たちが自己の成長の節目になったと記述している時期を，全員の傾向からおおよそ5～6回目頃と推測した。この時期を上げた学生は78名中54人で，全員の69.2%であった。その内訳は以下の通りである。但し，総合数値の日時を2つ上げているのは，1・2回生と3回生の授業日が異なったためである。

§ 全回生の数値

成長の節目の時期	割合
3回目頃から（4/30・5/2）	8%
4回目頃から（5/7・5/9）	3%
5回目頃から（5/28・5/23）	42%
6回目頃から（6/4・5/30）	26%
7回目頃から（6/11・6/6）	13%

Ⅱ：リズム運動テストについての感想文の分析及び結果と考察

以下に上げる語彙は学生たちの記述していた言葉を出来るだけそのまま採択するように努め

た。

各項目の括弧内の数字は記述者数を%で表したものである。一人が類似した語を使っている場合もある。

1 リズム運動について

文章表現から(1)心理的状态, (2)身体的状态, (3)自己認識の3項目に分類した。

(1) 心理的状态

§ 初め頃

(50.00%) 恥ずかしい, 照れくさい

(47.43) 苦手だ, 萎縮する, 戸惑い, あがる, 自信なし, おっくう, 尻込み, 嫌だ, 憂鬱だ, 悩む, 苦痛だ, 悲惨だ, まな板の鯉の気分

(32.05) 緊張感, 恐怖感, 不安感

(17.94) 人目が気になる, 他者に見られるプレッシャー

(6.41) 評価されること・評価することへの嫌悪感, 抵抗感

(3.84) 思いきりの悪さ, 音楽が聞こえない, カノンをステップする緊張感

§ 中頃

(34.60) 恥ずかしさの消滅, 人目が気にならない, 度胸がつく, 他者を意識せずに動けたことへの満足感, 向上心の芽生え

(14.10) 教師のほめ言葉・アドバイスや励ましが転機に

(11.53) あがることが適度の緊張感, 評価に対する嫌な感情から評価される束縛の中で動く楽しさに, 他者の眼が集中力を高める, 恥ずかしい・辛いという感情をバネに頑張ろう, 他者に自己を認識させたい, よく評価されたい

(7.69) 余裕ができ少しずつ周囲が見える, 自分の身体や周囲に気づき始める, 自信がつく

(5.12) 自己の動きに対する関心の芽生え, だんだん楽しいと感じる

(3.84) 嫌さの消滅, 抵抗感の薄らぎ

(2.56) 自己の演技に対する後悔の減少, 体調不良を乗り越りきり動いた積極性が進歩への転機に

(1.28) 他者の上達が刺激に

(10.25) できないことへのコンプレックス, 他者との比較から自己の進歩に悩む, 自己嫌悪に陥る, やる気の消滅, 自由運動での創造的能力不足の悩み

§ 終わり頃

(20.51) 羞恥心・照れくささの消滅, 緊張感・恐怖心の消滅

(17.94) 全てに自信がもてる, 勇気がでる, 競争心が湧く, 頑張ろうの気持ち, 積極性・自主性への開眼, 前向きな姿勢に, 自己主張ができる, 自己の真の姿を見つけない

(10.25) 積極的に自己表現ができる, 表現への意欲わく, 自己アピールの演技, 自己表現が楽に, 人前での緊張感をよい方向へ向けよう, 見られることが快感に, 見られることで美しくなりたい

(2.56) 性格的に明るくなる, 日常生活でよく笑えるようになる

(2.56) 精神的・心理的に楽に

- (2.56) 度胸がつく
- (2.56) 他の面でも素直に自己表現できる
- (2.56) 精神面での成長，冷静で柔軟な考え方ができる，思考力の成長
- (1.28) 友人たちとの交流がよい方向へ，気持ちの切り替えができる
- (1.28) 緊張感の排除は無理
- (1.28) 気合不足・努力不足を反省

《考 察》

クラス全員の前で受ける実技テストに対して，初め頃ほとんど全員が恥ずかしい・照れる，嫌だ・憂鬱だといった否定的，消極的な気持ちを表していた。中頃から終わり頃になると恥ずかしい気持ちが薄らいできて，他者に自己をさらすことに対する精神的抑圧や緊張が快感として受け止められるようになり，そのようなプレッシャーをばねに前向きに自己を押し出そうとする姿勢に変化してきている。また初め頃には自己にのみ意識が向けられる傾向があったが，次第に周囲にも意識が及ぶようになる。そして他者と共に上達していこうという互いに支え合う気持ちが表されるようになる。明るくなった，柔軟な考え方ができる，気持ちの切り替えができるなど，自己の内面の変化にも気づいている。しかし，僅かながら緊張感や消極的な気持ちがふっ切れない学生もいるが，これらの学生たちも初め頃の否定的かつ消極的だった状態からは幾らか前向きな姿勢に変化していると思われる。

(2) 身体的状態

§初め頃

- (30.76) 身体がこわばって動けない，身体が反応せず，ぎこちない動き，おどおど，震え
- (5.12) 動きが小さい，行動範囲が狭い
- (3.84) 自由表現でイメージがわかず動けない

§中 頃

- (26.91) 音楽に合わせて少しずつ動ける，体が自然に前方へ動く，のびのび動ける，行動範囲の広がり，積極的・自主的な行動ができる，自己主張の表現運動が出来だす，独創的表現を意図しながら動ける
- (20.50) 思いきり身体が動く体験の喜び，自由表現運動の進歩，即時反応運動・基礎リズムのステップの上達，クラス全体が自信をもって動けるようになった。

§終わり頃

- (23.06) 自由表現運動の動き方が会得できて動ける，全身でいろいろな表現運動ができる，自由表現運動を楽しめる，のびのび動くことの心地よさを実感，気楽に動ける，敏捷な行動力
- (6.40) 動きの表現方法に対する意識の芽生え，動き方を工夫，豊かな感情表現運動を目指す，全身で表現する努力
- (3.84) 自由運動は進歩なし，技術面の変化なし

《考 察》

初め頃，人に見られるプレッシャーから身体が思うように動かない，動けないという硬直状態を体験している。だから全身の動き自体も小さく，狭い空間範囲内でしか動けなかった。中頃になると身体が少しずつ動くようになったことが自覚でき，徐々にではあるが，自然に伸

び伸びと動こうという積極性が出てくる。その傾向は、基礎的リズムや即時反応といった基本的な運動だけでなく、音楽から受ける感じや思い描くイメージを、全身で自由に表現することを目指すようになる。また学生たちはクラス全体が心理的な緊張感から次第に開放されて、それと共に実技が向上してきたことを感じ取っている。そして終わり頃には、自由表現運動の技能の上達とともに、自己の感情やイメージのより高い表現を目指し、表現の自由さや楽しさ、心地よさを感得できるようになっている。

(3) 自己認識

§ 初め頃

- (5.12) 自己能力の認知による自己嫌悪感、表現力不足を認知、不得手なことを回避する自己を知る

§ 中 頃

- (8.97) 自己改革の意識の芽生え、消極的考え方・態度を前向きに修正する必要性、他者の眼の過剰意識から脱却する努力の必要、前向きな行動への責任感の必要性
- (5.12) 指導事項の理解が実技の進歩につながる、テストに真剣に取り組む姿勢へ、音楽や教師の言葉を真剣に集中して聞く気力の必要性
- (3.84) 物事全てが明るく感じる・明朗になる
- (1.28) 自由表現運動の難しさ
- (1.28) 家庭で自主的に練習

§ 終わり頃

- (29.48) 自己表出・表現ができ出す、自己表現の喜び、クラス全員の支え合う雰囲気形成、交友関係の円滑化が自己の精神的な成長に、積極的かつ素直な感情表出ができる、身体を動かす必要と意義を知る、感性の育成の必要性の理解、表現の自由性の理解
- (12.81) 感性豊かな人間性を指向（感じる心・素直な気持ち、素直さの大事さの認識）、素直に自己表現ができる、友人との相互観察で虚勢が無くなる、テストと評価の活動は精神的・肉体的に貴重な体験
- (10.25) 生活面でも前向きに行動、あいさつの回数の増加、日常生活での他人との積極的に会話、自己を励まし前進する気持ち、やる気の芽生え、積極性・自主性へ開眼、前向き姿勢、自己主張ができる、自信をもって頑張ろう、自己の真の姿を見つきたい思い
- (7.69) 自信が周囲を見る余裕を生む、視野の広がり、環境への関心の芽生え
- (3.84) 精神的成長、思考力の進歩（冷静・柔軟な思考力）
- (3.84) 厳しい体験を通して未知の自己へ気づく、他者評価を気にせず自己は自己の自律的姿勢の育ち
- (3.84) 生活内での音楽やリズムに対する意識の向上

《考 察》

初め頃、自己のリズム運動能力や表現力の貧しさを認知して自己嫌悪に陥ったり、嫌いなことや不得手なことを回避しようとする消極的な自己の姿を自覚している。中頃になると消極的な考え方や態度を修正し、前向きに行動すること大事さや責任感が芽生えてくる。実技の進歩

には指導事項の理解を深めることや、提示される音楽や指示説明を真剣に聞く必要性などに気づき、考え方や態度に向上心が伺える。終わり頃になると、積極的に、素直に、自己の思いや感情の表出ができることを自覚している。その基底には友人に対して虚勢がなくなり、心理的にリラックスした場が醸成され表出しやすい支持的な風土が個々の精神的な成長に好ましい影響を与えることを認識している。さらに、物事を前向きに捉えて行動すること、自分自身を励まし、やる気を起こすこと、感じる心や素直な心の大切さなどについて考え、感性豊かな人間性を育むことの大切さを理解し、積極的・自主的な自己改革への眼が育まれている。

2 音楽と動き, その他

(1)音楽と動き (2)認識した事項の2項目に分類した。

(1) 音楽と動き

(44.86) 音楽を聞くと自然に体が動く、音楽を聞くと口ずさみつつ動く、ビートの把握の進歩、音に対する自然な反応力の向上、意識して音を聴こうという態度の育成、集中して音楽が聞ける、聴覚能力・リズム感の向上、音やリズムに対する感覚の鋭敏化、動きの上達意識

リズムにのることの楽しさ・身体表現の楽しさの発見、動きながら音楽が聞ける余裕、音楽を聞くと自然に動いている自分に感激、生活内でリズム・音楽を楽しむ体験

(11.53) 即時反応運動とカノンの実行及び基礎的リズムのステップの進歩

(8.96) 音楽の聴取能力の成長 (多面的・分析的、音楽の諸要素の認知)、リズムへの関心や認知能力の成長、音やリズムの連続性・拍への意識の派生、音楽の構成に関する認識の芽生え、音楽についての考え方の変化、音楽リズムの流れの予測能力と表現方法の会得

(2.56) 基礎的リズムのリズムの変化への確かな反応の難しさ、基礎的リズムに対応するリズムを表現するステップの難しさ

(3.56) 能動的聴取が出来ない、聴取しても身体が意図するように動かない、四肢の調整能力の不足 (特に指揮付きカノンのステップ)

(2) 認識した事項

(14.10) 個性的表現が可能な「音楽リズム」の授業内容、授業の有意義さ、授業が楽しく充実感をもつ、感性の育成及び必要性について、授業を通して身体運動の上達と考え方の発展、動くことの必要性和意義について

(11.53) 緊張感によるカノンの上達、途中で戸惑っても続けられる精神的余裕、集中力の向上 (即時反応の進歩は集中力によると認識)

(10.25) 動き方の指導助言による進歩 (指先への集中、のびのびと動くこと、教師のアドバイスの大切さ)、教師の励まし・誉め言葉による開眼と進歩

(7.69) 観察事項を記述する効用 (自己の活動のフィードバック、毎授業の学習記録は自己反省の手掛かり、短時間で評価することが緊張感と集中力を育成)

(2.56) クラス全員の名前の記憶 (入学間もない一回生)

(2.56) 大学生活に緊張感をもって学業に励む姿勢の自覚

- (2.56) ダンスや体操の踊りに興味湧く
- (2.56) 幼児教育に対する考え方の修正, 教育にリズム活動を生かしたい
- (1.28) 聴いた音を頭脳を通して身体に伝える流れの大切さ
- (1.28) リズム運動テストの経験を今後へ発展させたい
- (1.28) 積極性や自信のないままに終了したのが残念

《考 察》

初め頃には、人前で音楽に合わせて歩行や走行やスキップなどのステップすることが気恥ずかしく、動くことに抵抗感があったのが、リズム運動経験の積み重ねと共に音楽に自然に身体が反応している自分自身を自覚し、またリズムにのれる快感を味わうなど、音楽と共に動くことの快さを実感するようになってくる。音楽を集中して聴取する態度が培われ、リズム感が鋭敏になり、聴取能力が向上している。つまり、それは音やリズムの連続性や拍節に対する意識が芽生え、音楽の諸要素の識別や構成を認知する能力など、音楽を多面的、分析的に把握できることである。さらに、音楽の流れを予測して次に来る音楽の動きの表現を即時的に創造できる能力も培われている。

学生たちは、基礎的なリズム運動の課題を実演することについて、自己の能力の進歩を実感している。しかし、向上するにつれて自己の能力がまだまだ満足できるものでないことを自覚し、より正確にリズムを識別しかつステップする難しさを認識している。これは初め頃基礎的なリズムの変化を聴き取ることさえ難しい状態であったのが、終わり頃にはリズムの変化にいかにか確実に、即時に反応できるか、基礎的なリズムのステップの表現の難しさを自覚するといった域にまで成長しているのである。そして音楽とリズムの把握には、聴いた音を頭脳を通して身体に伝える流れの大切さを認識している。

実生活においてもリズムや音楽を楽しく体験できるようになったという音楽的な進歩を確認している学生もおれば、終わり頃になっても音楽の聴取が出来ないとか、聴取しても身体が意図するように動かないなど、思うように進歩しないことに悩む学生もいる。

テスト以外のことについては、「音楽リズム」を個性的な表現ができる授業として捉え、統合された心身の育成には音楽の聴取と共に動くことの必要性を認識し、楽しみながら授業に取り組み、充実感をもっていることが表されている。また教師の指導助言や励ましや褒め言葉が上達を促進する要因であると捉えている。

3 評価について

評価のもたらす効果を(1)評価態度 (2)相互評価の意義 (3)観察眼・評価眼 (4)自己認識の4項目に分類した。

(1) 評価態度 (集中力, 真剣さ, 公正さ, 評価点, 評価する・評価される抵抗感)

(38.44) 公正な評価の難しさ, 他者評価の難しさ (私情が入る, 評価基準の甘さ, 戸惑い), 自己評価の難しさ, 他者評価に対する責任感, 他者評価への抵抗感・評価することに対する躊躇, 評価されるのは嫌, 評価されることで演技が萎縮する, 観察への取り組む姿勢 (真剣に見る・意識の集中・テストへの取り組みの態度と上達), 評価がなかったら進歩は遅かった。

(14.10) 他者評価は自己能力の評価, 自他の評価には自己能力に対する自信が必要
他者評価するための自己学習の必要, 相互評価による切磋琢磨, 相互評価のため

に自己研鑽・自己練習の実行

(2.56) 自己評価における評価基準の認知

(2) 相互評価の意義

(53.95) 評価される緊張感がやる気を引き出す・前向きな姿勢に変化, 他者の視線が刺激に・快い緊張感, 上達に意欲的になる, ファイトが湧く・競争心から頑張る, やればできることを実感, 失敗を恐れずに行動する大切さ

他者によく見せたい気持ち, 自由表現運動で見せることに意欲的に

(10.33) クラスの連帯感の育成, 友達同士の安心感, 共に向上する姿勢の大切さ, 他者観察を通して友人との心の絆, 相互評価によるクラス全体の進歩

(6.41) 他者観察から自己認識の循環性による進歩, 他者に写る自己の認識

(5.12) 恥ずかしい気持ちから頑張ろうの気持ちへ, 評価される嫌さを前向きに捉えよう, 精神的強さの育成, 人前で演ずることが平気に

(2.56) 努力しよう

(6.41) 他者の視線の圧迫感・動きの鈍化, 自意識過剰で動きにくい

(3) 観察眼・評価眼

(34.61) 相互評価による観察眼の進歩, 冷静な判断による評価眼の成長, 自己・他者の動きの客観的観察眼, 他者をよく観察する態度の成長, 他者のよさの認識

(1.28) カノンなどは客観的評価眼を自由運動などは主観的評価眼を育成

(4) 自己認識

(59.91) 集団内での自己能力の認知, 自己観察が能力の進歩を促す, 自己の欠点の指摘が改善点や反省点の発見に, 他者観察から自己反省の姿勢へ, 他者評価を自己の上達に生かす・他者に評価されることから向上心をもつ, 自己認識の向上, 自己を客観的に見られる, 自己の内面の変化に気づく, 集中して考え行動する姿勢の芽生え, 自己愛を認識

(28.20) 他者の動きに学ぶ, 真似ることから自己表現へ生かす, 他者観察から課題意識の芽生え, 他者のカノンの実技を多く見聞きすることによる進歩

(15.38) 評価されることのプラスの心理, 気合が入る, よく見られたい心理の芽生え
評価される羞恥心を超えて有意義さの認識, 評価されることを意識して表現方法を工夫, 授業態度の反省と改善を目指す

(6.40) 自己の性格改善によい影響, 自己の行動に自覚をもつ必要, 指示待ちの態度の修整, テストに対する心構えの芽生え

(4.84) 他者の進歩を気にしないと楽になる, 他者に自己を出すことで気持ちが自由に基礎的リズムと即時反応だけでも思いきり動こう

(3.84) 生活面へのよい影響, 生活内で音楽リズムの意識向上

(5.12) 他者評価が気になる

(3.84) 努力不足を反省, 反省はしても努力せず

(1.28) 技術面は未熟だが精神面では自信できる

《考 察》

初め頃は、評価する・評価されることが学生たちにとって精神的苦痛や過剰なプレッシャーを味わった。その苦痛やプレッシャーを次第に自己を奮い立たせる刺激と捉え、それを乗り越えて頑張ろうという精神的な強さに転換させている。評価することは、真剣に自己及び他者と向き合うことであり、自己を他者に投影することによって自己の姿を認識できるのである。このようにして自己の内面を改めて見つめ直し、自己の自覚していなかった能力や性向などへの気づきが生まれている。また公正な評価をするには客観的かつ冷静な観察眼と評価眼、それに対する責任感の必要性を自覚している。他者の演技を観察することは自分も共に演技しているという仮想体験であるとの考えから、観察することの大事さから真剣に取り組む姿勢が生まれている。また評価眼の向上のために実技体験の蓄積や自己研鑽の必要性を感じて努力している学生もいる。

テストごとに記述する観察事項は、活動をフィードバックして反省の手掛かりを得る切っ掛けになり、また実技直後の短時間内で行う評価は、観察に対する集中と緊張感を育むことになっていることを認め、評価という作業がなかったら、リズム運動の実技の上達も遅かったのではないかと考えている。また評価されることに対して抱く負の感情は全員に共通であることを知ることにより、共通のベースに立って互いに思いやる気持ちを培いつつ、切磋琢磨して共に向上しようという仲間意識が育成されている。

Ⅲ：ま と め

この研究は継続的に実施したリズム運動のテストに自己評価と学生相互の評価を取り入れて、個人の音楽的能力及び精神的成長に及ぼす評価の効果を探究するものであった。

テスト課題については前述したが、特にカノンは音楽の拍子を両腕で指揮しながらリズムをステップするという複数の部位で異なった動きを同時に行う課題で、リズムの識別とステップに加えて、心身の協応性、記憶力、抑制力等が求められた。また、音楽の身体表現運動は、即時的に音楽を聴取しながら即物的に感じやイメージを全身の動きで表現するもので、音楽を客観的に聴くことと、上下左右斜行の方向を組み立てた動きを創造することが要求された。

これらの活動を通して、音楽を集中して聴取す態度が育ったことと音楽の聴取能力の向上、そしてリズム感の発達が上げられる。音楽的要素の識別や音楽の構成についての認知能力が育ち、また即時反応力、リズムの識別能力と実演力、心身の調整力、記憶力、抑制力などの一般的な能力も培われている。このようなことから個人差はあるが全員の進歩が確認できた。特に音楽身体表現は各個が独創的な表現運動ができるようになった。このようにリズム運動の体験を通して、音楽を聴いて神経組織を経由して筋肉組織に伝達できる協応性や調整力が育まれ、心身をコントロールする能力が培われるなど、リズムを体得するためには動くことの必要性が認識できるようになった。特に学生たちは、音楽に合わせて動くことが音楽を楽しむ方法であることを実感し、テストで苦しんだ経験を通して、この活動が有意義なもので、音楽活動における新しい局面を知ることができたことを最終的には評価している。

評価について、学生たちは評価する・されることに初め頃はマイナスの感情をもっていたが、評価されることに対する慣れと共に次第にプラスの側面についての理解が深まり、肯定的に受け留められるように変化してきた。そして評価がなかったらリズム運動の上達は捗らなかった

のではないかと、真剣な授業への取り組む姿勢が培われなかったのではないかと、といった見解も生まれてきた。私情を挟まずに評価することの難しさや責任感、そして評価される立場の緊張感。これらの体験を通して学生たちに授業へ真剣に取り組む姿勢が形成された。それは一回目の反省点や小さな意識を持って次回のテストに臨むという繰り返しの作業によって、課題の達成目標への道程が修整されつつ上達されていった。その際にテスト後に自己の演技についてのコメントを記述したことは問題点の確認になり、次の達成へのステップをより明確にできた。また、他者を観察することを通して、他者の示すアイデアや小さなポイントがクラスの個々人に受け取られ、それらが個々の内面で再創造されて個々人のものとして表現されるといった循環性が、学生の観察眼・評価眼の向上や実技能力の上達につながっていったと考えられる。そして、初め頃には自己にのみ向けられていた意識が徐々に周囲への気づきとなり視野がひろがっていった。また他者を評価することは他者に自己を投影させて自己確認する手掛かり得ることであり、自己内コミュニケーションを活発に行いながら自己の能力や性向について、自己の真の姿について認識しつつ自己確立を目指し、次第に自己を外界へ素直に、自然体で表出・表現できる内面と外面の壁がはがされ、外界へ開かれた感性豊かな人間性を求める自分像を創造したいと考えている学生たちが育ってきた。また学生たちは厳しい体験を通して互いに励まし合い支持しあう場を作り上げ、切磋琢磨しながら共に成長しようという仲間意識が培われ、よい人間関係を発展させたと思われる。

Ⅳ：資 料

全ての学生の感想文には必死でテストに取り組み、それぞれに成長していった過程が綴られている。テスト活動の様子や学生たちの心理的・身体的葛藤等のありのままの声を、上に述べた内容を補う意味で読んで理解してほしいと思う。

1 回生 Y. T

4月の1番最初のテストでは、戸惑いや緊張感が頭の中で渦巻いていて、即には動くこともできない状態だった。自分の前に演じた人をゆっくり評価していて、テストに出遅れてしまったり、自由運動の時もただ手をぶらぶら動かすだけだったようだ。何をするのに自信がなく、いつも二人組の相手を目で追っていて、何が何だかわからないままに終わってしまうことが3回目ぐらいまで続いた。どうしたら自信を持って自由運動も力いっぱい踊れるようになるのか分からなかった。5月の連休が終わり2週間ぶりにテストを受けた。すると、今までおどおどしてぎこちない動きしかできなかったのに、なぜか自分の気持ちを自分なりに身体で表現できた、と思える自由運動ができたのだ。何が切っ掛けになった分らないけれども、それからの自由運動は伸び伸びとできるようになった。そして基礎的リズムもカノンも少しずつだが、自信を持ってできるようになってきた。10回のテストを受けて、まだまだ完全にはできないけれど、自分なりのスピードで上達してきたと思う。

評価して良かったことは、まずみんなの中で自分の能力がどの位置にあるかが分かって、次にはもう少し上になろう、とやる気が出てきたことだ。評価されていて良かったことは、やはり見られているということが刺激になって、ある程度の緊張を持ってテストに臨めたことである。

リズムテストを経験して日常的に変わった点といえば、まずよく笑えるようになったことだと思う。大学での新しい生活の中で周りの人がみんな偉く見えて、自分に失望しかけていた時に先生が誉めて下さったり、クラスみんなが自分と同じような悩みを持っていることを言ってくれたりして、何とか自信が持てるようになったせいか、何に対しても（木の葉が揺れているのを見て）楽しい気持ちで笑うことができるようになったのだ。他にも姿勢が良くなったり、動きが素早くなったり、いろいろと変わったところはあるけれど、やはり一番の収穫は“明るく笑える”ようになったことだと思う。

1回生 C. O

リズムテストを経験して技術的にいかに進歩したかということについては、4つの活動課題のうちでは、何といても即時反応である。最初はとろとろして、いつもみんなと比べるとテンポが1拍遅れているという感じだった。それが3回4回となるにつれて、みんなに遅れをとるまいと、競争心も燃え、見間違えるほどにピアノの音や周りに敏感になった。急に変わったと思ったのは、人の前で人目にさらされている時、先生にエネルギーを感じるということを誉められて自信がついたのも進歩の一因だったように思える。

人を評価するということについては、いかに公正な目で観ることが難しいかが分かった。こんなに継続して何週間も30人を観察していると、見方が偏ってくることも感じられたが、何とか一人ひとりの進歩の過程を読み取りたいものだと思いつつ観察できるようになったのは、とてもよかったと思う。また自分でも、そのことを意識しながらテストを受けたため、今日は何が進歩したか・・・について考えながら、次のテストに臨むことができた。テストのことを考えすぎて神経質になりかけたこともあったけれど・・・。

このテストを受けて、音やリズムの連続性や拍を意識するようになった。普段の生活の中で拍やリズムの連続性を見出せることによって、自分自身と音楽との関係がより深くなったようだ。

将来幼稚園の先生にならなくても子どもを育てることがあれば、今までテストで経験したことを生かして、幼児期から音と動きを結びつける教育を心がけたいと思う。

3回生 K. Y

今までの授業記録を読み返してみると、自分自身の中で進歩が現れているのに気づく。授業を通して最初に感じたのは、自分の体を自由に動かさないのがゆさであった。それとともに表現力のあまりの乏しさに驚き、自分自身の能力について改めて考えさせられた。やがて他人の目ばかり意識している自分に気づき、恥を捨て去り、もっと自由に、素直に、思うままに動こうと努力するようになった。思えばこの頃から自分の表現運動にも少しずつ変化が現れたのではないだろうか。初めのうちは、他人の目に向けられていた意識が、徐々に自分自身の体に移ってきた。そして、体の各部の関節や先端部へと広がり、それぞれの部分に集中することを覚えていった。こうして私の中でも、ほんの少しではあるが、目に見えて表現力が向上してきたと思うし、それと同時に、精神面でも変化が現れてきたように思う。まず、人前で振る舞うことが以前ほど恥ずかしくなくなった。また人とのかかわりの中で、自分の行動にはっきりとした意志をもって自己表現するよう心がけるようになった。授業での自己観察では、自分の中でその行為をフィードバックしていたように思う。これは自分自身を知る上で非常に大切にな

ことである。私は自分を知ることが、自分を伸ばすためにどんなに重要かを、この授業を通して学んだように思う。また、人に見られるということから、自分というものをしっかりつかもうとする姿勢がみられるようになった。そしてどんな場に立たされても変わることはない自分を持ち続けたい、と思うようになった。今私は素直な自然な自分の姿を、もう一度見つめ直してみたいと思っている。中途半端に大人になろうとして背伸びをするより、今の自分に忠実でありたい。そして、「ものに感じる心」を常に持ち続けられるような、感性豊かな人間に私はなりたいと思っている。

小学校課程 4 回生 Y. S (統計の総数には含んでいないが、参考までに掲載した。)

授業「音楽リズム」の連続テストを通して、私自身変わったのは確かである。まず、リズムに対する考え方が変わった。以前はただ曲にのればそれでよいと思っていた。しかし、その音楽の拍を感じ、それに合わせて手や足を動かすことは身体だけでなく心までも快く感じた。身体で音楽をとらえることは、とても大切だと思った。次に、身体が自然に動くようになった。始めのうちは、音楽に合わせてステップすることができず戸惑った。それがしばらくすると、身体の中で拍を感じ、次の一步がだいたい予測できるようになった。また、即時反応も以前よりは敏捷になったようである、と言ってもまだまだワントempo遅れてしまうのだが。三つ目には、カノンの実演を通してある程度音を記憶できるようになった。これも始めのうちは必死で頭を働かせ、覚えようと努力していた。それでも途中で分からなくなることが多かった。それが次第に意識しなくても頭に残るようになった。身体表現運動に関しては、外に現れる動きではあまり変化していないように思える。しかし、人前でする恐怖心や恥ずかしさが薄らいぎ、少しは勇気が持てるようになった。そして、最後にやっぱり音楽に合わせて身体を動かすことは最高だな、と改めて感じることができた。これは本当によかったと思う。

評価をお互いにしあったことによって、評価する目を養えたと思う。自分のことは分かりにくいもので、人に言われて気づいたりするものだが、人の動きを見て自分の動きを見つめ、未知な面を知ることができた。

「音楽リズム」を受講してから体操の演技をする時には、特に音楽の拍に気を付けるようになった。いくら一生懸命演技しても曲に合っていなければ、見る方もする方も何かマッチしない不快な感じをもつものだ。だから、よく音を聴きながら動くようになった。また、リズムは至る所に満ちていることに気づき、リズムに囲まれて心地よく生活していることに改めて気づかされた。

§ 参考文献：

梶田穀一著：『教育評価—学びと育ちの確かめ—』放送大学教育振興会 1995

§ 注：

この活動を行った昭和60年代、保育内容「音楽リズムⅠ」「音楽リズムⅡ」という科目名であったが、平成元年度から「表現（音楽）」に、そして平成11年度から「音楽表現の指導法」と名称が変わっている。

§ 後述：

この論文の資料になった感想文は研究室の戸棚に保管されていたものである。今改めて読み返してみると、学生たちの純真さ、ひた向きの活動に対する熱意などを感慨をもって受け止めることができる。現在、彼らは教育界の中堅として、家庭人として、それぞれの道を歩んでいるが、青春時代に受けたこのリズムテストの経験は、今も彼らの記憶に深く刻まれていると言う。それほど強烈な体験であったのだと思う。この感想文をそのままにしておくのが惜しく、また学生たちに申し訳なく思い、15年経過した今、陽の光を当てるべく報告的な意味合いをもつ論文にまとめた。まとめるに当たって、一人ひとりの感想文を何度も何度も読み返したが、その際に今も初々しく、若々しい彼らの体が生き生きと活動しているその時の姿が私の脳裏に浮かんで来て、彼らとの一体感を味わうという、まさに至福の時を持つことができた。