

レクリエーションダンスにおける
a t t r a c t i v e な動きの研究
— 上肢について —

○井上 九美 (樟蔭女子短期大学)

ダンス 上肢の動き 表現

〔目的〕

レクリエーションプログラムの一つとして行なわれているダンスは、指導者が動きの型を教えて参加者がそれを真似るという方法でしばしば行なわれているようであるが、同じ動きや音楽を他人と共有するという点において、交流をはかるための効果的なプログラムのひとつであるといえる。

ところで実際の場面では、指導者が行なう動きが参加者の様々な反応、例えばある動きは非常に興味をそそり、またある動きは恥ずかしさをもたらす、といったことを引き起こすことがある。参加者が主体的、積極的に取り組めるプログラムをすすめるためには、動きのもつ種々の要因—興味、難易度など—を把握しておくことが必要であろう。本研究は、数種類の上肢の動きの印象について質問紙法によるアンケートを行ない、さらに人と関わる場面での用いられ方を分析することによって、その特性を明らかにしようと試みるものである。

〔方法〕

実験Ⅰ：Table 1 に示した上肢の動きに対して、これらの動きを行なったことのある女子短期大学生110名に、「興味」「ノリのよさ」「難しさ」「運動量」「恥ずかしさ」の程度を5段階で評価させた。

実験Ⅱ：5m×5mの空間で ①1人で、歩きながら上肢動作を行なう(2分間) ②2人で、歩きながら上肢動作を行なう(2分間) の2条件で実験を行ない、その様子をVTRで録画した。指示は「Table 1の動きを使いながら自由に歩いてください」とした。③の被験者の関係は親しい友人同志である。実験は無音で行なった。

Table 1 上肢の動き

1	両腕を同時に上へ伸ばす
2	両腕を同時に前へ伸ばす
3	両腕を同時に横へ伸ばす
4	両腕を同時に上と横に伸ばす(L-リフト)
5	両腕を上と横に伸ばす(L-リフト)
6	両腕をぐるぐる回す
7	肘を肩に貼る
8	肘を肩に貼るようにして体側をたたく
9	肘を曲げ胸の前で十字をつくり手を入れ替える
10	肘を交互に上へ伸ばす
11	肘を交互に前へ伸ばす
12	肘を交互に下へ伸ばす
13	肘を交互に手のひらでお腹をたたく
14	肘を交互に肩の後ろ(片腕伸ばす、片腕曲げる)をつくり左右を入れ替える

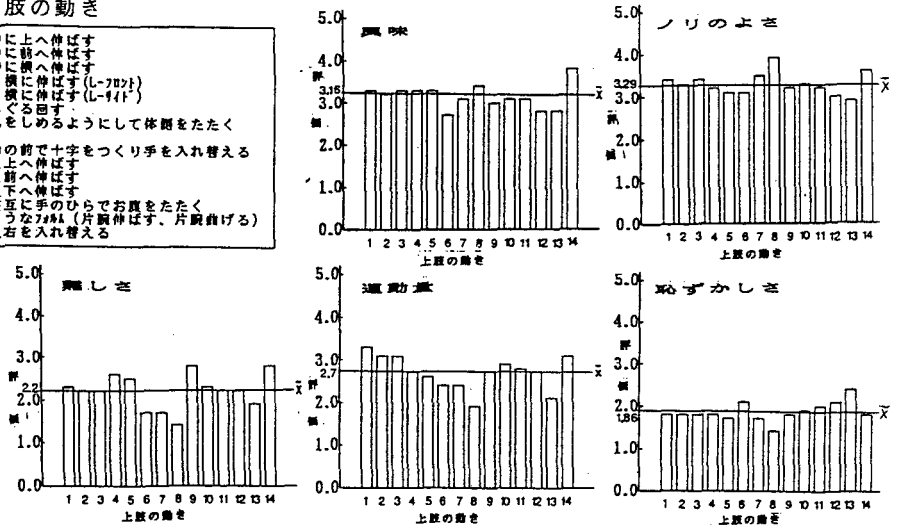


Fig.1 上肢の動きに対する評価

〔結果と考察〕

1～14の動きに対する評価点をFig.1に示した。評価点が高いのは、「興味」では弓を射る($\bar{x}=3.8$)、「ノリのよさ」では、手をたたく($\bar{x}=3.9$)、「難しさ」では手の入れ替えや弓を射る(ともに $\bar{x}=2.8$)、「運動量」では両腕同時に上へ伸ばす($\bar{x}=3.3$)、「恥ずかしさ」ではお腹をたたく($\bar{x}=2.4$)であった。一方、評価点が低いのは、「興味」では腕をグルグル回す($\bar{x}=2.7$)、「ノリのよさ」ではお腹をたたく($\bar{x}=2.9$)、「難しさ」と「運動量」と「恥ずかしさ」では手をたたく(それぞれ $\bar{x}=1.4$ 、 $\bar{x}=1.9$ 、 $\bar{x}=1.4$)であった。ところで、「好きな動きを3つあげてください」の質問に対して①手をたたく(56.5%)②弓を射る(52.8%)③脇をしめる(45.4%)の結果が得られた。「手をたたく」は評価点の結果から、運動量は少ないが簡単で、恥ずかしくなく、しかもノリのよい興味ある動きととらえられており、緊張のほぐれない場面やプログラム導入の場面に適した動きといえる。しかし「弓を射る」は左右の腕が別々の動き(右腕は曲げて左腕は伸ばす)を行なうために難しい動きと評価されたにもかかわらず、興味深い動きととらえられている。動きの好き嫌いを決める要因に動きの難易度は必ずしも影響しないものと考えられる。

実験Ⅱの1例をFig.2に示した。実験場面で使われたそれぞれの動きの遂行時間を合計し、全体(120sec)に対する割合を求めた。1人場面でsub.Hは「脇をしめる」「両腕同時に伸ばす」「手をたたく」とを繰り返して行なった。sub.Nは「同時に伸ばす」と「交互に伸ばす」を多く行なった。(腕を伸ばす動きは上下左右の方向を組合せて行なうことが多いため、同時-交互の基準でのみ分析した) 2人場面でHはNの後を歩いた。Hは「手をたたく動き」が増加し、また途中でスキップを行なったために上肢の動きのない時間が生じた。一方Nは1人場面で行なった「腕をグルグル回す」と「お腹をたたく」が減少し、「手をたたく」や「脇をしめる」が増加した。前者は実験Ⅰの「恥ずかしさ」で、後者は「ノリのよさ」でそれぞれ評価点が高い動きである。Fig.3は各条件時の歩行数を示すが、2人場面でNの歩数がHに近づいている。これらのNの動きの変化は、Hの存在自体や、Hが行なった手をたたくりズミカルな動作に影響されたものと予想される。

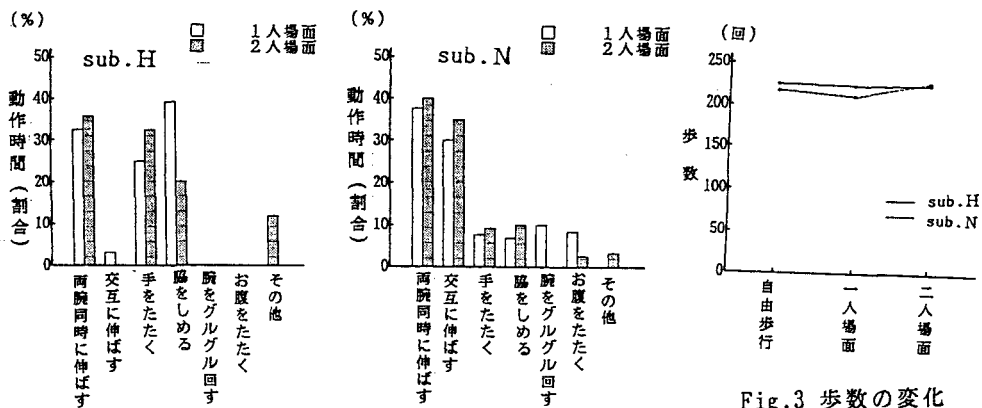


Fig.2 実験場面における上肢の動き

Fig.3 歩数の変化