

## レクリエーションダンス教育課程構築への 実践報告

浦江千幸（BTRDプロデューサー…BLUE-THREEレクダンス研究会幹事）

### →実践と構築←

#### 始めに

筆者は19年前よりBTRDを通してレクダンスの創作・普及を行ってきたが、その過程でレクダンスの基礎的知識の習得段階における教育課程が不備であることを痛感し所属団体のB・T・R・Dとともにプログラム開発に力を入れてきた。このプログラム開発の過程を概観してみたい。

#### 教育課程として必要な項目

- 1、ダンスの実際体験
- 2、用語
- 3、創作
- 4、指導法
- 5、レクダンスを取り巻く諸知識（器械・法規）の修得
- 6、レクダンス運動論

#### ①教育課程におけるプログラム開発 1980-86頃

##### ◇開発における問題点

客観的にだれもができ、集団で学べるプログラムを開発しなければならない  
興味を後につなげるプログラムでなければならない

##### 1、用語の習得

単なる用語の羅列ではなく実践的に覚えられることに重点

『レクダンスの基礎ステップ』『レクダンスの基礎ポジション』とい  
うダンスプログラムの開発

##### 2、創作

簡単な組み合わせによる集団創作技法を開発

（時間をかけない・専門的知識を要しない・集団で楽しく）

→雑誌『レクリエーション』において、創作の習得プランとともに発表（図表1）

→三重県で行われたレクリエーション大会のなかのレクダンス部会においても実  
践された

##### 3、指導法

集団による指導法の練習方法を開発

（1人が指導するのではなく集団で練習）

##### 4、1. 2を発展的に応用し、レクダンスミュージカルを創作する

#### ②『つくって踊ってたのしもう』の発刊 1986年

その成果を基に『みんなのレクダンス3集』—つくって、踊って、たのしもう—  
を1986年に発刊（プログラム開発の1. 2. 4を含む）

- 1、レクダンスをつくろう（解説書の読み方・書き方 創作の手順・ヒント集 実践的用語集 創作練習帖）
- 2、ミュージカルをつくろう
- 3、レクダンスを踊ろう

③ **レクダンスプログラムの実践** 1984-92年頃  
 主にレクリエーションリーダー、シニアリーダー、ハンディキャップレクリエーター養成などで実践  
 3-5回のプログラムで実践しプログラムの実際性・効果の検証を行い改良を重ねて来た→指導者講習会を実施→後述の教室の基になる

④ **レクダンス指導者養成の教室の創設** 1992年から  
 ☆B・T・R・Dで4年前から指導者養成の教室を創設（月1回）  
 ☆少人数制  
 ☆特に創作技術の習得を体系的に行うプログラムを開発  
 ①ゲームダンス②1人踊り（組み合わせ法・方向づけによる創作など）  
 ③ダブルサークル（組み合わせ法・もの語り創作法など）④シングルサークル  
 ⑤民踊⑥シングルサークル⑦ロングウェーズフォーメーションなど  
 ☆内容  
 レクダンス論・レクダンス運動論・レクダンスの実情・  
 音響機器の使い方・音楽著作権・創作論  
 踊り・創作・実技実習

⑤ **レクリーダー養成事業での実践**（現在おこなっている内容）

問題点	初心者であるが指導者をめざしている 時間数がほとんどない
実際	創作をベースにした基礎技術修得のプログラムとした 踊りを多数踊ることによる初心者の負担増をさけ、グループワーク的に楽しく実践する
内容	基本的用語をまず教える（サークル）→それを使った踊りを踊る（図表2） ゲームダンスを踊る→それを元に1分間で構造模倣の踊りを創作（違う曲で踊る） 1人踊り用の用語を教える→レクダンスの基礎ステップという踊りを曲あわせて踊る→その用語を元にして1人踊りをみんなで創作（5分） 踊りを何曲か踊る
特色	2時間の授業でみんなで楽しく2曲創作、ステップ・用語を習得 踊れないと言う人（落ちこぼれ）のない授業、ステップを教えることによりその後の踊りの習得の省時間化 →時間数が多い場合は指導法などを加味する

## 構築の成果と問題点

- ◇レクダンスの指導者養成事業を行う上でのプログラム開発を行うためにさまざまな実践を通して試行錯誤してきた。
- ◇実践を通してかなりなノウハウが取得できた。
- ◇初心者が踊りを踊るようになる上での指導上のノウハウの開発はさらに行うべき  
→とくにステップの科学的な教え方を開発する必要がある
- ◇創作は楽しく、集団で、短時間でできる。ただし創造性を重視する立場からはさらに検討の余地がある（上級者の創作指導はさらに個別指導になるのでその開発は重要）
- ◇プログラムを開発でき、そのプログラムにそって教えられる指導者の養成も必要である

## 終わりに

レクダンスは戦後もかなりたって起こった新しいダンスの運動である。ここ20年ばかりレクリエーション・フォークダンス愛好家を中心にひろまってきた。創作としての運動も盛んで、各地で講習会も開かれている。だが、踊りを踊ることでその活動が終わってるきらいがある。筆者はここ15年くらい、レクダンスの基礎的な分野での教育的プログラム開発を行い、一定の成果はあげてきた。今後さらに開発をすすめ、真の意味でのレクダンスを確立して行く一助としたい。

## ◎参考文献

『初心者に対するレクダンス創作指導法を研究』浦江千幸(『レクリエーション』1985年2月号)  
『みんなのレクダンス3集—つくて、踊って、たのしもう』(B・T・R研究会刊)1986年

図表1 レクダンス創作の習得プラン(『レクリエーション』1985年2月号より)

(初心者) 状況	選曲	指導者のAdvice	本人	創作
1人では創れない (創ったことがない)	誰もが知っている曲 構成しやすい曲	楽しく 短時間で みんなで協力して	自分の知っている知識(含ダンス以外)の応用	動きの当てはめ、動きの指定、選択。フォームに従って創る。客観的な方法。
(ダンスを数多く踊る。)				
(次回以降)フォローアップ				
まだ1人、集団で創るのは不安	バラエティーに富んだものを指導者が与える。	自主性を与える。 創作の手順を教える 創作への促し	自分で目的を設定 自分の知識(ダンス)の活用	創作の手順に沿って考えてみる。 フォームも参考にして創作する。
(グループ、サークルづくり)				
(一人立ち)				
1人・集団で創れる。	自主的に選出す。	総合的な判断・評価を与える。	創造性・感性を生かす。	自分たちの創り方でやってみる。

## 図表2 授業案の一例

レクダンスのステップを覚えてレクダンスも創作する

### レク・ダンスのための基礎ステップ

隊形 フリー

音楽 前奏32呼間をきき踊りはじめる

踊り方

A ウォーク[右・左へ 前・後ろへ]

I、右足から右へ4歩歩く①～④左へ4歩歩く⑤～⑧

…8呼間

II、右足から前進4歩①～④後退4歩⑤～⑧

…8呼間

以上16呼間

B ツーステップ

ツーステップで大きく左まわり1周する①～⑩

…16呼間

以上16呼間

C ゴーゴー

『右足を右へ1歩出し①左足を閉じる②右足を右へ1歩出し③左足をつける④ 『①～④』を左へ行う⑤～⑧』を2回行う

…16呼間

以上16呼間

D ショティッシュステップ[前後へ]

I、右足を1歩前に出す①左足をとじる②右足をさらに1歩出す③右足でホップ④

…4呼間

II、左足を1歩後退①右足をとじる②左足をさらに1歩後退③左足でホップ④

…4呼間

III、『I・II』をもう1度行う①～⑧

…8呼間

以上16呼間

E グレイプバインステップ

I、(スロー)右足を右へ1歩出し①②左足を右足の後ろから交差③④右足をさらに右へ1歩出す⑤⑥左足をとじる⑦⑧

…8呼間

II、(スロー)左へ左足から『I』を逆足で行う①～⑧

…8呼間

III、(クイック)『I～II』を1呼間で1歩づつ2往復行う(①～④右へ⑤～⑧左へ ⑨～⑫右へ ⑬～⑯左へ)

…16呼間

以上16呼間

F クロスステップ(ディスコのボックス)

I、(スロー2回)右足を左足の前に交差①②左足を右足の前に交差③④右足を下げ⑤⑥左足をとじる⑦⑧ 『①～⑧』をもう1度行う⑨～⑯

…16呼間

II、(クイック4回)I『①～⑧』を1呼間で1歩づつ4回行う①～④、⑤～⑧、⑨～⑫、⑬～⑯

…16呼間

以上32呼間

G スリーステップ・ターン[右・左へ]

I、(スロー)右足を右へ1歩出す①②右足を軸に180°右回転し、左足をおく③④左足を軸に180°左回転し、右足をおく⑤⑥左足を右足につける⑦⑧

…8呼間

II、(スロー)『I』を左足から左へ行う①～⑧

…8呼間

III、(クイック)『I～II』を1呼間で1歩づつ行う①～④(右へ) ⑤～⑧

…8呼間

以上24呼間

H ツイスト[右・左へ]

右へツイスト①～④ 左へツイスト⑤～⑧

…8呼間

以上8呼間

◎ 構成 (A～H)×5-(A～G)

(B・T・R・D経験)

### ☆1人踊りを楽しく作る方法

上記のステップをつかってだれもが簡単にダンスを創作できる

(レクリエーション誌のものを発展させたもの)

ア	イ	ウ	エ
(8)	(8)	(8)	(8)

①左右の動き グレイプバイン ゴーゴー

②前後の動き ウォーク ショティッシュ

③回転 ツーステップ(右回り) スリーステップ・ターン

④その場 ツイスト クロスステップ