

ダンス技能とリトミックの関係について

(第 2 報)

—リズム感覚の分析—

西谷 怜子・長尾 洋子・鎌尾 紘子

まえがき

学生がダンス学習において創作の途上、いろいろな型でリズムの間違いを、しかも平然と行っていることがある。例えば、3拍子のうごきで創作したつもりでいざ曲にあわせてみると全くあわない、うごいて数えてみると4拍子であったということがある。つまり、「1 2 3 あーん」と、自分では3拍子のつもりで勝手に気持ちよく3 あーんと、2拍にのばしてここのだけ4拍子になっているのである。また、3拍子の曲にあわせて踊るとき、実際には音楽は4小節、 $3 \times 4 = 12$ 呼間であるのに、うごきは2拍子6小節、 $2 \times 6 = 12$ 呼間とし、12呼間目のときに丁度曲にあう。平気で2拍子でうごいているのである。また、ある者は、長くひっぱって持ちこたえるべきうごきがどうしても持ちこたえられない。(これはうごきのテクニックにも問題があると思われるが) こういう問題にぶつかる度にダンス学習には是非段階的なリズム指導が必要だということを痛切に感じさせられる。一見リズムカルにうごいていると見えるうごきでもよく観察してみると、一個人の創作はいつも似通ったリズムでうごいていることに気がつく、リズムを与えて即興練習をするとき、たまたま苦手なリズムに出会うと、細かいリズムの変化は無視してカウントのみをとらえてうごき、個人にあった好きなリズムは細かくとらえて表現するということがある。ダンス指導において段階的な、そして計画的なリズム感覚指導をもっと能率的に行わねばならないことを痛切に感じさせられる。その資料として前回にひきつづき、異った角度即ちうごきから探ってみようとするものである。

1. 目 的

前報においては、リズム感覚訓練の指導に役立てるため、リトミックの方法で反応困難なリズムパターンを探ってみたが、今回は、与えられたリズムパターンにあわせて各自自由なうごきで踊らせて、リズムパターン別にどのようなうごきを多く用いるか、困難でうごきにくいパターンはどれか、そして、リズム反応テストの結果とも比較検討することにより、ダンス指導に役立たせようとするものである。

2. 方 法

- (1) 期間、昭和37年5月～38年11月
- (2) 対象、本学体育科学生 20名
- (3) 指導過程、第1報と同じ方法で行った
- (4) テストの方法
 - a 第1報と同じ方法でリズム反応テストを行った。
 - b リズム反応テストに用いた各種リズムパターンを次の条件によってあたえ、被験者に自

由なうごきでうごかせ、そのうごきの様相を教官2名により観察し、うごきのスケッチをした。

- ① リズムはピアノによってあたえる。
- ② 各うごきのフレーズは同じリズムパターンで4小節とする。
- ③ リズムは、1フレーズきき、ただちにうごき4回くりかえしつづける。

3. 結果の処理と考察










第 1 表





| リズムパターン 番号 | リズムの種類 | リズムパターン 略号 | リズムパターン | 1. 反応 正しく できた回数 | 2. 反応 正しく できなかった回数 | 3. 反応 できなかった回数 | リズムパターン 略号 | リズムの種類 | リズムパターン 略号 | リズムパターン | 1. 反応 正しく できた回数 | 2. 反応 正しく できなかった回数 | 3. 反応 できなかった回数 |
|---------------|---|---------------|---------|-----------------------|--------------------------|-------------------|---------------|---|---------------|---------|-----------------------|--------------------------|-------------------|
| イ | 4/4拍子 の 基礎 リズム | 1 | | 1 | 19 | 1 | ト | リズムの アノセント あにもの | 18 | | 1 | 17 | 3 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 19 | 1 |
| | | | | 1 | 20 | 0 | | | | | 1 | 20 | 0 |
| ロ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 2 | | 2 | 20 | 0 | 子 | 3/4拍子 弱拍に アノセント あにもの | 20 | | 1 | 18 | 2 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 19 | 1 |
| | | | | 1 | 17 | 3 | | | | | 1 | 20 | 0 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 19 | 1 |
| ハ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 3 | | 1 | 19 | 1 | リ | 4/4拍子 の 含むもの | 22 | | 1 | 16 | 4 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 16 | 4 |
| | | | | 1 | 15 | 5 | | | | | 1 | 19 | 1 |
| | | | | 2 | 19 | 1 | | | | | 2 | 18 | 2 |
| ニ | 4/4拍子 強拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 4 | | 1 | 19 | 1 | 又 | 3/4拍子 の 含むもの | 25 | | 1 | 16 | 4 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 17 | 3 |
| | | | | 1 | 18 | 2 | | | | | 1 | 18 | 2 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 18 | 2 |
| 二 | 4/4拍子 基礎 リズム | 5 | | 1 | 20 | 0 | ル | 4/4拍子 1拍中に 起る シンコパ ン | 27 | | 1 | 11 | 9 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 9 | 11 |
| ホ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 6 | | 1 | 20 | 0 | オ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 28 | | 1 | 13 | 7 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 9 | 11 |
| ヘ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 7 | | 1 | 18 | 2 | エ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 29 | | 1 | 10 | 10 |
| | | | | 2 | 18 | 2 | | | | | 2 | 20 | 0 |
| ト | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 8 | | 1 | 10 | 10 | ウ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 30 | | 1 | 14 | 6 |
| | | | | 2 | 17 | 3 | | | | | 2 | 18 | 2 |
| ト | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 9 | | 1 | 10 | 10 | エ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 31 | | 1 | 16 | 4 |
| | | | | 2 | 14 | 6 | | | | | 2 | 19 | 1 |
| ト | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 10 | | 1 | 13 | 7 | エ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 32 | | 1 | 16 | 4 |
| | | | | 2 | 19 | 1 | | | | | 2 | 19 | 1 |
| ト | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 11 | | 1 | 19 | 1 | エ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 33 | | 1 | 18 | 2 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | 2 | 14 | 6 |
| ト | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 12 | | 1 | 19 | 1 | エ | 4/4拍子 弱拍に 長い 音符のあ るか シンコパ ン | 34 | | 1 | 20 | 0 |
| | | | | 2 | 20 | 0 | | | | | -2 | 18 | 2 |


第2表 表現によるリズム反応テスト結果









| | |
|---|--|
|  | ウォーキングとポーズのくり返し, 16。ウォーキングと解緊のくり返し, 2。ウォーキングターン, 1。 |
|  | ポーズとウォーキング, 13。両手波動と共にウォーキング, 4。ウォーキングとターン, 2。脱力とウォーキング, 1。 |
|  | 両腕回旋とウォーキング, ポーズ, 1。両腕上挙とウォーキング, ポーズ, 14。スリーステップターンとポーズ, 3。ウォーキングして足をゆっくり上挙, 1。 |
|  | ウォーキング, 9。ウォーキングとポーズのくり返し, 3。ウォーキングと前後への解緊, 3。ウォーキングターン, 1。ウォーキングターンとポーズ, 1。 |
|  | ランニングとポーズ, 12。ランニングターンとポーズ, 5。ランニングと前後への解緊, 1。ランニングとツーステップ, 1。 |
|  | ランニングとポーズ, 7。ウォーキングとポーズ, 5。ランニングと前後への解緊, 2。ターンしてポーズ, 1。 |
|  | ランニング, 13。片足とび, 3。ウォーキング, 2。ランニングターン, 1。 |
|  | ランニング, 14。バランスステップ, 3。ランニングとその場のジャンプ, 1。 |
|  | ポーズとウォーキング, 6。ポーズとツーステップ, 4。両腕回旋とウォーキング, 4。ウォーキングとツーステップのくり返し, 3。ウォーキングターンとツーステップ, 1。 |
|  | ランニング, 18。バランス, 2。 |
|  | ランニングしてポーズ, 11。ランニングターンしてポーズ, 4。バランス, 3。ランニングして側屈, 1。片足とびと解緊, 1。 |
|  | ボルカステップ, 14。ボルカターン, 3。ボルカステップとカット, 1。 |
|  | ポーズとツーステップ, 5。ウォーキングとツーステップ, 2。片足とび, 3。 |
|  | バランスステップ, 5。ボルカステップとポーズ, 3。ツーステップとウォーキング, 1。スキップ, 1° |
|  | ボルカステップ, 6。ランニングとジャンプ, 5。ツーステップして, その場のかがとの上下, 1。 |
|  | ウォーキング, 13。波動とウォーキング, 4。ジャンプ, 2。 |
|  | ランニング, 16。ウォーキング, 2。ターンとランニング, 1。 |
|  | ウォーキングとランニング, 6。ウォーキングとターン, 4。ウォーキングとバランス, 2。ウォーキングとピボット, 2。ウォーキングとスライド, 1。ランニング, 1。ウォーキングターンとふみかえ, 1。 |

| | |
|---|---|
|  | ランニングとポーズ, 8。ウォーキングとランニング, 4。ジャンプとウォーキング, 3。ウォーキングとピボット, 1。ウォーキングとその場とび, 1。ポーズとウォーキング, 1。ポーズとランニングターン, 1。交互に振り上げ, 1。 |
|  | ウォーキング, 10。ウォーキングとポーズ, 6。ウォーキングとウォーキングターン, 2。 |
|  | ランニングとポーズ, 13。ランニングターンとポーズ, 5。ツーステップとウォーキング, 1。ウォーキングとポーズ, 1。 |
|  | ウォーキングとランニング, 7。ウォーキング, 4。ウォーキングとジャンプ, 1。ウォーキングターン, 1。足後挙のホップ, 1。ポーズして待ちジャンプ, 1。スライド側屈解緊, 1。 |
|  | ウォーキング, 9。ウォーキングとポーズ, 3。ウォーキングとスライド, 1。ランニングとウォーキング, 1。ランニングと膝の屈伸, 1。ランニングと前屈解緊, 1。ランニングとポーズ, 1。ランニングターン, 1。後屈解緊と前屈解緊のくり返し, 1。 |
|  | ウォーキング, 10。ウォーキングとツーステップ, 2。ウォーキングとポーズ, 1。ウォーキングとジャンプ, 1。ウォーキングとランニングターン, 1。ウォーキングとカット, 1。ランニングしてバランスのボルカ, 1。ポーズしてランニングターン, 1。ポーズしてウォーキング, 1。ポーズしてランニング, 1。 |
|  | ウォーキング, 12。ウォーキングとランニング, 2。ウォーキングとジャンプ, 2。 |
|  | ウォーキング, 8。ポーズとランニング, 4。ポーズとウォーキング, 3。ポーズとバランス, 1。ランニング, 1。ランニングターン, 1。 |
|  | ランニング, 4。ランニングターン, 1。ランニングとホップのくり返し, 1。ウォーキングとホップのくり返し, 1。ウォーキングとバランスステップ, 1。ウォーキングのみ, 1。足を振り上げ進む, 1。その場でかがとみのみの上下, 1。 |
|  | ウォーキング, 7。ウォーキングとポーズのくり返し, 2。ウォーキングとウォーキングターン, 1。ウォーキングとツーステップ, 1。ランニング, 1。ウォーキングターンしてウォーキングとポーズ, 1。ウォーキングターンしてウォーキング, 1。 |
|  | ウォーキングとフォローしてポーズ, 6。ウォーキングとフォロー2。ウォーキングとジャンプ, 1。ランニング, 1。 |
|  | ウォーキング, 8。ランニングとウォーキング, 4。ランニング, 1。ランニングとジャンプ, 1。 |
|  | ウォーキングとフォロー10。ウォーキング, 4。ウォーキングとフォローターン, 2。 |
|  | ウォーキングとフォロー, 14。ウォーキングと片足とびとフォロー, 2。 |
|  | ポーズして待ちフォロー, 8。ポーズとフォローターン, 6。ウォーキングとフォロー, 2。後脱力してフォロー, 2。 |
|  | フォローしてポーズ, 14。フォローして前解緊, 3。フォローとウォーキングターン, 2。フォローターンとポーズ, 1。 |







個々のリズムパターンに対して、どのような動きが表現されたかは、第2表に、また反応の難易については、第1表に示した通りであるが、それらについて説明を加えると、 $\frac{4}{4}$ 拍子基礎リズムは、3種とも成績がよく  のように長い音符では、ポーズで待っているのが、最も多く見られ、①②では、後解緊を使った者が、わずかにあった。  の時にはウォーキングを行なった者が、ほとんどで、③では、スリーステップターンが、使われている。ウォーキングの場合には、両腕を上挙げたままが、最も多く、続いて波動しながら、回旋しながら、となっている。基礎リズムにおいては、ほとんどの者が、ポーズとウォーキングのくり返しをしているということが言える。軽いシンコーペーションが含まれてくると、やや表現困難な者が出てくる。長い音符の場合には、④のように、ウォーキングとポーズ、または、前後解緊をしている者が、ほとんどで、⑤⑥⑦のように、短いリズムが、入ってくると、ランニングが多くなり、ツーステップ、片足とび等も、わずかに見られる。ランニングを行うに際しては、手の動きは、ほとんどなく、横へ挙げたままであった。これは、リズムを追いかけるのに一生懸命で、手の動きが伴わなかったのだらうと思われる。強拍に長い音符があると、長い音符の間は、ポーズをして待っており、  でウォーキング。  で、ランニング、バランスステップ、ツーステップが使われている。⑳㉑のように、一拍中にシンコーペーションが起ると、表現困難な者が多数出ている。後半にシンコーペーションが起っている㉑の場合には、ランニング、ランニングターン、ランニングとホップのくり返し、振り上げ足で前進する、踵を上下に動かせる等の種々の動きが出ている。シンコーペーションの連続している㉒の場合には、ウォーキングが最も多く、その他はウォーキングに、ツーステップ、ポーズ、ターン等を、くみあわせている。このように、シンコーペーションを正しく理解した者は、色々の動きを出していた。  を含むものの中では、㉒が他に比べて、やや表現困難を示しているが、動きとしては、ウォーキングのみを行った者が多く、スライド、ツーステップ、カット、ホップとウォーキングの組み合わせも、少しではあるが、見られる。他のリズムパターンでは見られなかったスライドが使われているのが、特徴であろう。三連符が入ると、表現困難な者が多く、中でも、㉓は半数が、正しく出来ていなかった。正しく表現できた者の中では、  の時にウォーキングをし、  の時に、フォローをしている者が、最も多く、フォローの他には、ランニングが、わずかにあった。4分音符と短かく刻まれた音符の組み合わせになると、三連符よりも、成績はずっと良くなっており、  でウォーキングをして  でフォローをした者が、圧倒的に多く、フォローをフォローターンに変化させていた者もあった。長い(短い)音符に短い(長い)音符の組み合わせられたものは、成績が良く、長い音符の時には、ポーズで待つ者が、最も多く、前や後への解緊をした者もあった。短い音符の時には、フォロー、フォローターンが多く見られた。

$\frac{4}{4}$ 拍子基礎リズムは、全員正しく表現しており、ランニングが、多数で、  の時には、ポーズで待っていた。ランニングに次いで、バランス、ランニングターン、片足とび等が、わずかずつ見られた。拍子とリズムに、アクセントがある場合には、㉔のように、  の連続であると、成績は良く、ポルカステップが最も多く使われ、ポルカターンも少し、使われている。㉕のように、  と  の組み合わせでは、成績が悪く、表現困難なことを示し、動きも、ポーズとツーステップ、ウォーキングとツーステップ、片足とびと少しずつであった。次に弱拍にアクセントのあるものになると、㉖㉗どちらも、表現困難となり、㉖では、㉓と同じく、バランスステップ、ポルカステップとポーズが、少しずつ見られ、スキップをした者は、わずかに1名であった。㉗では、ポルカステップ、ランニングとジャンプが、半数ずつを占

めている。  のリズムに対して、我々が予想したスキップは、あまり使われなかったようである。

♯拍子は、どれも大体成績が良かったが、⑮の  を含むものが、やや表現困難であった。拍子とリズムのアクセントの合ったものでは、ウォーキングとランニングが、最も多く見られ、⑯のように、長い音符の時に、ウォーキングをした者の中では、両腕波動しながら、少し見られ、ジャンプをした者も、わずかにあった。⑰のように、長い音符と短い音符の組み合わせでは、ほとんどが、ランニングを使っている。⑱⑲のように、  と  の組み合わせでは、  の時に、ウォーキングをし、  で、ランニングやバランスやピボット、その場とび、足の振り上げ等、種々の動きが出ている。弱拍にアクセントのあるものでは、長い音符の時にポーズで待ち、  では、ウォーキング、  では、ランニング、ランニングターンをしている者が多く、⑳では、ウォーキングをした者の中に、前後に解緊をしながら、ゆっくりとウォーキングした者が、2、3名あった。  を含むものでは、やはりウォーキングのみ行なった者が多く、㉑では、ウォーキングに、ランニングまたは、ジャンプを続けた者が、わずかに見られ、㉒では、ウォーキングの他に、ポーズにランニングまたは、バランスを続けた者が、わずかに見られた。

以上の結果を総体的に見て表現の困難なリズムの種類をあげると、

- (1) 3連符と4分音符のとなりあったもの ()
- (2) 1拍中に起るシンコーペーション ()
- (3)  を含む拍子とリズムのアクセントの合ったもの ()
- (4) 弱拍にアクセントのあるもの () () などである。

次に多く使われたうごきとしては、

- (1) 長い音符の時にはポーズで待つか、あるいは前後解緊かのどちらかである。
- (2) 4分音符ではウォーキングが多く、手は上挙げしたままで殆んどうごかさない。
- (3) 細かく刻まれた音符は殆んどフォローを使っている。

などがあげられる。

ここで、リズムのみによる反応と、表現による反応との、反応状態を比較してみると、70%のリズムパターンには、ほとんど差はみられないが、30%のリズムパターンには、かなり著しい相違が見られる。それを表にしてみると次の様になる。

第3表 リズム反応テストと表現によるリズム反応テストの成功率の比較

| リズム符号略号 | 4 | 6 | 13 | 14 | 15 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | |
|----------|---|-----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|
| 反応成功率(%) | 1 | 85 | 75 | 50 | 50 | 65 | 65 | 50 | 70 | 80 | 80 | 90 |
| | 2 | 100 | 95 | 85 | 70 | 95 | 45 | 100 | 90 | 95 | 95 | 70 |

この原因を考えてみると、④、⑥のリズムは、いずれも弱拍に長い音符のある軽いシンコーペーションのあるもので、リズムのみを反応する場合は、手の拍子感を伴うため長い音符を保ち得るが、動きを伴った場合は、その表現に気をとられて充分長さが保ち得なかったのであろう。⑬⑭のリズムは、スキップのリズムを含んだもので、しかも、いずれか一方の足のみにスキップのリズムが来るため、表現を伴うと、より良い表現をしようとする意志も手伝って、ステップを間違えている場合が多い。⑮のリズムは、8分音符と附点8分音符とが一緒にあるため、表現の

間に両者を混同してしまい、ついステップを間違えてしまう。㉘のリズムは、かなり強いシンコーペーションであるが、表現の場合には却って、手、足共にその強いアクセントが表現しやすく、リズムのみの場合の方が、手の拍子と混同して非常に困難となっている。㉙、㉚のリズムは、表現の場合には、3連符にフォローステップを使ったため、3連符がはっきり3等分されず、ツーステップがかったり、4連符になったりしている。㉛、㉜のリズムも、4つの16分音符に自分勝手なテンポでフォローステップをするため、不正確な者が出ている。㉝のリズムは、非常に長い音符の後に短い音符がきているため、リズムのみの方が、音符の長さだけ持ちこたえられず、表現を伴うと、その空間を利用し充分ねばるため却って安易であったのであろう。

以上のように、特定のリズムを除いては、リズムのみによる反応と、表現による反応の状態が殆んど差がないということから、ダンス指導においてリトミックの方法で訓練することが正しいリズムを体得させる上に大切な役割をしめているということがわかった。この資料に基づいたリズム指導を進めより美しいうごきができるよう指導して行きたいと思う。