

# 全身で音楽楽しむ ダンス遊び①

音楽を聴いていると、自然に身体が動きだし、手や足、そして体全体で、知らないうちにリズムをとっていることがあります。音楽を体全体で感じ、楽しんでいるからです。聴いたり、歌ったり、楽器を演奏したりする以外にも、音楽の楽しみ方があるのです。

〔こどもの城〕では、音楽遊びのひとつとして、〈ダンス〉プログラムを行っています。

## □《ステージ》に上がることの意味□

ステージにあがることは、子どもたちにとって特別なことです。少し勇気がいるかもしれませんが、でも、特別な環境だからこそ感じる事ができる“なにか”があります。

子どもたちは、楽しい・おもしろいだけでなく、見られていることで緊張したり、まわりの子どもたちに圧倒されながらも音楽に集中して、歌い踊ります。日常生活のなかでは味わえない、貴重な経験になります。

大人は、ステージのうえで、さまざまな年齢の子どもたちと一緒に歌い踊る姿を見て、家庭や幼稚園・保育園とは違う面を見つけることができます。まわりの子どもたちに、1・2年前の我が子の姿を見つけて懐かしんだり、もうすぐあんなこともできるようになるんだろうなと想像して、成長を待ち望んだりします。

家族や友だちにがんばる姿を見せることで、子どもたちは輝きを増します。まわりの子どもたちのエネルギーを感じて、触発されることもあります。舞台にあがってみんなの前で歌い踊るとするのは、大人が想像する以上にすごいことです。

## 体を動かして音楽を表現 踊って見たら楽しかった

音楽を楽しむプログラムのひとつに〈ダンス〉があります。音楽を全身で感じて、その気持ちを体を動かして表現します。ダンスにふれたことのない子どもも、人前で踊ることへの抵抗感をもっている子どもも、気軽に参加して、うまい下手に関係なく、“踊って見たら楽しかった”と感じてもらえる、ダンスプログラムをめざしています。

## ●『うたっておどってハッピー』シリーズ 気軽に参加して、ダンスを楽しむ

「うたっておどってハッピー」シリーズは、誰でも気軽に参加でき、練習をしなくても、踊ることを楽しめる、ダンスの音楽遊びプログラムです。〔こどもの城〕では、「ひなまつり」「たなばた」「ハロウィーン」「クリスマス」というように、季節ごとのイベントとして行っています。いちばんの特徴は、子どもたちを特設ステージにあげて、みんなで歌い踊ることです。

最近では、テレビでダンスユニットが活躍するなど、ダンスが身近なものになってきています。しかし、技術がなくてはできないのでは、と難しく考えていたり、恥ずかしいなどの抵抗感を持つ人も少なくありません。一度でも、音楽に合わせて体を動かすこと＝ダンスの楽しさ・おもしろさを体験すれば、ダンスへの見方も変わってきます。まずは、ダンスに親しんでもらうプログラムです。



イラスト：いがき けいこ

## 『うたっておどってハッピー』シリーズの流れ

### 【オープニング】

プログラムへの導入です。楽しく、元気にスタッフが歌い、踊ります。このときに、子どもたちにもステージにあがってもらうことを伝えておきます。

子どもたちがよく知っている曲を2～3曲演奏。子どもたちには、用意してある手作りの打楽器などで演奏に加わってもらい、まず“場の雰囲気”に慣れてもらいます。

### 【子どもたちをステージに招く】

ステージにあがってくるよう、呼びかけます。強制ではなく、あがりたくなったら、いつでもあがれるようにします。

### 【ステージ上で子どもたちが歌い・踊る】

ステージの子どもたちから見やすい場所に台を置き、その台のうえでスタッフが〈ガイド役〉となって踊ります。子どもたちは、スタッフの振りを見ながら、まねをして踊ることができます。

### 【あいさつ】

ステージ上の子どもたちと観客（保護者や子ども）、その場にいる全員で「さようなら」のあいさつをします。ひとつの空間を共有した一体感を感じることができます。

## ●参加しやすい雰囲気を作る

子どもたちが、それぞれにダンスを楽しめる環境を作ること大切にしています。最初から、やる気があふれている子どもには、自由に踊りを楽しむように声かけをします。大切なのは“そろって踊る”ではなく、“ダンスを楽しむこと”だからです。

ダンスに興味がなく、踊りたくないなど、抵抗感のある子どもたちには“踊らなければならない”と思わせないようにします。居心地が悪くならないように、「踊りましょう」ではなく、「踊ってみたい人はおいで」というように、子どもが判断できるように優しく呼びかけます。「見ているだけでもいいんだよ」という、雰囲気を大切にします。

## ●いろいろな形で楽しめるように配慮

積極的に参加する子どもたちの勢いにおされて、なんとなくステージにあがったものの、急に緊張してきて、戸惑ったり、ただ立ってまわりの様子を眺めている子どももいます。ステージにあがるということは、大人が考えている以上に、子どもたちにとってはドキドキすることなのです。

無理をせず、いろいろな形で踊りを楽しむことが目的のプログラムですから、いつでもステージを降りることもできるし、そのまま立っていることもできます。子どもたちが、自由に選択できるようにしています。あまりにも不安そうな表情をしている子どもや緊張から泣きだしてしまった子は、すぐに保護者の元へ戻れるようしています。

ダンスのプログラムの楽しみ方はいろいろです。まわりの子どもが踊っている様子を見て楽しそうにしている子、ステージではなくフロアで一緒に踊る子、手作り楽器の演奏で踊りに参加している子ども、途中からステージにあがってみんなと踊り出す子——子どもたちの楽しみ方はいろいろです。

1日に2～3回同じプログラムを行っているので、全ての回に参加して踊ってくれる子もいれば、最初はみている最後の回に参加してくれる子もいます。保護者も「やっとステージにあがってくれたんです」と、うれしそうに話します。

子どもたちの気持ちを大切に、決して無理強いせずそれぞれのペースを守ってあげることが大切です。まず、音楽にあわせてダンスを踊ることが楽しいことなんだ、ということ子どもたちに感じてもらうこと、そして楽しそう・おもしろそうという気持ちになったら、いつでも自由に参加できる環境を作り、みんなで楽しめるようにすることが、ダンスを楽しむことにつながります。

## ●季節にあわせて“飾り”を用意 華やかなステージを演出する

子どもたちがステージにあがるときに、それぞれの季節に合った“飾り”を身につけます。ワンポイントのアクセサリーですが、全体に統一感が生まれ、より華やかな雰囲気になります。頭に飾るものは、画用紙をラミネート加工し、マジックテープ

プでカチューシャにつけてあります。以前は、パッチンピンを使用していましたが、子どもたちの細くて柔らかい髪の毛だと、滑りやすく、踊っている間にとれてしまいました。現在はカチューシャを使っています。ステージに並んだときに、子どもの顔が隠れてしまわない程度の大きさにします。

子どもたちが飾りを身につけている間、大人から見えないように“幕(カーテン)”をしめておきます。子どもたちと大人が遮断されることで、双方の気持ちも高まっていきます。

幕があいた瞬間、華やかな子どもたちの姿に、大きな歓声があがります。

## ●ダンスプログラムをとおして 子どもたちのかがやきを引き出したい

オープニングから最後のあいさつまで、子どもたちにダンスプログラムを楽しんでもらえるように、さまざまな工夫をしています。

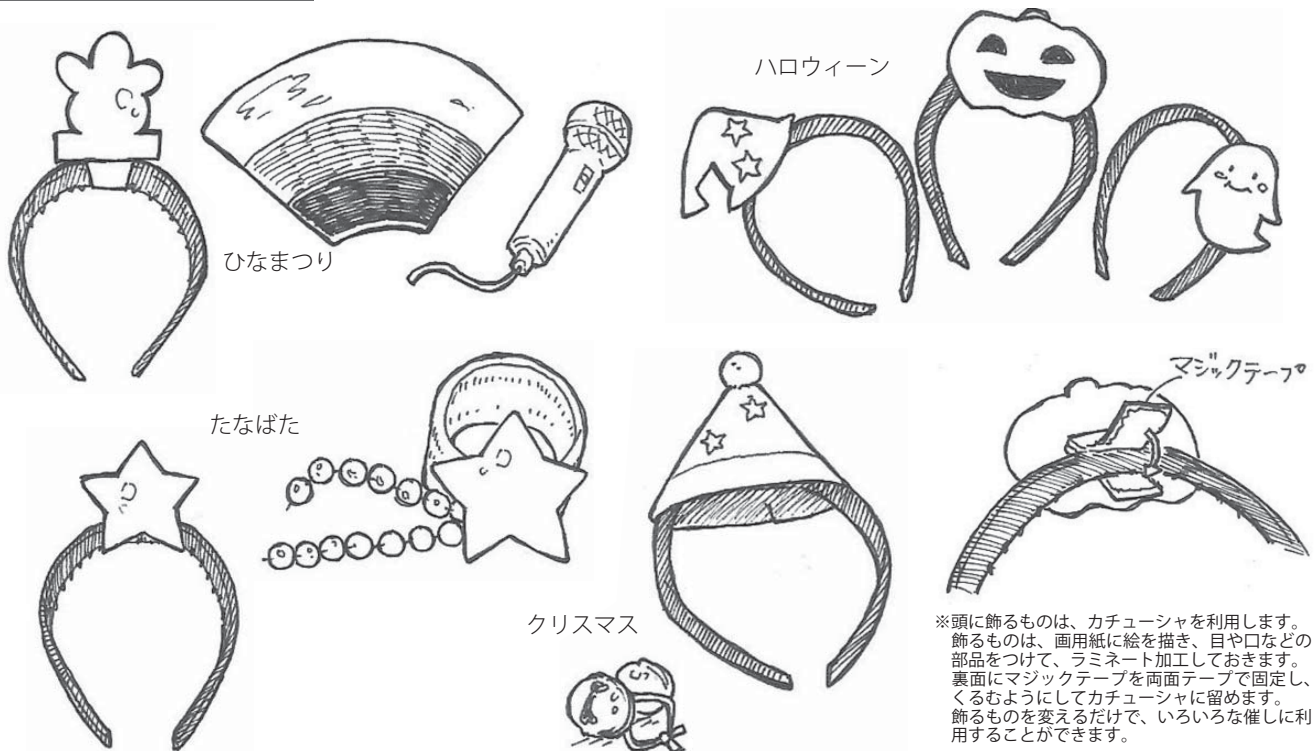
基本となるのは、はじめてダンスにふれる子どもたちも、ダンスに抵抗感を持っている子どもたちも、無理なく自然にダンスに親しんでもらえるようにすることです。体で音楽を感じ、体で音楽を表現することを体験してもらうことで、子どもたちの輝きを引き出したいと思っています。

一生懸命に踊っている子どもたちは、とても輝いています。その姿から、子どもたちのエネルギーや持っている可能性を、大人にも感じてもらいたいと願っています。

子どもたちの間に、互いを刺激しあう相乗効果も生まれます。ふだんは踊らないという子どもが、元気よく踊っている子どもたちのなかで、楽しそうに踊っていることもあります。子どもたちのエネルギーに囲まれて、楽しむ気持ちが増幅したのかもしれない。〔こどもの城〕では、多くの子どもたちが初対面であるにもかかわらず、いつの間にか“ダンス仲間”になっている姿がよく見られます。

実はこういったことは、ダンスのプログラムに限らず遊びのプログラム全般をとおしていることです。自分と同じ“子ども”が踊っている・参加していることで、やってみたいと感じてくれることもあります。〔こどもの城〕では、さまざまなプログラムで子どもたち同士が刺激しあう光景が頻繁に見られます。

### 季節にあわせた“飾り”



※頭に飾るものは、カチューシャを利用します。飾るものは、画用紙に絵を描き、目や口などの部品をつけて、ラミネート加工しておきます。裏面にマジックテープを両面テープで固定し、くるむようにしてカチューシャに留めます。飾るものを変えるだけで、いろいろな催しに利用することができます。