

サンバ新聞

みかんちゃんズの オパオパ・サンバより

〔こどもの城〕の音楽プログラムでは、音楽の楽しさを感じてもらうために、いろいろな国の音楽を題材にしています。ブラジルの音楽“サンバ”もその一つです。サンバといえば華やかな衣装やリオデジャネイロで行われるカーニバルが有名ですね。またサッカーの試合ではサンバが応援を盛り上げています。

音楽のプログラムといえば、楽器でサンバの演奏を体感する事と思いがちです。しかし、音楽プログラム＝楽器だけではありません。ここでは、あそびながら音楽を身体で感じるプログラムを紹介します。

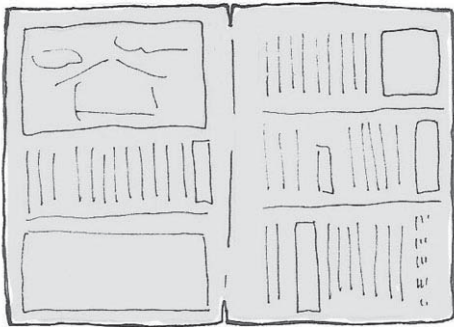
●用意するもの

- ・古新聞紙
- ・グー・パーに使う輪

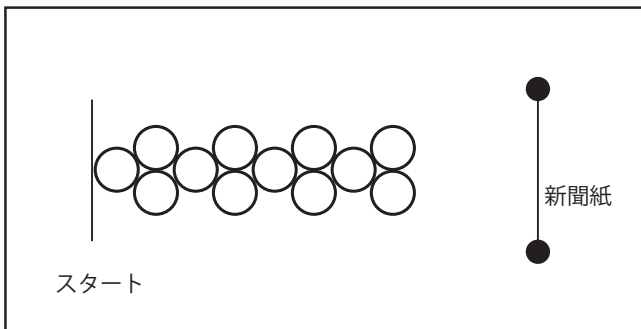
屋外で行う場合は地面に直接描くのが簡単です。

室内であればビニールテープで描く。フラフープなど円の物を置く。(この場合、円が動かないようにテープなどで固定してください。固定する事でひっかかって転倒する事も防止します。)

〔こどもの城〕ではすぐ設置できること、ひっかからないようにする事、円が動かないようにする事を踏まえて、細い(5mm程度)ビニールチューブを円状にし、それぞれをグー・パーの状態に固定した物を使っています。



・古新聞紙：中心の折り目にそって天地に4～5センチの切り込みを入れる。(こうすることで、スパッと破れます。)



●やり方

- ①音楽のビートを感じながら、設置(もしくは描いた円)した円をケン・パーの要領でジャンプしていきます。
- ②スタッフ二人が広げた新聞紙に向かって走り抜け、新聞を破ってゴール。
新聞紙は四隅をピンと張るように持ってあげると気持ちよく破けます。
(突き破る時に片手を前に出します)

●導入について

●やり方の①を行う前に、導入としてビートに合わせて身体を動かすようなあそびを取り入れるといいでしょう。

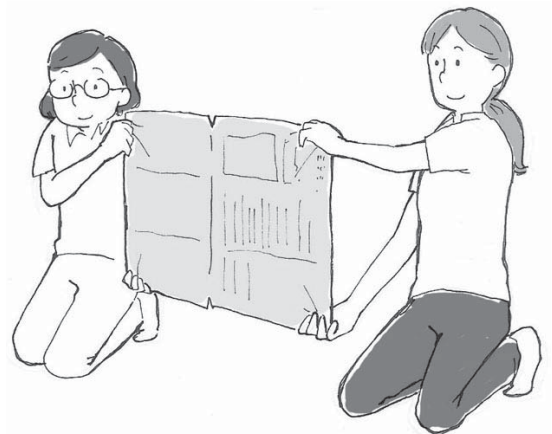
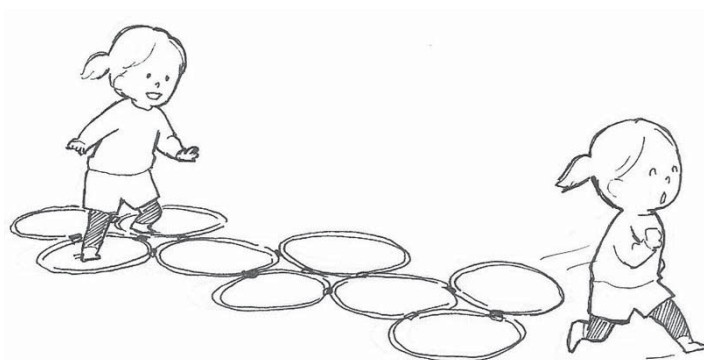
- ・手拍子
- ・親子で向かい合い、手と手をパチンと合わせて手拍子
- ・ジャンプ(両足揃えて)
- ・ジャンプ(足をグーとパー、交互に繰り返す。輪を跳ぶ時の予行になるように。)

〔こどもの城〕では生演奏を活かして、音楽のスピードも変化させます。それに伴い、ゆっくり手拍子する、早くジャンプするなどのバリエーションができます。

また、音楽をストップしたり、スタートしたりもします。ストップしたところで、手拍子やジャンプを止めてそのままポーズしてポーズをキメたり、リーダーが身体の部位を示し、その部分を手でさわったり、親子で合わせたりして楽しめます。(例えば「ほっぺ!」と言うと親子でほっぺとほっぺをくっつける... ように。)

このような導入のプロセスを経て、①へと進んでいきます。実施する時は、この導入の部分が①のための練習にならないように注意しています。

あそびながら自然に①の動作に移っていけるよう、楽しいポーズにしたり、音楽のスピードを変化させる事で気分を盛り上げたり、親子でいっしょにできる動きを取り入れます。



イラスト：いがき けいこ

●音楽

〔こどもの城〕では生演奏のサンバに合わせて実施しますが、CDなどの音楽でも簡単に実施できます。その際は子どもたちがジャンプしやすい音楽を選曲するようにしてください。

ゆったりとしたバラードではなく、ビート感のある元気な曲がおすすめです。運動会などで使われる曲だとやりやすいのではないのでしょうか。はやりのアイドルの音楽でもOKです。

本格的にサンバでやってみたい方はインターネットで「サンバ・バツカーダ・CD」などで検索すると使いやすい音楽にヒットできます。

□ポイント1 ジャンプしやすい曲

サンバが一押しなのですが、子どもたちに馴染みの曲でもいいでしょう。ただし、ワルツのような曲だとジャンプしづらいので注意して下さい。

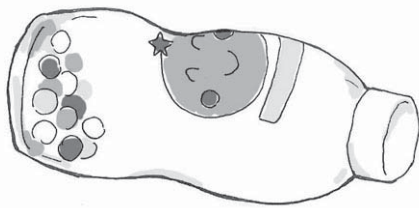
□ポイント2 ジャンプしやすい速さの曲

年齢によってジャンプしやすい速さは違います。遅すぎても、早すぎても難しいものです。

*大切な事は、選曲したらリーダー自身がジャンプして、ジャンプしやすい曲と速さであるか確認する事です。

□ポイント3 音量

このプログラムでは、音楽は単なるBGMではありません。音楽によって身体が動きたくするような、ある程度迫力のある音量で鳴らす事が不可欠です。



シェーカー（ガンザ）



音楽を身体で感じるには踊るのがいいのですが、なかなかすぐに踊れる人ばかりではありません。たまたま、サッカー選手がゴールを決めた後に「うわーっ」と盛り上がる場面が浮かびました。この雰囲気を使えないものかと考えたのがこのプログラムです。

新聞を破るのがシュートのイメージ、思い切り破ったら、満面の笑みでお母さんにまっしぐら。まさに気分はサッカー選手です。大人が抱っこすれば乳児も楽しめます（その場合

●身体で音を感じる

もちろん、音楽に合わせてジャンプし、身体で音を感じる事が目的ではあるのですが、大人が意図したように動かなくてもそれを正したりしないでいいのです。感じ方は人それぞれです。こどもの城でも、つつつと輪の上を歩いていく子や、ダッシュで駆け抜けていく子、大人が思うのよりも倍の遅いテンポでゆっくりグー・パーしていく子など様々です。あそびは自由でいいんです。

一人、一人にスポットがあたるこのプログラム。待っている時間も無駄にはしません。みんなで応援して盛り上げましょう。

●応援も楽しい！

〔こどもの城〕おなじみの簡単にできるシェーカー（ブラジルではガンザと呼ばれています）を紹介します。

作り方は簡単。ペットボトルなどの空き容器に、適量の粒を入れるだけ。

大事なポイントはふたつ！（必ず守って下さい。）

- ・容器はよく洗う！そして、よく乾かします。
- ・ふたはきちんと閉め、テープなどでまいて外れないようにしてください。

□中に入れるもの□

大豆、米、マカロニ…などなんでもOKですが、たくさんの人で使用する場合は素材がやわらかいと碎けて粉々になってしまう事もあります。ビーズやBB弾などでもよいですが、ふたが外れて中身が出ないように十分注意してください。入れる物や量によって音が変わります。自分の好きな音を作ってみてください。

□容器□

こどもの城ではペットボトルを利用しています。500mlのもの350mlのもの。いろいろな大きさの物で子どもたちの手にあうものを作りましょう。乳酸飲料などが入っている112mlの容器は小さな子どもたちの手で持ちやすくおすすめです。

はジャンプでなく、グー・パーを歩いてもいいのです。）説明がなくてもわかるプログラムなので外国の子ども達もすぐにトライできます。大人もスカッとする事間違いなしです。

パーカッションist小澤敏也氏と〔こどもの城〕ボランティア“みかんちゃんズ”と共に作り上げたプログラム～「オパオパ・サンバ！」。新聞を破る時は「オパーッ」と大きな声で元気よく突き破ってください。