

や逆立ち、でんぐりがえしなどの運動は、身体のコントロールを失って目まいを感じながらも、それがうまくできた時の快感は格別なものである。

### 格闘遊び

身体と身体のおつかり合い、とっ組み合いによって、力だめしをする遊び。押えつけ、組み打ち、乗りかかる、追跡（走る、急にとびかかる、急に身を隠す、倒れかかるなど）、投げ合い（ねらい投げ、当るのをさける、つかむなど）、水遊び（はねかける、沈める、飛び込む、水中を走るなど）。いずれも、人間の本能として、身体をおつけ合うこと、これも目まい遊びとは異質の快感につながる人間の行動である。

### 想像遊び

なぞなぞ遊び、ことば（しりとりなど）遊びからカウボーイ、インディアンごっこやちゃんばらごっこ、忍者ごっこなど。またお姫様ごっこのような、空想の世界の物語の人物になりきって、夢の世界に遊ぶ。

このような遊びは、決して子どもたちの世界だけでなく、大人たちも、これらの遊びの世界の活動をスポーツとか演劇、音楽、舞踊など、さまざまな芸術やスポーツの種目に形を変えてはいるが、子どもたちの遊びと同質のよろこび、楽しさを得ているのである。

遊戯的・仮想的な情動表現に用いられる運動は、基本的な情動表現や対人相互の情動表現にみられる行動（運動）そのものであるが、遊戯的・仮想的な情動表現においては、遊びの表現として、運動が誇張されたり、現実の行動にはみられない繰りかえしの形をとったり、役割もだれでもが、どんな役でも演ずる（受けもつ）ことができる。

遊戯的・仮想的な情動表現は、現実とは別の世界で、変身したり、仮想の敵と戦って遊ぶ、すばらしい魅力をもつ行動なのである。

人間の行動の重要な部分を占める“伝達”を含む行動を、基本的（個人）情動表現、対人相互の情動表現、遊戯的・仮想的な情動表現に分類し、その運動内容についてとらえてきたが、それは、あくまでも人間の運動の本質を見失わずにとらえるための、重要な手がかりとなると思うからである。

## 第4章 世界の運動教育

### （1） ころ・からだ

ころとからだを切り離し、身体性を欠いた精神、精神性を欠いた身体、それぞれの研究が盛んにすすめられるようになったのは、近代に入ってからのことである。

とくに体育が、科学的分析の時代に入り、微細に身体運動の分析研究を重ねていくうちに、人

間の姿は見失われ、統計的な数値だけが価値（意味）をもつようになってきた。

ルドルフ・ボーデ (Dr. Rudolf Bode 1881~1971) は、著書「リズム体操」(Rhythmische Gymnastik, 1957) のなかで、「リズム体操の課題は、からだの部分と全体が、統一がとれて無理のない関連をし合うという点から見て、また、運動像を想像して運動を形成するという点から見て、人間活動の運動を全領域にわたって完成させることです」としている。

「身体的なもの」と「精神的なもの」というこの二つの根本事実を、緊密に融合させること——それがモダン・ジムナスティックの課題でもあり、ボーデの課題でもあった。

「多くの人間は、もはや自然な運動のあり方を忘れてしまっています」とボーデは云っている。

ボーデもラバンも、同じ時代に生き、人間（生けるもの）としての、われわれ自身を表現する能力を含めて、われわれすべての行動の共通分母としての運動研究にとり組んだのである。

ボーデは、運動教程のまえがきに、ヨハン・ヴォルフガング・ゲーテの次のことばをとりあげている。

すべて生命のあるものは、  
われわれが部分とよぶものは、  
全体から切り離せないのです。  
部分は全体のなかに、  
全体と一体となって  
とらえるというふうに  
なっているのです。

(訳：万沢 遼)

ボーデはゲーテのことばと同じ思想的背景をもっていたことがわかる。

ルドルフ・ボーデについては、すでに跡見学園短期大学紀要第12集（1975）に紹介しているので、詳細な内容については省略するが、ボーデの著書「表現体操」(Ausdrücksgymnastik, 1923) は、ヨーロッパ各国で、新しい体操を考える上で大きなきっかけとなったのである。

ルドルフ・ラバンはモダン・ダンスを体系化するなかで、人間の運動構造と運動の原理の追究に専心した。

いずれにしても、かれらのめざすところは、人間存在の重要な要素として、また人間表現の主要な方法としての、ヒューマン・ムーブメントへのアプローチなのであった。

## (2) ダンスと体操

ルドルフ・ラバンとルドルフ・ボーデ、かれらは同時代に、同じ人間の表現運動に関心をもち、それぞれに研究と実践を重ねていくうちに、一方はモダン・ダンス、一方はモダン・ジムナステ

ックスへと発展していったのである。

モダン・ダンスとモダン・ジムナスティックスのルーツをさぐっていくと、結局そこには、イサドラ・ダンカン (Isadora Duncan, 1877~1927) とその妹エリザベス・ダンカン (Elisabes Dunkan) がいる。

イサドラ・ダンカンの提唱したギリシャの舞踊の理想が、その実践をとおして、その時代の人々に驚きと感動を与え、そこから新しい波は動き始めたのである。

その波は、ダルクローズ (Jacques Dalcroze), ラバン, ボーデ, ヴィグマン (Mary Wigman) らによって、その内容が深められ、それぞれの形に発展していった。

さらに現在では、世界中にそのながれをくむダンス・体操は実にさまざまな形 (動き) で展開されており、ダンスか体操か、その区別すらむずかしい状態である。つまり、その原点にかえって、そのめざす方向を確認できれば、それがダンスであろうと体操であろうと問題はない、どちらでもよいということになる。

これまでに私が直接会うことができた世界のダンス・体操の指導者 (演技者), そうして、直接見ることができたダンス・体操の公演・パフォーマンス, その一つ一つは、それぞれに個性があり、それぞれの理念・理想がにじみ出ているものばかりであった。

そのなかでも、とくに印象に残る指導者や公演・パフォーマンスをあげてみたいと思う。

ヨーロッパでは、スウェーデンのイドラ (E. Idla), リースメント (L. Leesment), デンマークのバーメスター (L. Burmester), 西ドイツのレックス (M. Lex), キーダイシュ (M. Kiedaisch), ミュンスターマン (U. Münsterman), ラングハンス (Prof. Langhans), シュルツ (H. Schulz), フランスのピノ・エ・マト (Pinok et Matho) など。そして、アメリカでは、グラーム (M. Graham), ニコライ (A. Nikolais), エーリー (A. Ailey), サープ (T. Tharp), ブラウン (T. Brown), アーウィン (B. Irwin), 武井 慧 (K. Takei) など、いずれも全身的自然運動による表現である。

それぞれの動きの特徴については省略するが、とにかくどれも楽しく、おもしろく、アイデアにあふれている。

これらの動きを無理にダンスか体操かと区別する必要性も感じないのであるが、強いてはっきり区別できる要因は一体何んであろうか。

ダンスは舞台上で、体操は体育館や野外で行うものとするのは、もはやできない。ダンスも野外を使うし、体操も舞台上で発表会をもつ。それぞれに好きな、自由な空間を活用するようになっている。というのも、その環境条件の変化によって、新しい動きの発見・実現に役立つからである。

衣装や音楽も全く区別なく、共通の選択眼に任されている。

それでは、なぜダンスと体操を無理に区別しなければならないのだろうか。

### (3) ヨーロッパとアメリカ

アメリカにおいては、モダン・ジムナスティックスのながれの体操は、ほとんどみられない。

アメリカにおいて体操といえば、体操競技（器械運動）をさすことが多く、新しい体操としては、フィットネス (fitness) とか、ウエルネス (wellness)、フィジカル・トレーニング (physical training)、また、コンディショニング・エクササイズ (conditioning exercise) であり、最近では、エアロビクス (aerobics exercises)、ウエイト・トレーニングなど、いわゆる生理学理論にもとづく科学的トレーニングが多く、前項(2)で、私が共通性を見出した動きの全ては、モダン・ダンスとジャズ・ダンスであった。

一方、ヨーロッパにおいては、スウェーデン体操やドイツ体操、デンマーク体操などが、長い年月（約100年）、ヨーロッパ各国の人々の生活に浸透していたこともあって、身近かに体操クラブがあり、長い冬の期間の運動施設としての体育館も充実していた。

そこで行われていた体操（器械体操、徒手体操）がモダン・ジムナスティックスへと変っていったものである。身近かに体操があった関係上、自然に体操と結びつく結果となった。

アメリカのモダン・ダンスやジャズ・ダンスのスタジオに集る人々の大部分は、プロのダンサーをめざしているのに対し、ヨーロッパの体操クラブのメンバーは、生活の一部としての運動の場をそこに求めてやってくる。したがって、運動プログラムにも違いがみられ、アフリカのジャズ・ムーブメントも、アメリカではジャズ・ダンスとして受け入れているのに対し、ヨーロッパでは初めジャズ体操として、その動きの要素をとり入れ体操として誰にでも楽しめるプログラムの工夫をしていた。しかし最近では、ヨーロッパのジャズ体操、モダン・ジムナスティックスも変化をみせ始めている。

それは、モダン・ジムナスティックスが大勢の観衆に見て楽しんでもらう場が増えてきたためでもある。つまり、観衆に見せるためには、ある程度の変化のある構成が要求され、動きのテクニクも複雑な変化によって、見せ場を作る努力をするようになる。そのうえ、小道具、照明なども工夫して使うようになり、ますますモダン・ダンスの世界に接近してくるようになった。

一方、モダン・ダンスの世界では、必要以上に飾りたてた（作られた）舞台というワクから離れて、自然の空間を利用したり、あるいは古い倉庫やガレージ、公園、屋上、教会や市庁舎の広場などで、それぞれの環境条件だけを利用して、自由に、新しい発想をもった踊りを、きわめて素朴な形で踊っている。

これまでは、ダンスが踊る楽しさと、人に観てもらいよろこびとを求めているのに対して、体操は、健康なからだをつくるため、という意識が基本的な姿勢となっていた。しかし、現在ではことさらに健康体操的な意識をもたずに、運動する楽しさを求めて参加する人が多くなってきている。

そのいい例が、ジャズ体操、ジャズ・ダンスではないかと思う。

ヨーロッパとアメリカの一般的特徴（傾向）は以上のようなものであるが、ヨーロッパ各国の実態を詳細にとらえてみれば、それぞれの国の個性（特徴）は、それなりに発見することができる。

スウェーデンにおける運動教育について、その実態を述べてみよう。

私の留学先はエレブロ大学の体育教員養成大学（G. I. H. Örebro）であった。スウェーデンには、体育教員養成大学は、エレブロのほかにストックホルムにあるだけである。

大学の規模は、それほど大きくはないが、実に清潔で居心地がよく、機能的な体育施設が整っている。体育の授業は、ほとんどの実技は理論が伴っているので、体育館には階段式椅子と壁に映写できるスクリーンまで設置されている。そして、ステレオの音響装置が設置されていて質のよい音が体育館に響きわたる。大小合わせて6ホールしかないが、実に有効に活用されている。

1クラス25人前後で、男女の割合は半数ずつの構成になっている。実技の授業には必ず2人の教員（主・副）が担当し、耳の不自由な学生（2人）のために、2人の手話通訳が一日中つきそって、内容を正しく理解するための援助を行っていた。

体育教員養成大学の（カリキュラムや指導内容）を観察していると、その国の体育の実態がわかるような気がする。

エレブロ大学では、履修科目は全て必修である。その履修科目も実に単純な形で、理論は教育学、教育原理、生理学、人間生態学。理論と実技としては、バイオメカニクス、指導法、トレーニング法、音楽、ボールゲームス、陸上競技、水泳、体操、野外運動となっている。

実技の種目だけで見ると、ダンスの領域が含まれていないように見えるが、ダンスは体操のなかで行なうようになっていて、それも、スウェーデンのフォーク・ダンスが主なダンスの指導内容である。また、ボールゲームスの領域はあっても、ごくわずかの時間で、3～4種目を一通り触れてみる程度である。なんといっても重要種目は“体操”なのである。けれども、スウェーデン体操のおひざ元のスウェーデンでも、いまでは古典的（形式）体操は行っていない。

体操の内容は、器械運動（とび箱、マット、バー、つり輪）、リズム体操、フォーク・ダンス、ゲーム、動きのトレーニングなどが展開されている。しかも、体操の履修単位時間が大変多く、ほとんど毎日行われている。

学生は与えられた課題（とくに、器械運動と動きの創作）が出来るようになるまで、熱心に練習を続けている。しかも、男女の差別なく、同種目、同到達目標であることは、他の国々にはみられない大きな特徴である。

それは、将来、完全な男女同権を確立するために、運動能力においても、同等のレベルをめざすことのためには必要な条件なのかもしれない。

現段階では、スウェーデンの運動教育の実態もこの程度のものであるが、男女のレベルを考えれば、いまは、男性にもリズムカルな運動になれてもらうことが目標なのかもしれない。少なくとも、日本の男子学生よりは、はるかにリズムカルな身のこなしをしており、動きにも表情がある。

いまスウェーデンでは、競争意識をあおるようなスポーツはやめようという動きが高まっており、エリート・スポーツのあり方に対する批判が社会的な問題になっている。そのような状況のなかで、運動内容は運動の楽しさ、運動の質を求める方向へと移っているのである。

スウェーデンの教育（体育）は、実に着実なあゆみで進んでいるという実感をもった。

いずれにしても、欧米主要国においては人間の表現運動としての運動は、人間の本質を見失うことなく、人間生活を豊かにし、人間の生活をよりよくする方向で進められているのである。

## 第5章 わが国の体育の実態から

### （1）スポーツと体力

戦後、わが国の運動文化の形態は、すっかりアメリカ的になり、世界中のあらゆるスポーツが輸入され、狭い空間、貧しい施設など悪条件のなかで、ひたすらオリンピックをめざす、選手養成のためのスポーツだけがクローズ・アップされている。

学校体育においても、そのあおりを受けて、あらゆるスポーツ種目がとり入れられている。このため生徒たちは、スポーツを楽しむという基本姿勢も、技術の定着もないままに終わってしまうというのが現実である。

わが国の学校体育においては、運動教育の位置づけは確立されて居らず、体操・スポーツ・ダンスの領域それぞれが、独自の運動内容を行うことだけで成り立っている。

しかし、それぞれの領域には、それぞれに問題を含んでいる。スポーツの問題点は、スポーツがいくばくかの動きをもっていることだけで満足しているということ。そして、ダンスの問題点は、わが国では、伝統的にダンスは女・子どものやるものという感覚があり、男性は勇ましいスポーツさえやっていたらよいという考え方が定着している。したがって、男性の指導者は大半がダンス、リズムカルな運動に対しては、全く無関心である。

外国の男性の体育指導者たちが、リズムカルな動きをし、楽しそうに踊るのをみるにつけ、わが国の体育全般の運動概念に問題があると感じざるを得ない。

そして、わが国の体育の歴史上、最も伝統的な種目は「体操」であるが、いまだに導入当時の体操（スウェーデン体操）のイメージからのがれられずにいる。号令に合わせて、全身に力をこめ、直線的に力強く、一本調子の運動が「体操」なのである。力を抜くことやなめらかな曲線的な運動は運動としての効果をもたないと思いこんでいる人、なよなよした運動は女性<sup>おんな</sup>っぽくてい