

身体アライメントの気づきを基盤としたダンス活動の 構築と動画教材開発

ー 特別支援学校自立活動の実践から ー

学籍番号 249502

氏 名 大塚 れん

主指導教員 大内田 裕

副指導教員 岩崎 弘

1. 研究の背景と課題

本研究は、特別支援学校における自立活動の時間に着目し、身体アライメントへの気づきを基盤としたダンス・身体表現活動の授業構成および動画教材の開発を目的とした教育実践研究である。特別支援教育の現場には、姿勢保持や重心移動、左右の認識、身体感覚の把握など、日常生活や学習活動の基盤となる身体的課題を抱える児童生徒が多く在籍している。これらの課題に対しては、動作の達成そのものを目標とするのではなく、個々の身体状態や変化の過程に即した支援が求められる。

しかし、身体を動かす活動においては、「できる・できない」「正しく動いているか」といった結果に焦点が当たりやすく、身体の揺らぎや試行錯誤を含む変化の過程が十分に評価されにくいという課題がある。とりわけ自立活動では、身体の微細な変化をどのように捉え、記録し、次の指導へとつなげるかについての具体的な方法論や教材が十分に共有されていない現状がある。

以上の課題意識のもと、本研究では「身体アライメントへの気づき」を中核概念として設定し、ダンス・身体表現活動を自立活動の学習内容として再構成することを試みた。本研究におけるダンス活動は、表現の巧拙や完成度を目的とするものではなく、姿勢や重心、身体の左右、呼吸や力の入り具合といった身体の状態に児童生徒自身が気づくことを重視している。

また、身体の変化を「できたかどうか」という結果ではなく、揺らぎや試行錯誤を含む過程として捉える視点を重視し、身体活動を自己理解や自己調整へとつなげる学習として位置づけた点に、本研究の視点的特徴がある。

2. 研究の方法

本研究は、特別支援学校中学部に在籍する生徒を対象として実施した。授業では、1×8カウントを基本単位とするモジュール型のダンス振付を用い、「姿勢」「体幹」「バランス」「左右認識」など、自立活動における身体的課題と対応づけて構成した。モジュール型とすることで、生徒の実態やその日の状態に応じて動きを組み替えることが可能となり、柔軟性と汎用性を併せ持つ教材としての活用を意図した。

授業全体は、「導入—準備—モジュール—統合—振り返り」という段階構造で設計し、活動が場当たりのにならないよう配慮した。

記録・評価においては、授業の様子を動画で記録し、動画チェックリストおよび「からだの声」シートを用いて振り返りを行った。動画記録により、授業中には捉えにくい姿勢の安定、動作への入り方、重心移動、調整行動の変化を、授業後に繰り返し確認することを可能とした。また、これらの記録は、生徒の変化を捉えると同時に、指導者自身が支援の在り方を省察し、次の授業設計へと還元するための手立てとして位置づけた。

3. 結果

実践の結果、姿勢や身体アライメントが短期間で大きく修正されたとは言い難い一方で、立位保持時間の延長や、姿勢が崩れた際に踏ん張る、体重を乗せ直すといった調整行動の出現が確認された。また、リズム運動やステップといった動的活動では動作の継続性が向上する一方、ポーズでの静止といった静的制御には困難さが残存していた。

さらに、身体的課題が残る状況においても、肯定的な発言の増加や他者への働きかけといった情緒的・社会的側面の変化が併行して観察された。

4. 考察

これらの結果から、本実践における身体的変化は、姿勢や身体アライメントといった構造的修正よりも、不安定さを含んだ身体をどのように使い、調整しながら活動を成立させるかという機能的側面に現れていたと考えられる。すなわち、「正しい姿勢に近づいたかどうか」という評価軸だけでは捉えきれない、調整過程そのものが身体学習として成立していた可能性が示唆された。

また、身体的未完成性が残る中でも情緒的・社会的変化が併行して観察されたことは、身体活動への参加経験が、自己理解や対人関係の形成にも波及し得ることを示している。

5. 研究の意義と教職力量への示唆

本研究は、自立活動におけるダンス・身体表現活動を、身体の変化を結果として評価するのではなく、揺らぎや試行錯誤を含む過程として捉える学習として位置づけ、その具体的な授業構成と記録・評価の枠組みを示した点に意義がある。特に、身体アライメントへの気づきを基盤とすることで、姿勢や動作の達成度に還元されがちな身体活動を、自己理解や自己調整へとつながる学習として再構成した点は、自立活動の目的と整合的である。

以上より、本研究は、身体アライメントへの気づきを基盤としたダンス活動が、児童生徒の自己理解および自己調整を支える学習として機能し得ることを示すとともに、指導者にとっても身体を見る視点や評価観を更新し、自立活動を構造的に設計する教職力量の形成に寄与する可能性を示した研究であると位置づけられる。