

第1・2回 アクティブステージ・ミドルステージ合同研修

第1回 令和6年 9月 6日(金)

第2回 令和6年11月15日(金)

講演 『子どもたちと一緒に表現遊びのアレンジャーになろう』

講師 帝塚山大学 名誉教授 岡澤 哲子氏

【理論編】

1. 子どもたちの遊びは内発的である。遊びたいから遊ぶ。
2. 遊びの喜びや快感は、身体感覚や心の揺れ動きの振幅から得られる。
身体なくして遊べない＝体と遊びは一体化している。
3. 自分のことは直接見るができない。↓
 - ・家族や友達、保育者と遊びを共にし、他者の身体に起こっていることを見る
 - ・自分のことを見てもらう。



↓
パズルのように身体感覚のピースが整い、自分の存在を確かなものとして意識できるように
なっていく。

双方向性を内在している身体表現遊びは生きる力の基礎になっている！

【実技編】 ～ いろいろなアレンジの方法

(編曲者＝アレンジャーになろう)～

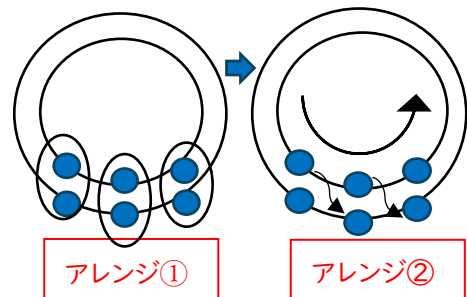
Ⅰ 既成のダンスや体操の一部を変える

1. 『バナナくん体操』

- ① カスタネットを使用・2人組で向かい合わせになって踊る
- ② 二重円になる。

アレンジ① 2人組で4小節分をアレンジして踊る

アレンジ② 2人組のアレンジを内側の人が踊りながら回り、間奏時に次の相手にアレンジを伝えていく。



※2人組の数だけアレンジが増え、踊りながら回り、アレンジを伝えることで、新しい踊りを知ることができる。

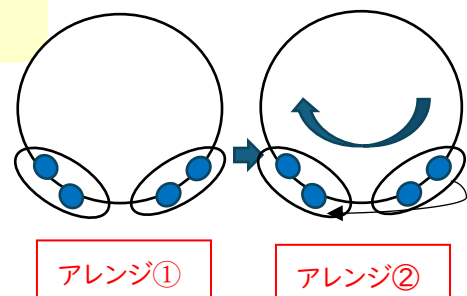
※二重円なら多人数でもできる。

※ストレッチ系を入れてのアレンジは準備体操になる。

2. 『キンダーポルカ』

- ① 2人組で通常の踊りをする。最後に「あなたがすきですよ」と声をかけてパートナーチェンジをする。

アレンジ① 2人組で4小節分をアレンジして踊る



アレンジ①

アレンジ②



アレンジ② 2人組のアレンジを移動の人がアレンジを伝えていく。(動きを2回繰り返す)

※簡単な動きを覚えることで、子どもが曲の一部のアレンジを考えることができる。

※保育者が動きや表現を具体的に褒めることで、子どもがアレンジャーになり自信につながる。

2 手遊びを鬼ごっこへ

1. 『にんじん・しいたけ・ごぼう』 手遊び

①保育者と真似っこ遊び。

②保育者と違うものを出す。

③2人組になって真似っこや違うものを出す。

アレンジ① 鬼ごっこ

➡ ・鬼(保育者)と違うものを出したら逃げる。鬼が捕まえに行く。

➡ ・2人組で行う。鬼を決める。違うものを出したら逃げる。

鬼が捕まえに行く。同じものが出たらハイタッチ等。

★秋バージョン『どんぐり・きのこ・おいも』もできる。



3 ふたつのわらべ歌をくっつけて一連の遊びにする

1. 『つーながれ』『さよならあんころもち』

①6～7人のグループを作る。

「つーながれ、つーながれ」の合図で先頭につながっていく。

アレンジ① 動きを入れる

・長いもの・つながっているものを考え、動く(ヘビ・ミズ・電車・ジェットコースター等)

アレンジ② ・『さよならあんころもち』でバラバラになる

・『つーながれ』でまた集まる。



※動きをアレンジすることで、後についてくる子供たちの動きも変わる。

※様々な動きを楽しむ。(ミズ+ジェットコースター等)

4 絵本から表現遊びにアレンジ

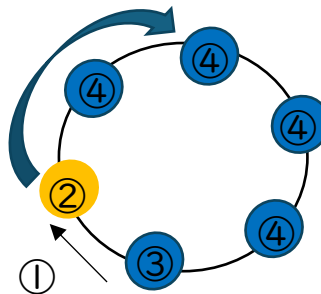
1. 絵本『動物たくはいびん』

アレンジ①「アルプス一万尺」の歌をアレンジ

アレンジ②「動物たくはいびん」をアレンジ

・5～6 人のグループをつくる

- ① 欲しい物を伝える
- ② 物と動物の表現しながら回る
- ③ 受け取った物の表現をする
- ④ 物と動物を当てる



表現

・動きで表現

・ジェスチャーで表現 等

・手で形を表現

※絵本からイメージを広げて遊ぶ。

5 ふたつの盆踊りのアレンジ

1. 「アルプス一万尺」で盆踊りの基本の振りをマスターする。

振り チョチョンがチョン→アリヤサコリヤサ→ひいてひいて→押して押して→開いてトン

(※伝承遊び…手と足が同時に下がるのは日本独自の振り付けて同じ動きを楽しむ)

アレンジ① ジャズ系の曲でアレンジ(スイングを入れる)

アレンジ② 「夢をかなえてドラえもん」「どんな色がすき」「Shake hands」で踊る

・4 拍子の曲で基本の振りをあてはめてみる。

アレンジ③ 手の動き・後ろ下がりの動きを変える

アレンジ④ 小節ごとに区切り、グループ毎に盆踊りで踊りを考える



・手の方向、向きなどを少し変える、子どもが楽しんでいる動きを入れる。

※曲のイメージに合わせて、方向・速度(スピード&リズム)・力量・順序・数の変化など、別の動きを追加することで、年齢や場面に合わせてアレンジをする。

表現遊びには100点はない。自由に表現遊びを楽しむ!

★参加者からのアンケート

- アレンジを頭で考え少し戸惑いを感じたが、ポイントをたくさん学び、ハードルがとても低くなった。
- 自分の引き出しを他者と共有し、思いをすり合わせながら保育をつくり上げる大切さを再確認した。
- 幅広い経験年数の方と研修・実践する中で様々なアイデアを学ぶことができ、勉強になった。

作成者 幼児教育アドバイザー 林 利恵

作成者 幼児教育アドバイザー 林 真由美