

### Withコロナ時代における表現活動の可能性

越部, 清美 / KOSHIBE, Kiyomi

---

(出版者 / Publisher)

法政大学スポーツ研究センター

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

BULLETIN OF Sports Research Center, HOSEI UNIVERSITY / 法政大学スポーツ研究センター紀要

(巻 / Volume)

39

(開始ページ / Start Page)

109

(終了ページ / End Page)

110

(発行年 / Year)

2021-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00026205>

## With コロナ時代における表現活動の可能性

### Consideration of dance performance to fight covid-19

越部清美 (法政大学)  
Kiyomi Koshibe

#### 要旨

コロナ禍の中、レクリエーションにおけるパフォーマンス（表現活動）の講習をオンラインで行った。本実践報告は、オンラインによる表現活動の万能性を考えるための研究資料とするものである。初めての試みであったが、参加者の感想から、画面を通しての講習であっても受講者に伝える側の思いが届いていることが確認できた。

キーワード：オンライン講習，ダンス表現活動，新型コロナウイルス

Key words : Online lessons, Dance performance, covid-19

#### I はじめに

新型コロナウイルスの感染拡大により、対面での身体活動・表現活動の在り方が大きく変化しようとしている。

これまで筆者は、いくつかの福祉施設でクラブ活動等のダンスや表現活動を実践してきた。また、障がい者の支援者の方々のための講座を担ってきた。今年度も、全国規模の障がい者のためのレクリエーション支援者養生研修会が開催されることになったが、当初、対面で実施する予定のところ、急遽、Zoomを使用したオンライン開催となり、90分間のプログラムを提供することになった。

本実践報告は、筆者が初めて取り組むことになったオンラインによる「表現活動」のプログラムについて報告し、「With コロナ時代における表現活動」の可能性を考えるための研究資料とするものである。

#### II 研修会プログラム

1. リズムに合わせて楽しく動いてみよう・・・心身の準備運動
2. 身体でいろいろな形を表現してみよう → 互いに鑑賞して他者との違いを認め合おう
3. 自己の心身を解き放って自由に表現を楽しもう
4. 5感を使ったゲーム
5. 作品紹介 - 「舟をだそうよ」 -

#### <研修会当日>

- ・受講者の方には事前に運動できる服装で画面の前にスタンバイしていただいた。
- ・あいさつの後、画面共有しパワーポイントで3枚のスライドを使用し当日のテーマについて説明した。
- ・プログラムのほとんどを事前に準備した（撮影し、編集した）映像資料を鑑賞しながら細く説明を行った。
- ・最後に再度パワーポイントで1枚のスライドを共有してまとめを行った。

#### III 資料



図1 参考作品1より



図2 参考作品2より



図3 参考作品3より



図4 参考作品3より

#### IV 参加者の感想からの抜粋

- ・音楽に合わせて簡単な動きで楽しい時間を過ごすことができました。当施設でも利用者の方々に喜んでもらえる内容ですごく勉強になりました。音楽が好きなので実践してみたいと思います。
- ・コロナ禍で活動量が減り、利用者の肥満に悩んでいました。外出できなくても、屋内で楽しく体を動かしてみたいと思いました。
- ・自分を表現することは一つのコミュニケーション手段になるという事、用具を使わずに体だけでも表現ができるという事を学びました。楽しい講義でした。
- ・Zoomでの実技ということで不安もあったが、これも現場で応用できる要素でもあり、いざ始まるとオンラインならではの楽しさがあった。参考動画がすごく素敵な作品だったのでぜひ取り入れていきたい。
- ・表現をする方法は様々であり、それはその人にとってのコミュニケーションの手段となることもある。支援者としてはその人に合った表現方法を見つけていくことが大切だと感じました。その中で音楽に合わせて身体を動かすことで楽しい気持ちになり、健康に繋がっていくと感じました。
- ・動画を交えて、実際の動きを見ることにより、文章や口頭での説明以上に分かりやすく参考になりました。また、動画で生徒の方々が実際に行うことで、表情の変化や徐々に自己表現ができるようになってくる様子も何うことが出来た為、そのレクリエーションを行うことでの効果も視覚的に捉えることが出来た為参考になりました。
- ・今回のパフォーマンスは笑顔になると思いました。いろいろな動作の中で、話以外のコミュニケーションも取らなくてはならないので（ハイタッチなど）、周りの人と関わるのが苦手な人も楽しめるのではないかと感じました。ぜひ、取り入れてみたいと思います。

#### V むすびにかえて

今回、コロナ禍の「レクリエーションにおけるパフォーマンス（表現活動）」の講習をオンラインで行った。初めての試みのため課題もいろいろ出てきたが、参加者の感想から、画

面を通しての講習であっても受講者に伝える側の思いが届いていることが確認できた。これからも本研究にしっかりと取り組んでいきたい。

#### 謝辞

本実践報告は、戸山サンライズの皆様、研修会に参加された方々のご協力を賜りました。大変お世話になりました。心より感謝申し上げます。