

ヒップホップダンスにおける多様なステップと動きの体験 ～仲間との交流を通して～

赤堀文也（埼玉大学）

1. ワークショップの概要

平成 29 年に告示された新学習指導要領の中学校解説では、「既存の振り付けなどを模倣することに重点があるのではなく、変化とまとまりを付けて、全身で自由に続けて踊ることを強調することが大切である」（文部科学省 2018:182）と注記されているが、そもそも特にヒップホップダンス未経験者にとっては『自由』というワードにより、かえって「何をどうしたらよいかわからない」という事態に陥りやすい現状がある。

例えば、「好きなもの自由に答えて」と言われてもすぐに答えが出てこないものであるが、「食べ物で好きなものを自由に答えて」と言われればある程度考えれば出てくるものであろう。さらに「中華料理の中で」と範囲を選定されればより容易に答えられる。

つまり、はじめに最低限のリズムの乗り方と基礎的なステップの習得をし、それらの中で、「ダイナミックなアクセントを加えたり違うリズムを取り入れたりして、変化を付け」（文部科学省 2018:182）ていき、「習得型」ではなく、あくまでリズムに乗った「自由」なダンスを目指していくことが重要である。

本ワークショップでは、はじめの導入における基礎的なリズムの取り方とステップを、「友達と関わって踊る」なかで場面展開を取り入れた一つの作品に仕上げていった。

2. 第1場面 —基礎的なリズムとポージングでの交流—

8×2カウントで音楽に合わせて自由に乗りながら仲間を探し、次の8×2で基礎的な簡単なステップと自由なポーズを2回決めて見せ合い、握手をして別れる。

この場面におけるポージングの「自由」については、方向変化とポジション変化によるバリエー

ションの提示を行なった。方向変化とはある一つの正面向きのポーズに対して、前後左右、斜めなどの身体の向きの変化のことを指し、ポジション変化は立位、中腰の高さ、膝を地面に着いた高さ、床に寝た状態などの姿勢の変化を指す。



これら2つの変化を用いると、ある

ポージングを見せ合う

1ポーズのバリエーションを8～10に増やすことができるのである。リズムの中で即興的にその変化をさせることで、時には考えてもいない新たなポーズが自然と飛び出すこともある。また、仲間と見せ合うことで自分にはない発想を刺激し、より多様なポージングが生まれ、さらには自然と笑顔が現れてくる。

3. 第2場面 —仲間と関わり合い、一つの動きを表現—

基礎的なステップを仲間と関わり合いながらリズムに合わせて踊るなかで、対になったの動きを合わせた



対になったの構成

合わせたたりすることによって、2人で一つの動きを表現する。

この場面では特に、立った状態でのステップだけでなく、床を転がったり、相手の腕を掴んで引っ張り上げたりと、動きのバリエーションが豊かになるように構成した。このような動きを取り入れていくことにより、「ダイナミックなアクセント」を表現できるのである。

また、単元後半の作品づくりにおいて重要な点

となってくる、「2人(あるいはグループ)でなければ成り立たない動きや構成」、「誰か一人でも欠けては成立しない群での表現」を目指した。



床を使った動き

4. 第3場面 ー講師によるソロー

この場面では、講師である私がソロパフォーマンスをさせていただいた。ヒップホップダンスとコンテンポラリーダンス(創作ダンス的表現)を織り交ぜた踊りを見せることで、ヒップホップダンスも「自由な表現」のダンスであることを伝えたかった。

ダンス領域の中の「創作ダンス」と「現代的なリズムのダンス」は同じ「自由な表現」であり、構成や表現の仕方においては同じような考え方をを用いることが可能なのである。そこに音楽の違いと、それに伴ってリズム(拍)があるかないかが大きく異なるだけである。

また、「自由」な表現については、次の観点も重要である。

どんなダンス(ジャンルの違いも含めて)もよく見かけるのは上級者のレベルになればダンスの種類を越えてクロスオーバーしている。クロスオーバーとは、異なる分野の物事を組み合わせて新しい物事を作り出す意であるが、これは上級者のみにいえることではなく、特に教育の場においては固定概念や先入観を払拭し、「自由」に表現することを促す場面において大切なことである。

ヒップホップダンスは「前を向いてみんなで振付を揃えるダンス」だけではなく、音楽のリズムに乗って、自由に表現することも醍醐味である。

5. 第4場面 ー全員によるユニゾンー

最終場面では音楽のイントロに合わせて参加者の皆さんの個々の自由な表現で再度登場していただき、基礎的なステップを主に用いた8×4の全員のユニゾンで作品を締めくくった。

ヒップホップダンスには先述したように即興的にリズムに乗って自由に表現する要素と、同じステップを仲間と合わせて共有



ユニゾン

する要素がある。特に単元後半の作品発表においては、仲間と共通のステップやリズムを共有しながらステップや動きを合わせる楽しさも必要不可欠である。



最後のポーズ

6. まとめ

本ワークショップでは、はじめに述べたように「自由」なダンスを目指していくにあたっての、ヒップホップダンスに必要な最低限のリズムの乗り方や基礎的なステップを取り入れて作品の流れを構成した。

時間に限りがあるなかで一つの作品にまとめたため、隊形移動の仕方やポージングにおける「自由」しか参加者の皆さんに求めることができなかったのが正直なところでした。

そんななかでも、床を使ったダイナミックな動きや仲間と関わり合いながらの群での動きなど、バリエーション豊かな動きを体験していただいた。

7. 最後に

今回のワークショップを受講いただき、ヒップホップダンスの楽しさや、リズムやステップの基礎知識、仲間と関わっての動きなど、参加者の皆さんがそれぞれの現場で少しでも得たものを活かせていたら幸いです。

本ワークショップに参加された皆さんの積極的な姿勢と、盛り上がり到大変助けられました。また、関わっていただいた先生方、役員の方々、学生の皆さんには心より感謝申し上げます。