

# 表現運動・ダンス学習におけるリズム系ダンスの 「リズムの特徴を捉えて踊る」ということに関する考察 —小学校「サンバのリズム」と中学校・高等学校「ヒップホップのリズム」に着目して—

柳 瀬 慶 子

A Study on “Capturing the Characteristics of Rhythm and  
Dancing” of Rhythmic Dance in Dance Learning  
:Focusing on “Samba Rhythm” in Elementary School and  
“Hip Hop Rhythm” in Junior High and High School

YANASE Keiko

2023 年 11 月 2 日受理

## 抄 録

表現運動・ダンス学習のリズム系ダンスにおいて、サンバやヒップホップの歴史的  
背景、リズムや動きの特徴を踏まえたリズムとダンスの動きの関係について整理し、  
それぞれの「リズムの特徴を捉えて踊る」ということについて考察することを目的と  
した。その結果、サンバはシンコペーションから起こる動きの「ため」により、リズ  
ムとリズムの「間」にステップを生起させることであったと考察された。また、ヒッ  
ホップは遅いテンポからできる広いビートの「間」において、次のビートを予期しな  
がら動きを「ため」て、ビートに合わせて「ヒット動作」を行うことを繰り返すこと  
であったと考察された。どちらも、リズムによって動きの「ため」が生まれ、動きの「た  
め」が連続したステップを生み出してサンバリズムへの「乗り」につながったり、動  
きの「ため」と「ヒット動作」の「ピンポン動作」という繰り返しがヒップホップリ  
ズムへの「乗り」につながったりしていた。

キーワード：サンバダンス、ヒップホップダンス、「間」、動きの「ため」、予期

## 1. はじめに

表現運動・ダンスの学習指導では、「技能の指導が難しい、どのように指導したら  
よいのかわかりにくい」（文部科学省，2013：10）という学校教育現場での教師の声  
をよく聞く。表現運動・ダンス学習には、表現系ダンス（小学校「表現」及び中学校・  
高等学校「創作ダンス」）、フォークダンス、リズム系ダンス（小学校「リズムダンス」

及び中学校・高等学校「現代的なリズムのダンス」という3つの学習内容がある。中でも、平成10年告示の学習指導要領から導入されたリズム系ダンスは、高橋（2015：7）の調査報告によると、中学校では約8割が履修しており、最も多く実践されている。リズム系ダンスは、「ロックやサンバ、ヒップホップなどのリズムの特徴をとらえ、①リズムに乗って全身で自由に踊ることと、②まとまりを付けて踊ること」（文部科学省，2013：14）の2つのねらいがある。しかし、その授業内容は、高橋（2015：8）によると、『リズムに乗り自由に踊る』は31.1%、『振付ダンスを踊る』は41.9%、『発表・鑑賞』は32.9%、『体育祭や地域で踊る』は16.6%』となっており、教師が振り付けた踊りを覚えて踊ったり、ダンスDVDの真似をして踊ったりする授業が行われている。中学校学習指導要領解説には「現代的なリズムのダンスでは、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，2018a：182）と記載があり、リズム系ダンスは「創造的な自由なダンスであり、振り付けされたダンスのステップを習い覚えて踊ったり、そろえて踊る練習に時間をかけたりするのではなく、音楽のリズムに身を委ねて友達と自由に関わって踊ることにねらいがある」（文部科学省，2013：14）とされている。それにもかかわらず、なぜこのような授業内容が展開されているのであろうか。田島ら（2017）は、「リズム系ダンスの学修内容把握や指導力は十分であるとは言えない状況にある。」と述べているが、具体的にどの部分に指導の難しさがあるのだろうか。

文部科学省（2013：38-39）では、リズム系ダンスの単元計画モデルとして、「はじめの段階」では、リズムの特徴を捉えてリズムに乗って自由に弾んで踊り、「やや進んだ段階」では、仲間同士で乗り方や動き方に变化をつける等の工夫を加えて踊り学習のまとめとしての交流会を行うという、2段階の学習過程が示されている。この「はじめの段階」では、最初に教師のリード（まね）で即興的に踊る活動が導入として多く設定されており、そして2～4人組で即興的に踊る活動へと続き、その中でリズムの乗り方や特徴を捉えるという展開が示されている。この教師のリードは、リズムの特徴を捉えた児童・生徒に学んでほしい動きを提示し体験させることがねらいであるため、最初に教師が提示する動きの中に、題材として扱うサンバやヒップホップなどのリズムの乗り方を提示する必要がある。乗り方の提示をするにはまず教師が乗ってみせる必要があり、ここが学習過程で最も困難な部分であるため、表現運動・ダンス学習は指導が難しいと言われるのではないかと考えられる。それは、リズム系ダンスが導入された当初、「指導に不安を抱える教員たちがストリートダンス系のスタジオに通ってヒップホップダンスの既存のステップや振りを覚えたり、ヒップホップダンスのステップをネットで調べて教えたりする報道やCMが多く見られ」（赤堀ら，2018：343）た現象が多発したことからも窺える。リズムの乗り方を教師がリーダーとなって提示するためには、題材として扱うサンバやヒップホップなどのリズムの特徴を捉えておくこと、さらにはリズムと動きの関係を捉えておくことが必要である。小学校・中学校・高等学校の学習指導要領解説には、「知識及び技能」などに、「リズ

ムの特徴を捉え」という文言がある。そのため、取り扱う各リズムの解説や、「リズムの特徴を捉えとは」という解説、さらに〈リズムと動きの例示〉の記載があるが、なかなか学校教育現場における理解は進んでいない現状がある。リズム系ダンスにおいて、サンバダンスやヒップホップダンスという、各ジャンルのダンス（ステップや振り付けなど）を学ぶことがねらいではない。サンバ音楽のリズムやヒップホップ音楽のリズムに「乗って踊る」という体験こそが、リズム系ダンスのねらいである。そのため、リズム系ダンスの題材であるサンバやヒップホップはどのような歴史的背景を持っているのか、その音楽には具体的にどのようなリズムや動きの特徴があるのか、「リズムの特徴を捉えて踊る」ということはリズムと動きがどのような関係になることなのか、について整理をしておくことが必要であろう。

そこで本研究は、表現運動・ダンス学習のリズム系ダンスにおいて、小学校の題材であるサンバのリズムと中学校・高等学校の教材であるヒップホップのリズムに着目して、サンバやヒップホップの歴史的背景、リズムや動きの特徴を踏まえた各リズムとダンスの動きの関係について整理し、サンバとヒップホップそれぞれの「リズムの特徴を捉えて踊る」とはどういうことかについて考察することを目的とする。なお、リズム系ダンスには、ロック・サンバ・ヒップホップの3つのリズムの例示があるが、本研究はサンバのリズムとヒップホップのリズムに着目する。その理由は、サンバのリズムは、「日本人にとっては新しいパターンであり、意識的にこのリズムを取ろうとしてもなかなかその表現を行うことはできない」（松村ら、2006）と言われているためである。また、ヒップホップは、ロックと同様にアフタービートを特徴としたリズムであり、日本の伝統的なリズムのダウンビートとは違いがあること、ヒップホップは誕生してまだ数十年と歴史が浅く、赤池ら（2018:344）により「そもそもヒップホップとは何か、ヒップホップダンスとはどのようなダンスなのかについての知識が教員に乏しいところに問題の根源がある」という指摘もされているためである。

## 2. 研究方法

本研究は、サンバとヒップホップに関連する文献を基に考察を進める。本研究はまず、サンバとヒップホップを文化の発祥や発展という歴史的観点から考察する。次に、音楽とダンスの関係については、林（2023a）の「アフリカやアフリカン・ダイアスポラの舞踊のほとんどが音楽、特にリズムと共に発展」したという考え方や、七類（1999:35）の「黒人ダンスはダンス自体が先に創造されるということはまずありえない。芸術ではなくあくまで文化としてのダンスである。従って必ず音楽が先に生まれ、そして流行する。ダンスはその後にくっついてくる。これが基本。その音楽のビートにマッチしたダンスの新スタイルが音楽の影響を受け、生み出されるのだ。」という考え方に依拠して、サンバとヒップホップのリズムの特徴を整理した上で、ダンスの動きの特徴やリズムとの関係を考察していく。

### 3. サンバ

#### 3-1. サンバの歴史

サンバには、音楽（演奏や歌）とダンスが含まれ、音楽とダンスは一体となって発生・発展したため、サンバの歴史の中で厳密に区切ることはできないが、ここでは、まずサンバ音楽の歴史を中心に整理する。サンバ音楽は、ブラジル発祥の音楽である。ブラジルは、世界で最も多くの奴隷を労働力として輸入していた国であり、サンバ音楽はアフリカ黒人奴隷に関わるアフリカ由来の文化であると言われている。Willie (2010:50)によると、「ブラジルに輸入されたアフリカ黒人奴隷の数は400～1000万人と推定」され、アフリカ黒人奴隷の出自は西アフリカのセネガルやガンビア、ガーナ、ベナン、ナイジェリアのヨルバ系、中部のコンゴやアンゴラのスーダン系、南部のバンツー系、東アフリカのモザンビークなど、アフリカ大陸の広域に渡るといふ。林 (2022:96) は、「アフリカ各地の文化が混ざり合って、(中略)さらに、ブラジルの先住民であるインディオの文化、植民者であるポルトガルを中心としたヨーロッパ文化など様々な文化の影響を受けながらも多種多様な文化が形成されていった。サンバはその1つ」であるという。サンバの発祥は、一所ではなく、様々な文化が混じり合ったところに生じたことが分かる。

田中 (2014:16)によると、「19世紀後半、奴隷制度の廃止やプランテーション農園の衰退にともない、リオには大量の黒人や労働者が流れこんできた。その多くがブラジル北東部のバイーア地方の出身者で、かれらはアフリカに起源を持つさまざまな文化の担い手だった」という。この、アフリカ文化の影響を受けてブラジルで生まれた文化のことを、「アフロ・ブラジル文化」という。渡辺ら (1998:22)によると、そこでの「生活は苦しく、ファベイラ（スラム街）に住みついた彼らの唯一の楽しみは、音楽だった。ありあわせの打楽器や身の回りのものを打ち鳴らすことが、サンバ音楽の出発点」であり、「サンバはリオデジャネイロのスラムから自然発生的に生まれた音楽」であるという。Willie (2010:61)によると、ファベイラという独自のコミュニティの中で、サンバ音楽は、「当時の音楽であるマルシャやマシーシ、ショーロ、そしてポルカやハバネラ（中略）これらが母体となったパルチード・アルト<sup>1)</sup>」が生まれ、さらにそれを軸としてサンバが誕生したという。現在、リオデジャネイロのサンバカーニバルは世界で最も有名であるが、この時代に当時首都であったリオデジャネイロにサンバ誕生のきっかけが生まれたのである。サンバ音楽は、貧しい暮らしの中での人々の楽しみであり、生きることそのものであり、アフロ・ブラジル文化の共同体から生まれた。そして、サンバの軸には、パルチード・アルトという人々のかかわりや即興性があったことが分かる。

渡辺ら (1998:23)によると、「最初のサンバの曲は、1916年にこのような状況の中で生まれた『ペロ・テレフォーニ（電話で）』という曲であった。この曲は、人びとが集まって音楽を楽しむサロンで作られ歌われていた音楽を、初めて商業ベースに乗せたもので、翌年のカーニバルで大ヒットを記録した」という。「この成功によりサンバという言葉が一般化、定着していった」(Willie, 2010:61)という。田中 (2014:

24) によると、人種差別により「アフロ・ブラジル文化全般はいまだ卑しきものとして弾圧され、サンバも非合法の“汚れた音楽”とされてきた。しかし、1930 年から「当時のブラジルでは、革命で樹立したヴァルガス政権が、猛烈な勢いで国威発揚の政策を押し進めていた。これまでバラバラだった国をひとつにまとめるための強力な国家イデオロギーが求められ、“ブラジルのもの”が切望された。人種や文化が混合するこの国で、このとき初めて、『混ざり合うことがこの国の強さ』『入り交じる社会こそが国家の礎』という考えが浮上する。長年ずっと虐げられてきた混血種やその文化がいきなり擁護され、アフロ・ブラジル文化が突然、国家のシンボルにすえられた。そしてその最大の象徴として“選ばれた”のがサンバだった」（田中、2014：25）という。キリスト教の行事であったカーニバルも、Willie（2010：62）によると、「19 世紀に入ると、黒人の参加も認められるようになり、徐々にカーニバルに黒人文化が取り入れられるようになります。特にアフリカ由来の打楽器がパレードに使われるようになったことが大きな変革」となったと述べている。カーニバルは、サンバの流行とともに黒人が中心となり熱狂的に行われるようになるにつれて、「ヴァルガス政権がこのコンテストを国民のナショナリズムの高揚に生かせると判断、世界にむけて観光プロモーションを始め」Willie（2010：63）たという。サンバは、今までアフロ・ブラジル文化として差別を受けてきたものが、商業化や政治的思惑により、ブラジル文化を代表するものになっていったことが分かる。

次に、サンバダンスの歴史を中心に整理する。サンバの語源については諸説あるが、最も有力な説は、「アフリカのアンゴラ地方の『センバ』という言葉が起源で、祝いの席で行うダンスを意味した」（田中、2014：16）という。「ポルトガル語でウンビガーダ（umbigada）と訳され、『ヘソ打つ一撃』という意味がある。この動きは、輪の中心で踊るダンサーが次のダンサーと交代するために使われた」（Browning, 1995：18-19）という。林（2022：96）によると、「ウンビガーダは、サンバ・ヂ・ホーダで踊り手が交代する際に見られる振付で、両腕を開き、臍辺りを互いに一瞬打ちつけ合うような動作である」という。サンバ・ヂ・ホーダは、2008 年に登録されたユネスコ人類無形文化遺産であるが、「サンバ発祥のスタイルである」（林、2023b：272）といわれている。バイーア地方のヘコンカヴォ地域に奴隷によって 17 世紀から発展してきた。林（2022：96-97）によると、「ホーダ（Roda）は『円・輪』を意味することから、『円のサンバ』『サンバの輪』などと訳される。演奏者や踊り手が 1 つの円（輪）を作り、いくつかの決まりごとを元に演奏、歌、ダンスが展開される。（中略）サンバ・ヂ・ホーダで最も伝統的な踊り方はサンバ・ミウヂーニョ（Samba Miudinho）と呼ばれ、爪先から踵までの足裏をすべて付け、小刻みに動かすのが特徴である」という。そして、サンバ・ヂ・ホーダは「いくつかのステップを不規則に組み合わせ即興的に踊られる、いわゆる『フリースタイル』であり、特定の音楽に対して特定の振付が決まっているわけではない」という。つまり、基本ステップである 1 小節が 3 連符の「右－左－右」や「左－右－左」のステップを、べた足で繰り返したり回転したりしながら行う以外は、基本的に即興（フリースタイル）である。一方、林（2022：97-98）

によると、「サンバカーニバルで世界的にも認知されているリオデジャネイロのサンバは、一般的にサンバ・カリオカ (Samba Carioca) と呼ばれ、その踊り方は、一般的にサンバ・ノ・ペ (Samba no Pé) と呼ばれる」。そして林は、サンバ・ミウヂーニョとサンバ・ノ・ペを比較して共通点と違いを明らかにしている。共通点として、「基本ステップを高速に踏みながら、自由なステップを組み合わせ」(林, 2020: 164)、即興の『フリースタイル』である点において、また、音楽(リズム)との関係性において舞踊が成立する点において2つのサンバは共通している。」(林, 2022: 97)といい、さらに詳細に、「特定のパートに対して1小節で三連符の右-左-右/左-右-左を踏む基本ステップと、それを繰り返す点において共通している」(林, 2022: 97)と説明している。サンバ・ミウヂーニョとサンバ・ノ・ペの違いについては、「上半身と下半身の連動の仕方にある」(林, 2022: 97)という。サンバ・ミウヂーニョは、「体幹は比較的固定された状態のまま『ナンバ』で動く。つまり、右足と右上半身、左足と左上半身、が連動して動くため、腕の動きは比較的小さくなる。一方、サンバ・カリオカでは、体幹はしっかりと固定された状態で、右足と左腕、左足と右腕が対象的に動く『進行型』である。そのため、身体全体の動きは大きくなり、高速のリズムでは両腕の動きが大きくなったたましい印象となる。」(林, 2022: 97-98)という。そして、その大きな違いが生じた理由として、「盛大なカーニバルの音楽とダンスとして発展した」(林, 2022: 98)ことに加え、「商業主義が追い討ちをかけ、より艶やかで人目を惹く衣装と、技術性の高い踊り方が求められるようになり、エンターテイメントとしてショーアップされていった」(林, 2022: 98)結果であるという。以上のことより、1小節で3連符のリズムで、右-左-右/左-右-左というステップを踏むことと、それを繰り返すことは2つのサンバに共通しており、それが基本ステップであるといえる。そこに、フリースタイルのためアレンジを加えるのであるが、小学校学習指導要領解説(文部科学省, 2018b: 103-104)のサンバの〈リズムと動きの例示〉では、「体の各部分で小刻みにリズムをとったり(後略)」や「弾む動きにねじる・回るなどの動きを入れて変化を付けたり(後略)」という記載があるため、両腕などの動きも付けて弾むように大きな動きで踊るサンバ・ノ・ペの踊り方が指向されていると考えられる。

### 3-2. サンバのリズムとサンバダンスの動きの関係

サンバのリズムは、Browning (1995: 9-10)<sup>2)</sup>によると、「4分の2拍子構造に上に重ねられたポリリズム」であり、「ポリリズムとは、様々なカウントの仕方が組み合わされたリズム構造である。それは、すべてのアフリカ系音楽に特徴的なモード」であるという。渡辺ら(1998: 25)によると、サンバ音楽を構成する三本柱として、打楽器(パーカッション)が95%、弦楽器が5%弱、歌があり、打楽器が中心である。渡辺ら(1998: 56)によると、図1の3種の打楽器の基本リズムにより構成されているという。しかし、「サンバ自体、たいへん即興性の強い音楽なので、それぞれのリズムが変化することもあります。しかし、それらのリズムはすべて、この三層のリズ

ムの延長線上にある」という。渡辺ら（1998：57）によると、リズムの特徴として、リズム①は、「最もサンバを感じさせる軽やかなリズム」であり、使用する打楽器はタンボリン・ヘッピーキ・アゴゴなどである。リズム②は、「サンバの乗り（躍動感）」を出す刻みのリズム」であり、使用する打楽器はガンザ・ヘコヘコ・ヘッピーキ・カイシャなどである。リズム③は、「低音のベーシックなリズム」で、使用する打楽器はスルドである。サンバのリズムは、4分の2拍子であるため、リズム③のスルドがサンバのリズムを支えている。



図1. サンバのリズムの三層構造（渡辺ら，1998 採譜：岡田加津子）

サンバダンスの動きは、リオデジャネイロのカーニバルで踊られているサンバ・ノ・ペ（Samba no Pé）について考察する。サンバ・ノ・ペ（Samba no Pé）の意味は、「Péはポルトガル語で足，noは英語のin，よって直訳すると『足のサンバ』となる。（中略）高速のステップが本来の特徴である。」（林，2020：165）ため、本節のサンバダンス動きは、主に足に着目する。

サンバのステップは、図2のように、3連符のリズムとなる。サンバの基本ステップは、3連符のリズムで、足を「右－左－右」か「左－右－左」に踏みかえる。それ以外のステップや上半身の動き、左右前後や回転の移動は、フリースタイルである。Browning（1995：12-13）は、「ステップは、軽快さやスピード、俊敏さ、正確さが必要であるが、それは狙ったところでリズムを打つという意味ではない。リズムの『あいだ』におかれなければならない」と述べる。そして、「ダンスは『右－左－右』か『左－右－左』の3カウントになるが、三連符の1番目か2番目のカウントのいずれかに重みが置かれる。それは、音楽の三連符のアクセント（すなわち2番目の音）を強調するか、反転させたりする役目がある。」と述べている。続けて、「三連のステップは相対的に重たいので、急速な16分音符のセット（本論文ではリズム②）に近づいていく。つまり、強いステップはほとんど16分音符2つ分の音価をもつことになり、踊り手は、瞬間的に重心を足裏の母指球（親指の付け根の部分）からかかたに移すことによって、その長さや重さを示す。こうしてステップは、三連符と4つの16分音符の『あいだ』に存在することになる」と述べている。つまり、最初の1つ目のステップは母指球で行い、それを2つ目のステップに移る時にかかたにかえることによって、

2つ目のステップが強調されるとともに、サンバのステップは、3連符と16分音符の「間」に生起することになるという。林（2023b:268）は、「リズム同士の『あいだ』にステップが存在することによって、リズム同士をつなぐ関節（joint）のような役割を担い、その結果、音楽のバランス（重さ）が調整される、ということであろうか。」と考察している。サンバのリズムにおけるステップの役割は明確ではないが、少なくとも、1小節の中で複数の同時的なリズムパターンをもつポリリズム音楽であるサンバのリズムに加えて、サンバのステップはリズムとリズムの「間」を埋めるように存在することによって、リズムとダンスをサンバ全体として捉えた場合、さらにサンバ全体としてのポリリズムが拡大されていくことが分かる。続けて、Browning（1995:12-13）は、リズムの複雑さが増すと、「腰の三連のステップは、同じ『右-左-右』のパターンをとりながらも、足のステップよりわずかに遅れて、三連のビートを強調することになる。」と述べている。つまり、アフリカの舞踊の特性であるマルチプリケーション（動きを細分化して踊る）が見られるのである。まさに、身体各部位がタイミングをずらして連動しており、身体全体が複雑なポリリズムのダンスになっていると考えられる。

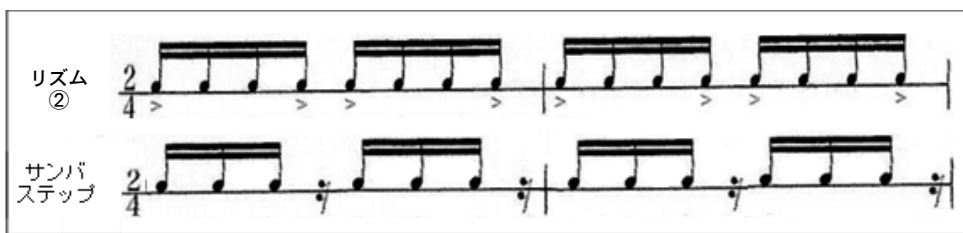


図2. サンバのリズムとサンバのステップとの関係（Browning,1995 を参考に筆者作成）

こうした複雑なサンバダンスは、表現運動・ダンス学習で扱うのは難しいと感ずるかもしれない。しかし、Browning（1995:13）は「完全に分解してしまうと、ポリリズム自体が崩れ去ってしまう（中略）考えるのをやめて、踊りなさい」という。サンバのリズムは、シンコペーションを2拍目に含んでいる。シンコペーションとは、本来弱い拍を強く、強い拍を弱くする手法である。図1・2のリズム②は、「強・弱・弱・強」の拍であるが、2拍目のシンコペーションによって、1拍目の強拍が保留される。Browning（1995:14-15）は、この1拍目の保留に関して、「動きを誘発するのは、ビートの停止または沈黙である」と述べている。つまり、動きを誘発するのは「間」である。シンコペーションと「間」の関係については、七類（1999:27）は、「シンコペーションとはビートの強弱を一時的に変化させリズムに変化を付けることをいう。これにより跳ねた感じのリズムや『リズムの間』がつくり出されるのである」と述べている。シンコペーションによって創り出された1拍目の強拍の保留、つまり「間」は、動きの「ため」につながると考えられる。これは、前述の「重心を足裏の母指球（親指の付け根の部分）からかかとに移すことによって、その長さや重さを示す」



(Browning, 1995 : 12-13) という記述の「長さ」と「重さ」からも分かる。

動きの「ため」は、リズムとリズムの「間」にステップを生起させ、さらに次のステップを誘発する。そうして、連続したサンバのリズムの中で、脱意志的にステップが連続して繰り返されていくことになると考えられる。

## 4. ヒップホップ

### 4-1. ヒップホップの歴史

ヒップホップ (Hip Hop) とは、赤堀ら (2018 : 346) によると、「特定のダンスや音楽のジャンルを指す言葉ではなく、アフリカン・アメリカンが創りだした文化の総称」であり、「音楽を担当する DJ (Disc Joker), その音楽に合わせては早口で言葉を連射する RAP あるいは MC (Master of Ceremonies), 音楽に合わせて全身を使って激しく動くことで自己表現をする BBOYING (Break Boy), 地下鉄の車両や外壁に巨大な絵を描くことで自己表現する GRAFFITY から成り立つ黒人文化である」という。ヒップホップは、ジェームスら (2018 : 201) によると、「70 年代の半ば、ニューヨークのハーレム、サウス・ブロンクス、クイーン地区などの街角や公園で生まれ」という。「ヒップホップの中心は、アフリカ系黒人の若者と、ヒスパニック (ラテンアメリカ系) の若者」(ジェームスら, 2018 : 203) であり、「ニューヨークの貧困層から生まれた文化」(ジェームスら, 2018 : 204) である。ジェームスら (2018 : 204) は、「70 年後半からアメリカの景気が後退します。それが、アフリカ系、ヒスパニック系の低所得者を直撃した。暴力と麻薬がはびこり、ストリート・ギャングになる若者が多数い」という。さらに「80 年代半ばになると、安価で中毒性の強いクラック (コカインに混ぜ物をしたドラッグ) が爆発的に蔓延。ストリートでは、縄張り争いと薬物売買に絡む犯罪が恒常化した」という。しかし、「いっぽうで暴力で傷つけることをやめて、歌にのせたしゃべりとダンスのスキルで勝負し、解決しようとした人たちもいる。そもそも、ヒップホップは、カオス (混沌) から抜け出す道を探していた若者が生み出した文化」(ジェームスら, 2018 : 207) であったという。「暴力をなくそうというメッセージをだし、『否定を肯定にかえる』ことを力説したのは、ヒップホップという名前の名づけ親、アフリカ・バンバータ。彼は、先に挙げたヒップホップの 4 つの要素<sup>3)</sup> に『知識』 (knowledge) をくわえ、平和、団結、愛、楽しむことをモットーに掲げた」(ジェームスら, 2018 : 207-208) という。以上のことより、ヒップホップと呼ばれているのは文化の総称であり、ダンスだけを指すものではないことが分かる。一般的にヒップホップダンスと呼ばれている BBOYING の他に、DJ, RAP (あるいは MC), GRAFFITY がある。そして、ヒップホップは、アフリカ系黒人やヒスパニックの若者の文化で、貧困などの生活からの脱却の方法であり、彼らの哲学でもあったことが分かる。

ヒップホップ文化のダンスである BBOYING は、日本ダンススポーツ連盟ブレイクダンス部 HP「DANCE SPORT BREAKING」によれば、「略してブレイキンと呼ばれていましたが、流行とともに一般に分かりやすいように説明するため、『ブレイ

クダン』と呼ばれるようになってい」ったという。赤塚ら（2018:346-353）によると、BBOYING が踊られ始めた 1970 年代前半、足だけを使うシンプルなフリースタイルの踊りであったが、その後衰退期と隆盛期を繰り返しながら発展していき、地面に手をつき素早く動く足さばきやステップなどをして踊る FOOTWORK や、アクロバティックな動きの POWERMOVE（背中や肩で回るウィンドミル、頭で回るヘッドスピンなど身体の様々な部分で回転する動き）などの技が広がっていったという。現在では、TOPROCK（フロアへ入る前に立って踊るダンスのこと）、FOOTWORK、POWER MOVE、FREEZE（TOPROCK、FOOTWORK、POWERMOVE の一連の流れから、音に合わせて身体を固めて動きを止めること）という 4 つの主な構成に、自分らしさを生かした動きなどを取り入れて踊っているという。BBOYING のパフォーマンスの形態としては、バトル（踊りを見せ合い戦うこと）やサイファー（CYPHER：数人で円を作り一人ずつ順番に中央に出て踊り交流する呼び名のこと）、ショーケース（音楽や衣装、振り付けを決めて披露するもの）があるという。以上のことより、BBOYING は一般的にはブレイキンやブレイクダンスと呼ばれており、隆盛と衰退を繰り返しながら技が発展してきたことが分かる。高等学校のリズム系ダンスでの〈リズムと動きの例示〉では、「（前略）床を使った動きなどで変化をつけたり（後略）」（文部科学省，2019）という記載がある。これは、POWERMOVE のような動きを示していると考えられる。

ヒップホップは、初期のものをオールドスクール、1980 年代後半以降のものをニュースクールと分類しており、BBOYING は時代とともに様々なダンスに発展し、異なるダンスジャンルに分かれていった。赤堀ら（2018：355-356）は、時代別にダンスジャンルを 4 つに区分し、ダンスの特徴やリズムの特徴などをまとめている<sup>4)</sup>。第 1 期は、1960 年代（オールドスクール）の BBOYING である。第 2 期は、1960～1970 年代（オールドスクール）の POP である。POP のダンスの特徴は、「由来は筋肉を弾く（POP）ことで、体の各部位をそれぞれ動かすアイソレーションや、体を弾いたり（ヒット）、体に波（ウェーブ）を伝わらせたりして表現するダンス」（赤堀ら，2018：355）であるという。第 3 期は、1970 年代（オールドスクール）の LOCK である。LOCK のダンスの特徴は、「ロック（LOCK）とは鍵をかけることを意味し、動きのなかで様々なポーズを止めるダンス」（赤堀ら，2018：355）であるという。第 4 期は、1980 年代後半（ニュースクール）の HIP HOP（以降、文化の総称であるヒップホップと区別するため、ダンスの第 4 期の HIP HOP は英文字で表記する。ただし、学習指導要領の題材であるヒップホップを指し示す時はカタカナ表記とする。）である。HIP HOP のダンスの特徴は、「1980 年代後半にニュージャックスイングの音楽が流行し、その時のステップが当時の曲に取り入れられ現在では JAZZ HIP HOP や GIRLS HIP HOP というようにその幅は広がっているダンス」（赤堀ら，2018：35）であるという。こうした区分はあるものの、谷口（2011）によると、「現在ではオールドスクールとニュースクールのものを全てひっくるめてヒップホップダンスもしくはストリートダンスという呼び方をしている」という。

赤堀ら（2018：357-358）の研究によれば，中学校・高等学校のリズム系ダンスで示されているヒップホップは，縦乗りのリズムで踊る HIP HOP（第4期）の要素を中心としながら，BBOYING や POP などのストリートダンスの要素も加わっていることを明らかにしている．また，単元の展開例（文部科学省，2013：116）は，縦乗りのリズムで踊るヒップホップのリズムの特徴を捉えながら，単元前半の「リズムの特徴をとらえた動きを続けて，仲間と一緒に自由に踊る」活動では，踊りの形態として BBOYING のバトルやサイファー<sup>5)</sup> が設定されており，単元後半の「グループで，簡単なオリジナルダンスを創って踊る」活動では，踊りの形態として BBOYING のショーケースが設定されていることを明らかにしている．以上のことから，中学校・高等学校のリズム系ダンスで扱うヒップホップの「リズムの特徴を捉え（後略）」とは，主に HIP HOP のリズムということ分かる．HIP HOP のリズムを核としながら，BBOYING のバトルやサイファーを援用して，友だちとリズムの乗りを交流していると考えられる．次節では，基本のリズムが HIP HOP の要素を中心としていることから，HIP HOP のリズムと動きの関係に限定して考察をしていくこととする．

#### 4-2. HIP HOP のリズムと HIP HOP ダンスの動きの関係

HIP HOP の「リズムの特徴を捉える」ことについて，中学校学習指導要領解説では，「ヒップホップの場合は，ロックよりも遅いテンポで強いアクセントがあるため，1拍ごとにアクセントのある細分化されたビートを強調することを示している」（文部科学省，2018a，：173）と記載がある．ビートを強調することは黒人ダンス音楽では重要であり，七類（1999：46）は「ドラムビートはアフリカの鼓動」といい，その理由は「殆どの黒人ダンス音楽は BPM100 前後」であるとし，「この BPM のテンポは日常生活の心拍数に近い．彼らのダンスが生活に密着している所以である」という．1拍ごとのアクセントについては，HIP HOP のリズムはアフタービート（裏拍）である．HIP HOP の基本的なリズムの取り方は，膝を屈伸させて沈み込む「ダウン」と膝を伸ばして体を引き上げる「アップ」である（図3）．

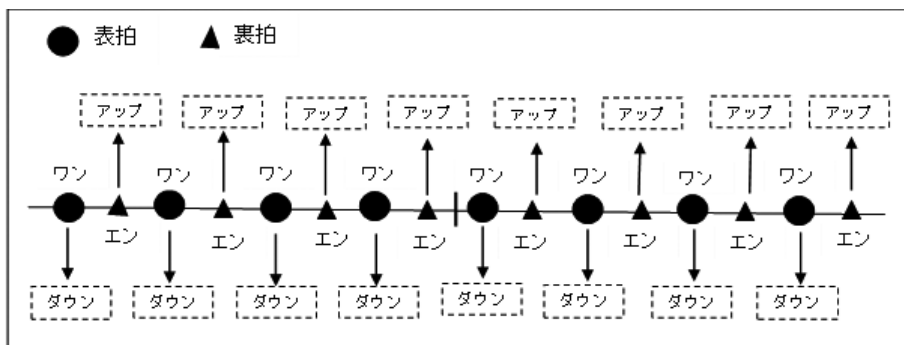


図3. HIP HOP の基本的なリズムの取り方（日本ストリートダンス協会，2013，筆者一部加筆修正）

\* 図3は「ダウンのリズム」で踊る場合（表拍がダウン）であり，「アップのリズム」で踊る場合は，表拍がアップで，裏拍がダウンになる．

佐藤（2014）は、HIP HOP ダンスコンテストにおいて、客観的に評価できる運動学的変数を見つけることを目的とした研究を行った。その結果、基本的な動きの1つである「上肢のウェーブ動作」（上肢の関節を使い波の伝搬を模倣する動作）は、ウェーブを伝搬させる速度が一定、振幅が一定、表出される波形は正弦波のようにゆがみが少なく滑らかであることを見出した。また、図3のような全身動作であるリズム動作（リズムに合わせて頸部・体幹・下肢の関節を屈曲や伸展させて身体全体の上下運動を繰り返す動作）についても考察した。熟練者は、頸部の動きが、体幹・下肢の動きの位相に対してわずかに遅れることが分かり、それにより頭頂部の曲線的な軌跡を生み出していることを見出した。未熟練者は、直線的な軌跡を描いていた。つまり、HIP HOP ダンスは、アフタービートのリズムに対して、波を描くように曲線的に乗って踊ることが大切であることが分かる。七類（1999：46-47）は、HIP HOP のリズムを含む黒人系ダンス音楽は、BPM100 前後のテンポがゆったりしたビートの強いリズムであるため、ビートとビートの間隔が広く、リズムの波形は曲線的・連続的になるという。そのBPMが遅いリズムで踊るためには、体の動きは体幹を使わないとビートを刻むことができないという。つまり、体の動きも、ビートとビートの「間」を埋めるために体幹を使い、リズムの波形と同じく曲線的になるのである（図4）。

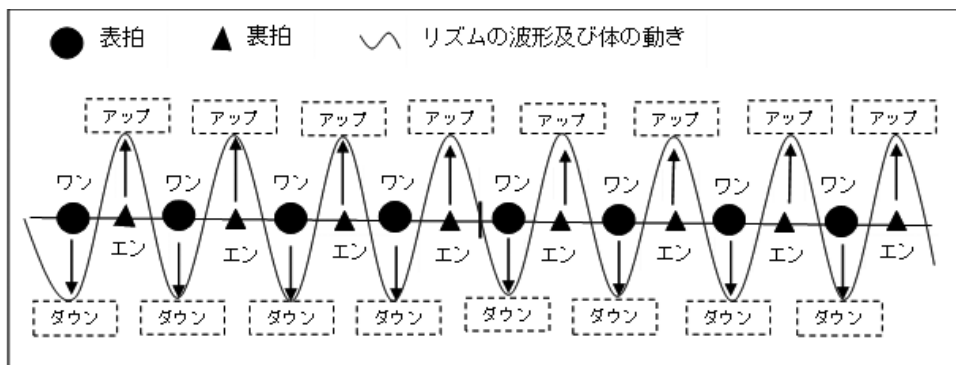


図4. 曲線的な HIP HOP のリズムと体の動き（著者作成）

リズムの曲線的な波形に伴う体幹を使った曲線的な動きは、七類（1999：84-85）によれば、各部位が必ず自然法則のもとに連動する「インターロック（Interlock-Movement）」（体幹の連動運動）が大切であるという。体幹の起点は首にあるといい、首から発した動きが波のように胸と腰に連動していき、大きな動きの乗りのリズムを形成するという。HIP HOP ダンスのダウン・アップのリズム動作の場合も、ダウンの時は、首を前に出し、胸と腰は後方に引いて脱力する。アップの時には、首を後ろに引いて、胸を前に出し腰を連動させる。こうした「インターロック」によって、HIP HOP のリズムに乗ることができるのである。さらに七類（1999：92-93）は、体幹を連動させるためには、「ため打ち」が必要であるという。「ため」とは主動作の前

のエネルギーを貯める動作で、ビートとビートの「間」に行い、ビートに合わせて「ヒット動作」を行うことにより、「乗り」が創られるという。よって、HIP HOP ダンスのダウン・アップのリズム動作では、ダウンした直後がアップの「ため」であり、その後体幹を跳ね上げるように「ヒット動作」を行い、アップを行う。反対に、アップした直後がダウンの「ため」であると言える。三浦（2014）によると、ダンス初心者にとっては、神経系に内在する制約が大きくなるために、ダウンよりアップの方が難しいという。七類（1999：96）は、「初心者はこの体幹の反復動作にピンポン作用がなく、動きが切れてしまう」といい、「この動きのカットは、リズムの波が切れることを意味し、しいては音楽に乗って動けなくなってしまう」と指摘している。

以上のことより、ヒップホップダンスは、「ため」と「ヒット動作」によるピンポン動作が大切であることが分かる。動きの「ため」は次の運動の準備局面であり、次にくるビートを予期しながら「ため」、「ヒット動作」につなげることが必要である。この動作を途切れさせず連続して行うことによって、体の動きが曲線的になり、そこにリズムへの「乗り」が生まれることが分かる。サンバダンスとの共通点としては、サンバはシンコペーションによる動きの「ため」があり、HIP HOP はビートの「間」に動きの「ため」があり、その「ため」が次のステップを誘発したり、曲線的な動きの出現によりリズムへの「乗り」を創り出したりしていることが考えられる。

## 5. おわりに

本研究は、表現運動・ダンス学習のリズム系ダンスにおいて、サンバやヒップホップの歴史的背景、リズムや動きの特徴を踏まえたリズムとダンスの動きの関係について整理し、サンバとヒップホップそれぞれの「リズムの特徴を捉えて踊る」とはどういうことかについて考察することを目的としてきた。

サンバの歴史的背景としては、サンバは、アフリカ黒人奴隷に関わるアフリカ由来の文化が発祥となり、様々な文化が混じり合って誕生した「アフロ・ブラジル文化」であった。サンバは、楽器・歌・ダンスで構成され、元々人とかかわりと即興性を擁していた。人種差別の中で弾圧を受けてきたサンバであったが、商業化や政治的思惑により、ブラジル文化を代表するものになっていき、世界中に広まっていった。それに伴い、サンバの踊り方も身体全体や両腕の大きな動きに変わり、より洗練されていったということが整理された。サンバのリズムは、基本となる三層構造があり、ポリリズムであった。サンバダンスの動きは、基本的には、3連符のリズムで左右に足を踏みかえるステップであり、そのステップは3連符と16分音符の「間」に置かれ、足と腰の動きのリズムは微妙にずれることから、サンバはリズムだけでなく身体全体がポリリズムの動きになるダンスであることが考察された。また、シンコペーションによって、動きの「ため」ができ、それが次のステップを誘発しながら連続していくことが考察された。よって、サンバダンスにおける「リズムを捉えて踊る」ということは、シンコペーションにより引き起こされる動きの「ため」により、リズムとリズムの「間」にステップを生起させることであると考察された。

ヒップホップの歴史的背景としては、ヒップホップは、人種差別を受けたアフリカ系とヒスパニック系の貧困層の若者の暴力や争いに代わるものとして生まれた。ヒップホップとは、DJ・RAP・BBOYING・GRAFFITY から成り立つ黒人文化の総称であった。その中のダンスである BBOYING は隆盛と衰退を繰り返しながら技を発展させ、BBOYING から時代とともに様々なダンスが生まれてきた。現在のダンス学習の中にあるヒップホップは、HIP HOP（第4期）のリズムが核となり、BBOYING のバトルなどの踊りの形態を取り入れているということが整理された。HIP HOPのリズムは、遅いテンポで強調されたアフタービート(裏拍)のリズムであった。HIP HOP ダンスの基本の動きは、「ダウン」と「アップ」であり、ビートとビートの広い「間」を埋めるために体幹を使った曲線的な動きになることが整理された。そのためには、ビートの「間」で次のビートを予期しながら動きの「ため」を行うことと、ビートのところで体幹を跳ね上げる「ヒット動作」をしてそれを繰り返すピンポン動作が大切であり、そこにリズムへの「乗り」が生まれることが考察された。よって、ヒップホップダンスにおける「リズムを捉えて踊る」ということは、遅いリズムのテンポによりできる広いビートの「間」で、次のビートを予期しながら動きを「ため」で、ビートに合わせて「ヒット動作」を行うことであると考察された。

サンバダンスとヒップホップダンスのどちらも、シンコペーションや遅いテンポのリズムによって動きの「ため」が生まれていた。その動きの「ため」が連続したステップを生み出したり、動きの「ため」と「ヒット動作」を繰り返す「ピンポン動作」を生み出したりして、それぞれのリズムへの「乗り」につながっていたことが共通点として見出せた。

今後の研究の課題としては、本研究で考察したことをもとに、実際の表現運動・ダンス学習のリズム系ダンスにおいて、児童・生徒のサンバやヒップホップのリズムと動きの関係を見極める具体的な方法を設定し、データを記録・分析し、児童・生徒が「リズムに乗る」という状態を客観的に見極めることである。

## 註

- 1) Willie (2010) によると「アフリカから伝わりバイーアで洗練され、20 世紀初頭のリオで完成したサンバの最初期のリズム。手拍子やコール・アンド・レスポンス、即興の歌などが特徴」である。
- 2) Browning (1995) の翻訳を行った山田陽一 (2017)『響き合う身体 音楽・グループ・憑依』春秋社もあわせて参照している。
- 3) ヒップホップの4つの要素とは、DJ (Disc Joker), RAP あるいは MC (Master of Ceremonies), BBOYING(Break Boy), GRAFFITY を指している。
- 4) 赤堀ら (2018) によると、ダンスの「各ジャンルの発祥やその説明、ステップの名称等には諸説あり」としている。
- 5) 赤堀ら (2018) によると、サイファー (CYPHER) とは、「BBOYING の文化での交流の仕方の呼び名。数人で円を作り一人ずつ順に出て踊り、交流すること」

である。

#### 〈引用・参考文献〉

- 赤堀文也・細川江利子(2018)「学校体育における現代的なリズムのダンスとヒップホップダンスの関係性」『埼玉大学紀要教育学部』67(1):343-360
- Browning,Barbara(1995) Samba:Resistance in Motion.Bloomington:Indiana University Press.
- 林夏木(2020)「第三章サンバの指導例」遠藤保子監修『映像で学ぶ舞踊学』大修館書店 pp.164-167
- 林夏木(2022)「舞踊記譜法の論点と課題ーブラジル『サンバ・ヂ・ホーダ』の舞踊譜開発に向けてー」『立命館産業社会論集』58(2):91-108
- 林夏木(2023a)「ブラジル『サンバ・ヂ・ホーダ』のリズム舞踊譜開発研究ー研究者・実践者への聞き取り調査の結果からー」日本スポーツ人類学会第24回大会
- 林夏木(2023b)「サンバ研究 Samba:Resistance in Motion から観るサンバ・ヂ・ホーダの舞踊特性ー舞踊譜開発に向けた一考察ー」『立命館産業社会論集』59(1):261-280
- ジェームス・M・バーダマン・里中哲彦(2018)『はじめてのアメリカ音楽史』ちくま新書
- 公益社団法人日本ダンススポーツ連盟ブレイクダンス部 HP「DANCE SPORT BREAKING」<https://breaking.jdsf.jp/>(閲覧日:2023年10月29日)
- LINK・BUDDHA STRETCH・CALEAF 出演(2008)DVD「NEW SCHOOL DICTIONARY」ADHIP
- 松村耕平・山本知幸・藤波努(2006)「加速度センサを用いたサンバダンスの解析」『ジョイント・シンポジウム講演論文集』スポーツ工学シンポジウム シンポジウム:ヒューマン・ダイナミクス 2006:216-221
- 三浦哲都(2014)「ストリートダンサーの知覚ー運動協調特性」『体力科学』63(1):50
- 文部科学省(2013)『学校体育実技指導資料第9集表現運動系及びダンス指導の手引』東洋出版社
- 文部科学省(2018a)『中学校学習指導要領(平成29年告示)解説保健体育編』東山書房
- 文部科学省(2018b)『小学校学習指導要領(平成29年告示)解説 体育編』東洋館出版社
- 文部科学省(2019)『高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説 保健体育編 体育編』東山書房
- 日本ストリートダンス協会(2013)『ゼロからはじめるヒップホップダンス』マイナビ
- 七類誠一郎(1999)『黒人リズム感の秘密』郁朋社
- 佐藤菜穂子(2014)「ダンスパフォーマンスにおける巧みさの研究ーヒップホップダ

- ンスを対象とした動作分析から～」博士論文 名古屋大学
- SKEETER RABBIT・POP'IN PETE 出演 (2004) DVD「OLD SCHOOL  
DICTIONARY」ADHIP
- 田島正浩・細川江利子 (2017)「リズムダンスのサンバの学習指導に関する研究－教  
員養成系 G 大学での授業実践を通して－」『Research Journal of JAPEW』33:  
55-71
- 高橋和子 (2015)『平成 26 年度文部科学省委託事業 武道等指導推進事業 (武道等の  
指導成果の検証) 中学校における柔道・ダンスの指導状況等の調査』  
<https://kazuko-ynu.jp/pdf/report2014.pdf> (閲覧日: 2023 年 10 月 20 日)
- 田中克佳 (2014)『踊る! ブラジルー私たちの知らなかった本当の姿ー』小学館
- 谷口眞生子 (2011)「ヒップホップについての諸要素ーブロンクスからイタリアへとー」  
『大阪音楽大学研究紀要』49: p. Body4-
- 渡辺亮・飯田茂樹 (1998)『音楽指導ハンドブック 21 レッツ・プレイ・サンバーみん  
なでリズム・アンサンブルー』音楽之友社
- Willie Whopper (2010)『リアル・ブラジル音楽』yamaha music media corporation
- 山田陽一 (2017)『響きあう身体 音楽・グループ・憑依』春秋社