

保育者養成校の身体表現科目における手遊びうた活用の可能性

——『おべんとうばこのうた』の創作に関する実践報告——

仁科 幸^[1], 鈴木 瑛貴^[2]

[1] 植草学園大学発達教育学部 非常勤講師, [2] 植草学園大学発達教育学部

本稿は、植草学園大学発達教育学部の3年生を対象として開講している「保育内容演習Ⅰ（表現）」の授業において、オンライン授業と対面授業を併用して実施した全3回の授業の中で、手遊びうたの実践、創作、発表の過程で学生がどのような学びを得たのかを考察することを目的とした。授業での様子やワークシートより、学生は、生活の中に存在する身近な表現を手遊びうたの中に取り入れることで、生活と保育の現場での身体表現が地続きのものであることを体験的に理解する機会を得ていることが明らかとなった。学生自身が、自由な発想のもとに主体的に自分の経験や嗜好を振り返り、他者とコミュニケーションをとりながら課題に取り組むことで、身体表現活動に対する技能が向上し、自らの表現を共有する喜びや他者の表現への関心が高まったと考えられる。

キーワード：手遊び、わらべうた、保育、身体表現、ハイブリッド型授業

1. はじめに

今日の保育現場においては、古くから日本に伝わるわらべうたや、現代の子どもたちにとって身近な題材をテーマにした手遊びうたが子どもや保育者の間で広く行われている。手遊びうたは、地域に根ざしたオリジナルのものや、園や先生が独自に創作やアレンジを加えたものなど、保育者と子どもの中で形を変えながら親しまれている。これは言葉に合わせて手を動かすというシンプルな作りが特徴であり、基本的に手を動かすという点や、言葉に合わせて動くという点において、日常のコミュニケーションに近い身体運動・身体表現であると言える。

保育現場において、日常的にさまざまな場面においてわらべうたや手遊びうたが用いられ、これらは欠かすことのできない教材のひとつである。現任保育者69名を対象としてアンケート調査を行った多胡（2013）の研究では、身体表現の実践内容として体操が59名、手遊びが55名と大半の保育者が挙げている一方、イメージを動きで表現する活動を実践

している保育者は21名に留まった。また遠藤・松山・内藤（2011）は、身体表現に対して保育者が難しさを感じる理由の一つとして、幼児の動きや表情を見ながら関わる必要があるためとしている。このように、イメージを動きで表現する活動は、自由度が高く、難しさを感じやすい一方で、曲や動きが決まっている手遊びやダンスは、保育者にとって扱いやすい教材であると考えられる。

一方で、手遊びうたを起点とし、その場や状況に合わせてオリジナルの要素を入れた創作的な動きを生み出すことも可能である。手遊びうたには子どもの生活と密接に結びついた歌詞が含まれているため、それをヒントに身振りやジェスチャーを考えることは、ダンス経験のない保育者にとっても取り組みやすい教材となるのではないかと考える。また、手遊びうたという親しみ深い題材を起点にすることで、イメージを動きで表現することが特別なこと・難しいことではなく、日常の中にある子どもの素朴な表現と地続きのものであることを体験的に理解することができるのではないかと考える。

筆者は、上記のような考えのもと、保育者養成校における身体表現科目の授業実践を行ってきた。本稿では、「保育内容演習Ⅰ（表現）」の授業において、手遊びうたの実践、創作、発表の過程で学生がどのような学びを得たのか考察する。そして、本事例が学生の実践力養成につながる教材として検討材料となることを期待したい。

2. 手遊びうた『おべんとうばこのうた』概要

手遊びうた『おべんとうばこのうた』には、さまざまな食べ物が登場し、他の食べ物に置き換えることで替え歌を考えやすいという点、そして生活の場に根差した題材として動きを考えやすいという点から、本授業での題材として選んだ。下記にその概要を述べる。

2-1. わらべうたとしての『おべんとうばこのうた』

『おべんとうばこのうた』はわらべうたである。わらべうたとは、子どもが遊びながら歌ううたで、昔から口伝えなどで伝えられ歌い継がれてきたことによって、伝承童謡、自然童謡とも呼ばれている。『おべんとうばこのうた』は、大人や子どもの間で歌われるほかにも、TVの子供向け番組で歌われ、幼稚園や保育園などで振付を交えて歌われることなどによって広く知られているが、正確な作詞・作曲家は不詳といわれている。わらべうたには、となえうた、絵描きうた、お手合わせ、からだあそび、鬼あそびなどの特徴をもつうたがあり（小泉，1969）、『おべんとうばこのうた』は数えうたの要素を持つわらべうたとして親しまれている。

現在、普及している『おべんとうばこのうた』の歌詞は以下の内容である。

.....
 これっくらいの おべんとうばこに
 おにぎり おにぎり ちょいとつめて
 きざみしょうがに ごましおふって
 にんじんさん さくらんぼさん
 しいたけさん ごぼうさん
 あなのあいた れんこんさん
 すじのとおった ふき

前述3行目の4つの食べ物がそれぞれ2, 3, 4, 5の頭文字と同音であるため、指でその数字を示しながら数を増やしていくことで、数えうたの要素を持つという特徴がある。

また、冒頭の「これっくらいの」の歌詞の部分で、手で描くおべんとうばこの大きさを調整し、大きな身体のゾウさんやウシさん、もしくは小さなネズミさんやアリさん用のおべんとうばこを形作ることによって、うた全体の動きの規模感や、うたの速度、声色を変えて遊ぶアレンジ方法も普及している。

そして近年では、「きざみしょうが」や「ふき」といったおかずに対して馴染みが薄い子どもにとっては、それらのイメージが湧きにくく手遊びでの表現が難しい場合もあるため、歌詞の内容を独自にアレンジして現代の子どもに馴染みの深いサンドウィッチをテーマとした『おべんとうばこのうた』の楽曲も発表されている。

2-2. 食べ物を題材にした手遊びうた

食べ物が登場する手遊びうたは数多く存在し、子どもたちに食への興味や関心を促す側面を持つ。身近な手遊びを通して食育を行うことによって、繰り返し声に出したり動きを真似したりする中で、自然と食べ物の名前や特徴、食べ方などの知識や興味を獲得する機会となる。食事の前などに時間を決めて活動することで、食事に向けての楽しい雰囲気づくりや前の活動との切り替えの役割を果たすほか、旬の食べ物が給食やお弁当に登場した際や、お散歩でその食べ物が実った木を目にした後など、より深くその食べ物についての知識を深めたいときなどに活用される例もある。

『おべんとうばこのうた』にも、お弁当箱に詰める具材として、さまざまな食べ物が登場し、食べ物の形状や特徴をモチーフにした動きが使われていることから、身振り手振りを交えながら歌うことによって、その食べ物の特徴を自然に覚えられるような手遊びになっている。

3. 授業における『おべんとうばこのうた』の身体表現実践報告

植草学園大学における「保育内容演習Ⅰ（表現）」

の科目は、前期に開講される全15回の授業である。後期には「保育内容演習Ⅱ（表現）」として全15回の授業が開講され、1年間さまざまな活動を通して自己の表現と向き合い、他者の表現に触れる機会を積み上げている。

『おべんとうばこのうた』にまつわる活動は、前期の第10回、第11回、第12回の全3回にわたり展開した。コロナ禍の影響で、オンラインと対面の授業を併用し、第10回をオンラインによる個人活動、第11回、第12回を対面によるグループワークを交えた活動として行った。

3-1. 活動のねらい

学生が動きの創作に対して感じている苦手意識を減らし、個人とグループでの創作活動を通して動きを生み出すことや共有することの楽しさを味わうことをねらいに掲げ、授業を構成した。

筆者は授業初回に、学生の学習状況を測るため、実習及び前年度までの授業における身体表現に関する経験や自分自身の好きな表現、苦手な表現といった内容を尋ねるアンケートを行った。その結果、実習や前年度までの授業において、さまざまな手遊びや歌、踊りに触れ親しんでいる学生は、既存の振り付けや手遊びを覚え、人前で保育者として行うことへの慣れや自信がついてきている一方で、動きの創作やアレンジに対しては、経験値の低さや方法の未学習によって苦手意識を持っている者も多いということが分かった。「振付はプロが行うもの」という意識から、「身体表現は自分の生活や自然な動きと繋がっていて、誰もが自由に行うことができる」という意識への変容を目標に、身近な存在であるお弁当をモチーフに、替え歌の手法を用いて、歌詞や節、動きの下地がある状態にアレンジを加えて、言葉と動きの創作を行うことを課題とした。

3-2. 授業展開

① オンライン授業：『おべんとうばこのうた』をやってみよう・つくってみよう（個人創作）

- ・ 著者作成の動画（『おべんとうばこのうた』をやってみよう）を学生がそれぞれに自宅で視聴しながら、動画内で動く筆者と一緒に手遊びを行う。その際、ノーマルバージョン、ウシさんバージョン、



図1 『おべんとうばこのうた』レクチャー動画の一部

ネズミさんバージョンの3例を示した。

- ・ 筆者撮影の動画（『おべんとうばこのうた』をつくってみよう）を視聴しながら一緒に実践する。教員の例として、崎陽軒のお弁当を題材にしたオリジナルの『おべんとうばこのうた』を示し、その後、歌詞や動きをつくるときのヒントを提示する。その動画の様子は図1の写真に示す。
- ・ 学生が自分オリジナルの『おべんとうばこのうた』の歌詞と振付を作成し、ワークシートに記入、提出する。なお、学生の記入したワークシートを2例、末尾の資料に掲載している。

② 対面授業：オリジナル『おべんとうばこのうた』のレクチャー動画をつくろう（グループ創作）

- ・ 5～6人のグループで、それぞれ自分のつくったオリジナルの『おべんとうばこのうた』を発表する。その際、作者の学生が先生役となって実際にレクチャーをしながら動き、他の学生は子ども役になって一緒に真似をして動く。
- ・ グループごとに、グループオリジナルの『おべんとうばこのうた』を作成、歌詞と振付を創作し、レクチャーができるまで練習する。誰かがつくった歌をベースにブラッシュアップする、複数人のエッセンスを混ぜる、新しくつくる、など方法は問わない。
- ・ レクチャー動画を撮影、動画を提出する。学生の作成したレクチャー動画の様子は図2の写真に示す。



図2 授業②グループ創作による『おべんとうばこのうた』レクチャー動画の一部（学生作成動画より）

③対面授業：レクチャー動画鑑賞会

- ・各グループが作成した動画をスクリーンに投影、視聴する。その際、1回目は静かに観察しながら視聴、2回目は動画を見ながら一緒に動く。
- ・各グループへの気づきや感想をノートに記入する。

3-3. 個人での実践、創作

第10回（本活動の1回目）の授業は、実習前の時期であるなどの理由から、対面で行うことが難しい状況であったため、オンライン授業で行った。筆者が事前に撮影した動画と事前に配布したワークシートを教材とし、学生が各々自宅で動画を視聴しながら一緒に手遊びの実践を行い、その後一人一人がオリジナルの『おべんとうばこのうた』の歌詞と動きを創作し、ワークシートに記入して提出するという流れで実施した。

実際に授業を行ったことで得られた学びの中から、オンライン授業の中で個人創作をすることの有効性の高さについて特筆したい。

一般的に、歌詞や振付を考えるという活動は、他人の目があることによって恥じらいを感じやすい。今回の授業においては、個人が離れた場所でそれぞれに取り組むオンライン授業という形式で取り組ん

だため、他人の目を意識せずに自身のペースで創作に取り組めるという利点があることが学生の感想によって示された。例えば、オンライン授業では、自宅での個人学習となるため、自分のペースで自分と向き合い、幼い頃の経験や好きなものを振り返ったり、家族と同居している学生は家族に意見を聞いたりレクチャーを試したりするなどの活動を集中して行うことができる。また、実際に声に出しながら歌詞を考えたり、動きながら振り付けを考えたりすることが行いやすかったという意見も得られた。対面授業における宿題とは異なり、オンライン授業として設定された90分の時間があることによって、個人が時間を取り、筆者によるレクチャー動画を個人が自分のペースで参照しながら、集中して創作に取り組む機会を得られたと考えられる。また、提出締め切りを当日中ではなく授業日の3日後に設定したことから、学生の中には時間を置いて何度か推敲したという声や、実際の自分の食事の時間を経て新たなアイデアが湧いてきたという声があった。創作のヒントを、授業時間内だけでなく生活の中から見つけていることが明らかになった。

自宅での個人の取り組みによるため、実際に学生がどのように活動しているかを教員が観察し指導することはできず、創作に悩んだ場合など学生同士や教員とのコミュニケーションをとりづらいという欠点はあるが、事前の対面授業でいくつかの手遊びうたを教材として扱い、動きのアレンジや場面に合わせた歌詞のアレンジを創作する活動を経験することによって、コミュニケーションを取りながら授業の中で協力して創作を行うスキルと自信を身につけたという土台があったことで、今回のオンライン授業において個人活動としてオリジナルの『おべんとうばこのうた』を創作することが可能になったと考えられる。

3-4. 『おべんとうばこのうた』個人創作におけるテーマ

学生のワークシートより抜粋したテーマの例を以下に挙げる。

- ・子どもが好きなおかずの詰まったお弁当
- ・理想のお弁当 ・栄養満点のお弁当

- ・ 普段のお弁当 ・ 大人なお弁当
- ・ 苦手克服弁当 ・ デザート弁当
- ・ 遠足、運動会の思い出弁当
- ・ お母さんの得意料理弁当
- ・ 擬音語（オノマトペ）が詰まったお弁当
- ・ 外国風のお弁当（中華，韓国，洋風など）
- ・ 好きなアイドルにまつわるお弁当
- ・ 映画『となりのトトロ』やアニメ『忍たま乱太郎』に出てくるお弁当

お弁当以外の例としては、下記のようなものが挙げられた。

- ・ スムージーの作り方…ミキサーに材料を入れ、かき混ぜる
- ・ ハンバーガーセット…お店でのオーダーをリズムにのせる
- ・ 遠足のおやつ袋…駄菓子屋さんで好きなお菓子を選ぶ
- ・ ピザの作り方…ピザ生地 zu 色々な具材をのせる
- ・ クローゼットの中身…さまざまな洋服を畳んでしまっていく

学生は、もともとの『おべんとうばこのうた』の数えうたの要素をアレンジして、語呂のいいおかずや動きを模索したり、歌に至るまでのストーリーや背景にこだわったり、自分のお弁当にまつわる思い出を歌に込めたりと、思い思いのお弁当箱をさまざまに歌詞に反映させて創作していた。また、動きのイメージについても、丸のモチーフを何度か登場させたり、もともとのレンコンの動きをミニトマトに置き換えたりと、真似る技術をうまく活用して創作に取り組む様子が見られた。学生の中には、もともとの歌の節とリズムは残しつつ、お弁当箱におかずを詰める代わりにクローゼットにシャツやズボンなどの洋服をしまう内容にアレンジしたり、遠足に持っていくおやつを選ぶ内容にしていたりと、具体的に保育の場で生かせる場面を想定して自由な発想でアレンジをしている例もあり、替え歌の可能性と学生の創造性の高さを再発見する機会となった。

3-5. グループでの創作、発表

第11回、第12回（本活動の2回目、3回目）の

授業では、対面授業において、5～6人のグループをつくり、それぞれが個人で作成した『おべんとうばこのうた』を発表した上で、グループごとにひとつずつグループオリジナルの『おべんとうばこのうた』のレクチャー動画を撮影し、鑑賞することを課題とした。

グループ創作において、歌詞と振付の創作は、グループ内の誰かがつくった歌をベースにブラッシュアップする、複数人のエッセンスを混ぜる、新しくつくる、など方法は自由とした。一般的に、複数人でダンス作品を創作する際に、個人のアイディアを持ち寄り一つの作品をつくるという機会は多くあり、今後保育者として子ども向けのお遊戯やダンスを創作する機会を持ったときに、同僚とコミュニケーションを取りながら一つの作品を完成させるスキルは必要不可欠であると考えことから、他者と協力して作品をつくる機会を設定した。学生は、グループワークの中で、お互いの表現の素敵なところを認め合いながら、ひとつの作品を再構築し、オンラインでの個人作業ではなし得なかった集団での手遊びの特徴に着目し、工夫して創作をする姿が多く見られた。

集団創作の中で見られた工夫の仕方の特徴として、効果的に役割分担をする様子があった。歌詞のセリフを分担し、お母さんと子どもの役に分けて交互に会話をするような歌詞に工夫しているグループや、スムージーの材料とミキサーの役に分かれて違った動きを同時に行うグループ、同じ「唐揚げ」の言葉の中にふたつの動きのアイディアを採用し二手に分かれて行うグループなど、個人での創作のアイディアをもとにしながら、グループで踊ることに楽しみを見出し、その場で臨機応変に動きを変化させ、創作を行っていた。

また、グループ創作の完成を対面での発表ではなく動画の作成としたことで、保育者として子どもに手遊びをレクチャーする立場になった時に、どのような言葉かけや見本の見せ方、順序が良いかということに対して、事前に準備や練習を行う機会となり、実際に鑑賞会において客観的に自分たちの姿を見ることで、第三者からどのように見られており伝わっているかを再認識する場となった。

4. おわりに

「保育内容演習Ⅰ（表現）」の授業において、学生たちは自由な発想のもと、自分の経験や好きなものなどの興味や知識を糧にしながら、生活の中に存在する身近な表現を手遊びうたの中に取り入れることで、生活と保育の現場での身体表現が地続きのものであることを体験的に理解する機会を得ている。手遊びうたならではの特征として、食べ物の形をモチーフにしたり既存の手遊びの動きを別の食べ物に置き換えたりと、動きのイメージについて真似る技術をうまく活用して創作に取り組む様子が見られた。他にも、個人創作において、替え歌のテーマとして、お弁当箱以外のお洋服やおやつなど具体的に保育の場で生かせる場面に応用するアイデアが生まれ、替え歌の可能性と学生の創造性の高さを再発見する機会となった。集団創作の場においては、個人での創作のアイデアをもとにしながら、グループで踊ることに楽しみを見出し、その場で臨機応変に動きを変化させ、効果的に役割分担を行いながら創作に取り組む姿が見られ、他者とコミュニケーションをとりながら自らの表現を共有する喜びや他者の表現を知る喜びを獲得している姿があった。

今後、学生が実際に子どもと触れ合ったときに、

その場の子どもの反応に即した表現の変化や、子どもの年齢や発達に応じたアレンジなど、自分の表現の引き出しをその場のニーズに合わせて適切に選択できるよう、具体的な場面を想定した模擬授業などを通して養っていく必要があると考える。

文献

- 永津利衣（2021）.「手遊びの実際と課題—保育実習後のアンケート調査から—」『拓殖大学北海道短期大紀要』第1号, 53-61
- 遠藤晶・松山由美子・内藤真希（2011）.「対話的な手法によるふれあい遊びの実践—幼稚園2歳児クラスの表現遊びを通して—」『武庫川女子大紀要』第59号, 21-29
- 小泉文夫（1969）.『わらべうたの研究—共同研究の方法論と東京のわらべうたの調査報告』東京：わらべうたの研究刊行会.
- 多胡綾花（2013）.『身体表現あそび』の実践状況と実践上の問題点について』『湘北紀要』第34号, 51-73
- 吉用愛子・奥田恵子（2013）.「保育教材としての『手遊び』に関する一考察」『岐阜聖徳学園大学短期大紀要』第45号, 37-47

[illegible]

Abstract

Possible Uses of Fingerplay Songs in Physical Expression Class for Childcare Students : Report on Creation of *Obentobako no Uta* (The Lunchbox Song)

Miyuki Nishina^[1], Tamaki Suzuki^[2]

[1] Part-time Lecturer, Faculty of Child Development and Education, Uekusa Gakuen University

[2] Faculty of Child Development and Education, Uekusa Gakuen University

A total of three classes of fingerplay songs, consisting of online and face-to-face lessons, were held for third year students of the Faculty of Child Development and Education, Uekusa Gakuen University.

The purpose of this report is to discuss what the students learned through the process of practicing, creating, and presenting fingerplay songs in the classes.

Observation of the students during classes and review of worksheets completed by them revealed that they had opportunities to understand the continuity between physical expression in everyday life and childcare settings through the experience of incorporating common physical expressions used in daily activities into fingerplay songs. By engaging in tasks while freely expressing their imagination, voluntarily looking back on their experience and preference, and communicating with others, the students appeared to improve their skills in physical expression activities, find pleasure in sharing their physical expressions with others, and have increased interest in others' ways of physical expressions.

Keywords: fingerplay, nursery rhymes, childcare, physical expression, hybrid classes