

# プロの舞踊家によるダンス指導が 大学ダンス部員にもたらす効果：

身体面に関する効果に着目して

若井由梨<sup>1</sup>, 山本悦史<sup>2</sup>, 上田純平<sup>2</sup>

<sup>1</sup>新潟中央短期大学幼児教育科, <sup>2</sup>新潟医療福祉大学健康科学部

## 要 旨

近年, 中学校の部活動支援事業の一つとして, 専門性の高いプロコーチに指導介入を依頼するケースが注目され, 専門的視点による指導成果が報告されている。しかし, プロコーチやエキスパート指導者側の指導観については研究報告がなされてきた一方で, プロの指導者による指導を受けた選手や学習者側における内観を言語データとして質的に分析した先行研究はみられない。そこで本研究は, プロの舞踊家によるダンス指導が大学ダンス部員にもたらした効果について明らかにすることを目的とした。研究方法としては, プロの舞踊家によるダンス指導を受けた部員17名を対象に, 個別の言葉を詳細に記述する方法として質的研究方法を採用し, 半構造化インタビューによる調査を実施した。分析においては, プロの舞踊家の実演を含む指導による影響を考慮し, 身体面への効果に着目した。得られた回答をテキスト化し, データ分析をした結果, 部員自身が体感して理解する「主観的な身体感覚への気づき」と舞踊家の動作や作品などを見て理解する「客観的な身体の見せ方への気づき」の categories に分類された。これらの背景には, 舞踊家による言語的指導だけでなく, 視覚的・触覚的な複数の情報提示を伴う実演指導が部員の新たな感覚を得ることとなり, 効果が表れていることが示唆された。本研究の結果からは, プロの舞踊家の指導により, 学習者の身体面への影響として, 背面・身体角度・身体全体などに対する「身体への意識の集中」, 床を押す・引き上げる等の「重心・引き上げの感覚」, そして, 緩急をつけて大きく自分の体格に合った「動き方の見せ方」があることが指摘された。

## キーワード

大学部活動, 指導効果, 身体への潜在的意識, 動き方の見せ方, 身体動作への感覚的理解

責任著者：若井由梨 Email: [y-wakai@duck.niigataum.ac.jp](mailto:y-wakai@duck.niigataum.ac.jp)

## 緒 言

近年, 中学校の部活動支援事業の一つとして, 顧問や外部指導員とも異なる専門性の高いコーチに部活動指導の介入を依頼するケースが注目され, 専門的な視点をもつ指導を受けられることによる効果的な活動の成果が報告されている。例えばプロコーチを導入した東京都杉並区教育委員会 (2017) は, 顧問教員を教員自身が技術指導をしたい意思があり技術力を兼ね備える A タイプの他, A タイプほどではないがスポーツ経験があり顧問として指導できる B タイプと, 技術指導が難しい C タイプとの 3 つのタイプに分け, B タイプには外部指導員 (大学生やスポーツ経験者) を, 管理業務を中心とする C タイプ教員のもとにはプロコーチを入れる形など, 様々な立場

の指導者が役割を共存しながら体制を組んでいることを報告している。他方, 外部指導者と顧問教員との連携体制に関する課題も挙げられているものの (スポーツ庁, 2018), 専門性のあるプロコーチの指導だからこそ, 楽しみながら基礎基本を身につけ, 上達したと実感する生徒も多いことが報告されている。

プロコーチや非常に専門性の高い指導者に関する先行研究としては, プロフェッショナル・サッカー指導者の指導実践を対象に監督らの指導観を分析した北村 (2004) や, アーティスティックスイミング競技のエキスパート指導者における指導観の検討 (三井ほか, 2020) 等, 指導者の指導観に着目した論文 (加藤・新保, 2014) が見られている。このようにトップアスリートにプロの指導

者がつくことは複数報告されており、プロの指導者による指導観に関する研究はあっても、選手等の学習者が得た成果を質的に評価した報告は見当たらない。

ではダンスに着目するとどうか。学校体育におけるダンス関連の研究においては、多くの研究者や授業研究会により研究が積み重ねられてきた。教材の有効性や学習内容選定に関すること(村田・安江, 1992; 中島・村田, 2012)、ダンス授業における指導言語の効果に関すること(山崎ほか, 2014)、ダンス授業自体の効果に関すること(山本・中井, 2012)、児童の動きに関すること(成瀬, 2013)など、研究の対象の視点はダンス授業に関するものが多い。部活動でのダンス実践に関する研究については、高校ダンス部の活動実態や部員の意識調査(中村ほか, 2014)、部活動における実態調査(スポーツ庁, 2018)は示されているが、ダンス分野におけるプロフェッショナルによる指導の先行研究は見られない。

ダンスコーチングにおいては、宗宮ほか(2016)が数量的データでは示せないダンス指導者のコーチングフィロソフィーの構造に関する質的研究を行い、卓越した指導者がプロダンサーを目指す学習者へのダンス指導において重視する視点の構造について明らかにしている。しかし研究対象とされたのはトップアスリートに対するプロフェッショナルな指導者の思考であり、教育現場でのプロの指導者と学習者との相互作用がどのような指導効果につながり、学習者へ気づきや学びを促したのかといった指導者の作用により、学習者が得た成果には着目されていない。

そこで本研究では、プロ<sup>注1)</sup>の舞踊家<sup>注2)</sup>によってダンス部員にもたらされたダンス指導の効果を明らかにすることを目的とした。プロの舞踊家にダンス指導を依頼した理由は、実演を間近で確認することができることによ

る身体面への影響を期待したからである。そこで本研究では身体面<sup>注3)</sup>について注目していく。加えてスポーツ庁による「外部指導者」を活用した部活動指導の地域移行が推進されている教育現場において、本研究の実践報告が今後のモデルケースの一つとして多方面において生かされる可能性も見いだせる点は独自のであるといえよう。

## 方法

本研究の目的は、プロの舞踊家による部活動指導において、対象指導に関するダンス部員の内観を質的に分析し、身体的な効果について明らかにすることにある。「なぜその行動に至ったのか」「何を考えて実行したのか」などはその当事者および関係者の具体的な語りで明らかになることであり、質的研究がふさわしい」と寺下(2011)が述べているため、質的な研究方法が適していると判断し、採用した。

### 1. プロの舞踊家および研究対象者

調査対象のダンス指導を担当したプロの舞踊家は女性1名であり、幼少よりバレエを始め高校時代よりイギリスへ留学し、ダンスの専門学校においてバレエやコンテンポラリーダンス、ダンス創作法等の様々な実践的な経験を積み重ねてきた。帰国後は劇場専属のダンスカンパニーに6年間所属し、研修生や準メンバーを経て正式メンバーとして精力的に活動し、プロの舞踊家として数々の舞台を経験した経歴をもつ者であった。

一方で、インタビュー調査の対象者は、N大学ダンス部員(以下「部員」と略す)17名であった。部員はN大学ダンス部に籍を置く18歳から22歳までの17名(平均年齢19.52±1.01歳、男子1名、女子16名)であり、通常の部活動においては舞踊教育を専門とする女性指導者(監

表1 ダンス部の基礎情報

項目	内容	
創設年度	2013年	
スタッフ	部長1名, 監督1名, 理学療法士1名, アスレチックトレーナー1名, 栄養士1名	
練習頻度	週6回	
練習時間	2時間半(大会前の強化期間: 5時間/日)	
活動内容	1	ウォームアップ(30分)
	2	基礎練習(20分~40分)
	3	グループごとに作品練習(60分~80分)
	4	ダウン(10分)
	5	全体ミーティング(5分)
受賞経歴	【創作ダンス分野コンクール】	
	全日本高校・大学フェスティバル(神戸)創作コンクール部門 特別賞(2015)	
	同コンクール 特別賞(2016)	
	同コンクール 特別賞(2019)	
	アーティストック・ムーブメント・イン・トヤマ(少人数による創作ダンスコンクール)審査員賞(2018)	
	同コンクール 北日本新聞社賞(2022)	
	【モダンダンス分野コンクール】	
	あきた全国舞踊祭・モダンダンスコンクール群舞部門 入選4位(2017)	
	同コンクール群舞部門 入賞3位(総合5位)(2021)	
	同コンクール群舞部門 入賞1位(総合3位)・あきたこまち賞(2022)	
【オールジャンル分野コンクール】		
ワールド・ダンス・コンペティション IN NIIGATA グループG 2位(2018)		

督) 1名のもと、基礎練習や作品づくりに取り組んでいる1年生～4年生であった(表1)。

ダンス部では多様な種類のダンスジャンルを訓練する傍ら、特に、創作ダンスという主体的な創造活動に重きを置いている(表2)。その中で、現役プロフェッショナルによる実演による身体面への指導を期待し、ダンス部女性指導者(監督)は舞踊家に依頼した。なお、この指導期間中、ダンス部女性指導者(監督)は研究に影響を及ぼすような誘導とならないよう、ダンス指導に直接的に関与しない立場で対応した。部員とは部活動の環境づくりのために定期的に連絡を取り合い、プロの舞踊家には学生や練習の様子や状況把握を目的として連絡を取り合いながら、連携体制を組んでいた。

表2 ダンス部の年間活動

月	活動予定
4月	中庭パフォーマンス
5月	春期合宿
6月	【ワークショップ】特別講師によるダンスレッスン
7月	大会に向けた強化練習
8月	【大会】全日本高校・大学ダンスフェスティバル(全員参加)
9月	【大会】少人数による創作ダンスコンクール(群舞) 1年生によるソロ発表会(部内発表)
10月	【発表】秋のパフォーマンス
11月	【地域貢献】幼児・小学生対象ダンス教室の開催 【ワークショップ】特別講師によるダンスレッスン
12月	【大会】モダンダンスコンクール(群舞/ソロ)
1月	【発表】外部公演におけるゲスト出演
2月	【発表】外部公演におけるゲスト出演
3月	【自主企画公演】ダンス部自主公演

† 大会・コンクールに向けた受賞を目標にしながら、地域貢献活動としてダンス教室の企画・開催、催しにおける発表依頼に応えつつ一年間のサイクルが組まれている。

## 2. 舞踊家による指導期間と活動内容

プロの舞踊家の指導は、2020年5月末～8月末までの

およそ3か月間において継続的に行われた。ダンス部女性指導者(監督)からは指導期間開始前に、部員の現状の課題や指導依頼目的についてプロの舞踊家に伝えていたが、具体的な指導内容についてはプロの舞踊家自身が決定した。プロの舞踊家は、指導期間の開始以前にダンス部が定期開催しているダンス部公演を鑑賞し、部員の踊る姿を見て現状の部員の技術力や表現力を把握したほか、練習開始以前に一度実施したワークショップにおける部員の動く様子を見て、「体幹の弱さ」や「重心の置き方」の課題意識を実感していた。この課題を念頭に、体づくりとしてウォームアップや体幹トレーニングなどの基礎<sup>注4)</sup>練習から始まり、最終的にはプロの舞踊家によって振付された小作品を学内施設にて披露(発表会)することを部員全体の目標として動機付けの工夫を凝らした。練習回数や時間、形態は表3に示す通りである。指導目標であるプロの舞踊家によって振付された作品披露が行われ、女性指導者(監督)からは緊張感のある身体の使い方や、極限まで身体を使い切る動かし方の観点において、満足のいく内容であったと評価された。

プロの舞踊家によって振付けられていく過程においては、歩く動作一つ一つに対して重心や全身の感覚を指導し、即興活動を通して部員自身のイメージや動きを引き出しながら振付に反映する等、従来の部活の基礎練習や創作活動にはない方法によって指導が展開された。コロナ禍を受けて参加人数に工夫せざるを得なかったが、人数規模に応じた指導計画へ深化させ、集団による創作表現へ段階的に変化していく構成となった。

## 3. 研究の手続き

本研究はインタビュー回答の個別性の高い広範囲な観念の抽出を重視するため、対象者17名一人ひとりを対象に半構造化インタビューを実施した。研究対象者への調査依頼については、口頭とEメールによって日時などの

表3 舞踊家による練習期間・活動内容

練習回数	活動時期	活動内容	活動方式	活動人数規模
1回目	5月27日		オンライン	全員
2回目～5回目	6月3日～6月12日		対面	4名以下
6回目	6月15日	感染防止期間のため、オンラインでの実施を併用 個人技の訓練を重点化した練習を実施	オンライン	全員
7回目	6月17日		対面	5名以下
8回目	6月22日		オンライン	全員
9回目～10回目	6月24日～7月1日	対面型の練習を再開し、参加人数を徐々に増加個人技の訓練を重点化した練習を実施小グループでの作品練習	対面	5名以下
11回目～14回目	7月3日～7月15日		対面	8名以下
15回目～20回目	7月17日～8月6日		対面	12名
21回目～32回目	8月19日～8月29日	全員参加での実施他者との空間把握や音楽的理解を重視した練習を実施	対面	全員
33回目	8月30日	2020 ダンス部夏公演	対面	部員全員、観客

† 活動方式の「オンライン」とは、オンラインビデオ会議システムを示す。

日程調整を行った。調査実施期間は2020年10月～12月で対象者の所属する大学の会議室において筆者自身が実施した。インタビュー実施時期については、プロの舞踊家の指導が部員に内在化した時期を語り、回顧的なインタビューを実施した。舞踊家による指導期間終了後も、プロの舞踊家が考案した基礎ムーブメントを日々の練習で繰り返して継続していたが、2か月を経過した段階において、教わった動きや指摘されたポイントとなる動きが習得されてきた様子が部員に見られたことから、女性指導者（監督）が舞踊家の指導が概ね内在化したと判断した。調査時期においては、部員全員とのスケジュール調整の都合により調査時期の差が生じることとなり調査内容自体への影響が考えられたが、インタビューを開始する前に、対象者には調査目的を「プロの舞踊家から指導を受けた際に身体面においてどのような効果が得られたのかを明らかにすること」として説明するとともに、活動内容（表3）を提示することによって実施時期による影響を最小限に抑えた。インタビュー調査では、本研究で着目した身体面への意識を中心に、プロの舞踊家による指導効果を重視し聞き取りを行った。次に、「プロの舞踊家から受けた指導はどのような特徴がありましたか？」と指導全体の体験について質問した。そして「身体面や動きの指導においてあなたに効果を及ぼしたことや印象に残っていることは何ですか？」といった質問を進めていった。筆者が作成したインタビューガイドをもとに、複数の対象者へ同様の質問項目によって半構造化インタビューを実施することにより、インタビュー内容の均質化を図り、データ回収の確実性を高めた。発話データに関しては、インタビュー対象となった部員らの発言を誘導しないようにインタビュー実施者の意思を控えた言葉のやりとりで心がけ、対象者自身が語った言葉を用いるようにすることで、インタビュー実施者の影響が入らぬよう考慮された。対話したインタビューの内容は対象者の承諾を得た上で全てICレコーダーに録音し、所要時間は平均11分18秒±8分6秒であった。なお、本調査は第一著者が調査実施時に所属していた機関の倫理審査委員会の承認を得て、実施された（承認番号18535）。

#### 4. データ分析

インタビューによって得られたデータは直ちにテキストデータ化し、逐語記録を作成した。その後下記の4つのステップにより分析が行われた。ここでは北村ほか（2005）による質的データ分析の手続きを参考に、スポーツ経営学を専門とする研究者1名、教育心理学を専門とする研究者1名、そして筆者を含む3名によって以下に示す1）～4）の作業を進めた。

##### 1) 標題作成

テキスト化されたインタビューデータを語りの内容ごとに分けたのち、複数の概念や見解を含む内容に関しては意味内容（意味単位：meaning unit）ごとに分け、それぞれに標題をつける作業を行った。本研究で対象とする「プロの舞踊家から受けた身体に関する指導の効果」に関する意味内容のみが今回の対象となった。

##### 2) サブカテゴリー作成

全ての標題を比較し、類似した内容を持つ意味単位が共通の上位概念で括れるサブカテゴリーとして再編成した上で、各サブカテゴリーに標題をつけた。標題をつけるためにまとめていく際には、それぞれの意味内容が得られたインタビューの語りのテキストデータを参照しながら、データが得られた文脈や言葉の背景を熟慮した。

##### 3) カテゴリーの概念化

再編成されたカテゴリー群はより広く抽象度の高い段階のカテゴリーへと統合した。最終的に統合したカテゴリーは、相互の関連性がそれ以上新たに見いだせなくなる時点まで検討を加えていった。

##### 4) 信頼性検証

上記1）～3）に加えデータ収集作業から分析作業までの一連の作業は、随時複数の協力者による点検が行われ完全な合意が得られるまでカテゴリーの再編成を繰り返し行なった。

## 結果

本研究の目的は、プロの舞踊家から受けたダンス指導を取り上げ、特に身体面において部員にもたらした効果を明らかにすることであった。

インタビューにおいて語られた内容をテキストデータ化し、語りから関連する部分を抽出していったところ、最終的には、「背面の意識」「身体全体の意識」「身体の角度への意識」「床を押す意識」「身体の引き上げ」「力の出し入れ」「触ることによる使い方の意識」「明確に動く感覚」「模範との差異理解」「動きにおける自己理解」「動きを大きく見せる」「体格に応じた動き方の工夫」「緩急をつけて動く」「個と集団を活かした構成の工夫」の14の意味内容を本研究の分析対象とした。これらの意味単位は、再編成の分析の結果、「身体への意識の集中」「重心・引き上げの感覚」「具体的部位の感覚」「模範との対比による自己理解」「動き方の見せ方」「作品としての見せ方」の6つのサブカテゴリーに分類された。これらは最終的に「主観的な身体感覚への気づき」「客観的な身体の見せ方への気づき」の2カテゴリーに分類された（表4）。なお、カテゴリーの名称については、部員による発話の言葉をできる限り抽出し、生成した。最終的に2つのカ

表4 階層的カテゴリー（部員のインタビュー回答）

カテゴリー	サブカテゴリー	意味内容	具体的なインタビュー回答の事例
主観的な身体感覚への気づき (23件)	身体への意識の集中 (5件)	背面の意識 (3件)	「背中使うとか…後ろからも見られているように。」〈部員D〉 「背中を向けるとときに、狙われてるくらいの気持ちでって、背中を見せるってことはそういうことなんだよって…前を向いてるんじゃないって背中を見せるときは前を向いているとき以上の意識が必要だよっていうのを教わりました。」〈部員H〉
		身体全体の意識 (1件)	「本当に日常動作をやったりする時の一步一步の足を着いてから離すまでの一步一步の意識とかなんていうんでしょう、表現するまでに身体全体を意識しなきゃいけないんだなっていうのをすごく思いました。」〈部員L〉
		身体の角度への意識 (1件)	「足の角度とか、アウトにしないでいいんだな、みたいな、動きやすいようにそこはインにしたり…なんか、大抵インだったりパラレルだったり。」〈部員D〉 「ソコの動きもそうですし、他の動きでもしっかりこの足は斜め前に出すとか、手の角度はしっかりこうする、ってした方が、見たときにふわふわと地に足ついていないような踊りではなくなっていたなと感じた。」〈部員C〉
	重心・引き上げの感覚 (5件)	床を押す意識 (3件)	「重さっていうか、地面にこう床を押すっていうのはすごい、おっしゃってました。」〈部員K〉
		身体の引き上げ (2件)	「バレエみたいときは、下に下がるけど上に上がる意識みたいな、そういうのはよく言われてて。」〈部員D〉 「基礎練の時もそうですね、身体の引っ張りじゃないですけど引き上げですね。」〈部員F〉
		力の出し入れ (2件)	「こう止まったときに『ここがこう、力入ってないよね』とか言って、ここがここがってピンポイントで教えてくださる。」〈部員G〉 「最初言わないんですけど、ここってどうやって踊るんですかって聞いたら、こっちの方に力を入れてこう見せるんだよとか、ここは力抜いて大丈夫だよとか、聞くと詳しく教えてくれる。」〈部員J〉
具体的な部位の感覚 (5件)	触ることによる使い方の意識 (2件)	「舞踊家さん自身がやって、触らせていただいて、それでこうだよって伝えていただいたのがわかりやすかった。」〈部員I〉 「舞踊家さんが体を直接触ってやってくれたりするので、そうするとやっぱり「ここが違うのか」っていうのを思いました。」〈部員L〉	
	明確に動く感覚 (1件)	「私は結構早い動きが多かったんですけど、それは半分キレを出したいっていうのもあるんですけど焦ってしまうっていうのが私の中であって、舞踊家さんに動きをやるときに一個一個ポイントを抑える、踏むんだって意識をした方がいいよっておっしゃっていただいて。」〈部員C〉	
	模範との差異理解 (3件)	「身体の使い方が、舞踊家さんの見本を見てから（身体を）使ったり、同じ風にならなくて鏡で自分の体を見て舞踊家さんを見ると、全然違うなっていう感じなのもあって。」〈部員L〉 「そう大きく見せるには体が痛いくらいに手を伸ばしたりとか、上のところと下のところとの差、小さくなる場所はとことん小さくなるし、みたいな、その、足りないんだなって。」〈部員M〉	
模範との対比による自己理解 (8件)	動きにおける自己理解 (5件)		「基本的にキレのあるダンス好きなんですけど、こういうキレは踊りにくいというか、やっぱり自分は上半身しか使えてないんだなって、足が全然使えてないから踊りにくいって言うか。」〈部員D〉 「やっぱやれると思っていることに関してはすごく自信をもってできる部分もあるんですけど、すぐに守りに入っちゃって動きが小さくなったり、なんか格好悪くなるというか納得できるものになかなかならないのがなんか、足りないところかなって思いますね。」〈部員M〉
		動きを大きく見せる (3件)	「新体操は本当に、手の角度とか向きとかすごく細かいところまでぴったり揃えないといけないっていうか感じがあったんですけど、舞踊家さんの指導を受けたときに（全員が集団で）ぴったり揃えるとかじゃなくて、向きとかは揃えると思うんですけど、手を挙げた時のこと本当にミリ単位というよりも「全体で大きく見せて」みたいなところがあって、あまりすごく細かいことは気にしないでいいのかなって思う部分がありました。」〈部員M〉 「舞踊家さんは結構身長がそんなに高くないのに、一緒に踊った時に誰よりも大きく見えるので、その使い方が空間を広く使っている印象ですね。」〈部員I〉
	動き方の見せ方 (7件)	体格に応じた動きの工夫 (2件)	「小さくても大きく見えるように、大きい人は下に。」〈部員F〉 「私たぶん身長高いんですけど動きが小さくなってしまいますので、どうしたら動きが大きく見えるかとか、大きく（見える）見せ方についての説明がよくありました。」〈部員H〉
客観的な身体の見せ方への気づき (10件)	緩急をつけて動く (2件)		「すごい動き一つ一つをみると全部緩急がすごい付いてるっていうか、パッとやったりじわ～ってやったりする動き。」〈部員M〉 「全身を使いつつも、やっぱりその中でキレを出したりとか柔らかさを出したりとか、なんか自分の身体をコントロールするっていう感覚がすごく伝わってきたっていうか。」〈部員P〉
		作品としての見せ方 (3件)	個と集団を活かした構成の工夫 (3件)

† カテゴリー、サブカテゴリー、意味内容における（ ）内は部員によって発言があった件数を示す。

† 具体的なインタビュー回答の事例における〈 〉内は関連した発言を述べている部員を示す。

テゴリーに分けられた分類基準は、自分自身が身体で経験をした意識や感覚の側面に組み込まれるものは「主観的な身体感覚への気づき」となった。一方で舞踊家の動きを見たり作品を見たりする中で感じたり気づいたりすることについては「客観的な身体の見せ方への気づき」であった。以下、部員による発話データを辿りながら各カテゴリーの主要な要素ごとに分析過程を詳述する。

## 1. 主観的な身体感覚への気づき

プロの舞踊家による指導の中で、部員が体験した身体に関する感覚の変化を説明するカテゴリーとして「主観的な身体感覚への気づき」が作成された。このカテゴリーは、「身体への意識の集中」「重心・引き上げの感覚」「具体的部位の感覚」「模範との対比による自己理解」のサブカテゴリーで構成されている。

### 1) 身体への意識の集中

「身体への意識の集中」については、背中や足の角度、身体全体など、動き出す以前の身体意識の持ち方について、舞踊家から受けた指摘を説明するサブカテゴリーとして生成された。ある部員は次のように述べている。

「背中使うとか…後ろからも見られているように。」  
(部員 D)

「本当に日常動作をやったりする時の一步一步の足を着いてから離すまでの一步一步の意識とか… (略)、表現するまでに身体全体を意識しなきゃいけないんだなっていうのをすごく思いました。」(部員 L)

「他の動きでもしっかりここの足は斜め前に出すとか、手の角度はしっかりこうする、ってした方が、見たときにふわふわと地に足ついていないような踊りではなくなっていたなと感じた。」(部員 C)

部員は全身の複雑な動きを伴う動作以前に、ダンサーとして舞台に立つ身体そのものの意識として、背後からも身体を見られている認識や背中への意識、手先や足先の角度も意識して先端までを使うこと、そして常に同時進行のように身体全体へ意識を張り巡らせる必要性について挙げていた。

### 2) 重心・引き上げの感覚

「重心・引き上げの感覚」については、重心への意識や身体を引き上げや引っ張る感覚を説明するサブカテゴリーとして生成された。ある部員は次のように述べている。

「バレエみたいときは、下に下がるけど上に上がる意識。」(部員 D)

「重さっていうか、地面にこう床を押す。」(部員 K)

「基礎練の時もそうですね、身体の引っ張りじゃない

ですけど引き上げですね。」(部員 F)

部員は踊る際の重心について意識をしたり、身体を引き上げ、身体を両極に向かって引っ張る感覚を意識したりすることを、「地面」「床」「上」「下」といったイメージしやすい実物の対象であったり、方向性を伴う言葉の促しによって基礎的な練習の段階から意識づけされていたことがわかる。

### 3) 具体的部位の感覚

「具体的部位の感覚」については、部員自身が具体的な筋力を伴う身体部位の感覚について説明するサブカテゴリーとして生成された。この点についてある部員は以下の様に述べている。

「こう止まったときに『ここがこう、力入ってないよね』とか言っていて、ここがここがってピンポイントで教えてくださる。」(部員 G)

「舞踊家さん自身がやって、触らせていただいて、それでこうだよって伝えていただいたのがわかりやすかった。」(部員 I)

このように、動きの形やタイミング、強さを、頭で理解することには限界がある動作や振付においても、「この瞬間」「この場所が」「このように身体の筋力を発揮して」といった具体的な指摘が、部員にとっては理解の促しとなったことがわかる。

また、一瞬を切り取った身体の形についてのみだけでなく、繋がりのある動きに対する助言に対しても、力の入れ方の意識について指摘を受けた部員は、以下の様に述べている。

「私は結構早い動きが多かったんですけど、それは半分キレを出したいっていうのもあるんですけど焦ってしまうっていうのが私の中であって、舞踊家さんに動きをやる時に一個一個ポイントを抑える、踏むんだって意識をした方がいいよっておっしゃっていただいて。」(部員 C)

このように、実際に手で触れることによる刺激や、動きに繋がるイメージしやすい「一個一個ポイントを押さえる」「踏むんだって意識」といった言葉からの刺激など、身体の使い方への指導において、複数のアプローチを受けることが学生にとっては印象強い記憶となり、効果に結び付いたことがわかる。

### 4) 模範との対比による自己理解

「模範との対比による自己理解」については、舞踊家の動きと自分の動きを比較する中で感じた部員の意識について説明するサブカテゴリーとして生成された。ある部員は次のように述べている。

「身体の使い方が、舞踊家さんの見本を見てから（身体を）使ったり、同じ風にやってみて鏡で自分の体を見て舞踊家さんを見ると、全然違うなっていう感じなのもあって。」（部員L）

これらより、部員はいかに舞踊家と自分が異なるのかという動きの差異を感じ取ろうとする意志が確認できる。また模範との比較を通して、自分の動きへの気づきを促されたある部員は次のように述べている。

「あと腕とか足…（舞踊家の見本と比べると）大きく使えてないんですね、思ってる以上に。そこですかね。まずは。」（部員F）

舞踊家と自分自身の動きを比較した際に、ただ率直に「違う」と理解するだけでなく、部員の中には自分の動きに対して納得ができないような発言も見られていた。

「やっぱやれると思ってることにに関してはすごく自信をもってできる部分もあるんですけど、すぐに守りに入っちゃって動きが小さくなったり、なんか格好悪くなるというか納得できるものになかなかならないのがなんか、足りないところかなって思いますね。」（部員M）

## 2. 客観的な身体の見せ方への気づき

「客観的な身体の見せ方への気づき」は、部員が舞踊家から得た舞踊における客観的視点を意識づけるための視点について説明するカテゴリとして作成された。「客観的な身体の見せ方への気づき」のカテゴリは、「動き方の見せ方」「作品としての見せ方」の2つのサブカテゴリで構成されている。

### 1) 動き方の見せ方

「動き方の見せ方」は、素材となる動きや振付が同じであっても、見せ方の工夫や意識によって変化していくことへの驚きと気づきについて説明するサブカテゴリとして生成された。ある部員は次のように述べている。

「新体操は本当に、手の角度とか向きとかすごく細かいところまでぴったり揃えないといけないっていう感じがあったんですけど、舞踊家さんのご指導受けたときに（全員が集団で）ぴったり揃えとかじゃなくて、向きとかは揃えると思うんですけど、手を挙げた時のこと本当にミリ単位というよりも『全体で大きく見せて』みたいなところがあったので、あまりすごく細かいことは気にしなくていいのかなって思う部分がありました。」（部員M）

「舞踊家さんは結構身長がそんなに高くないのに、一緒に踊った時に誰よりも大きく見えるので、その使い方が空間を広く使っている印象ですね。」（部員I）

このように、集団で緻密な部分を揃えることよりも、空間の中で集団全体を大きく見せることの必要性に気づきを得たことがわかる。また、個々の動きにおいても、空間を意識して動くことによって、結果的に大きく見せることができることを感じていた。

個々の体格の違いに応じた動き方の工夫について述べる部員もいる。

「小さくても大きく見えるように、大きい人は下にと。」（部員F）

「私たぶん身長高いんですけど動きが小さくなってしまうので、どうしたら動きが大きく見えるかとか、大きく（見える）見せ方についての説明がよくありました。」（部員H）

舞踊家の動き方を客観的に見た部員からは、緩急のある動きの工夫について、以下の様に述べている。

「すごい動き一つ一つをみると全部緩急がすごい付いてるっていうか、パってやったりじわ～ってやったりする動き。」（部員M）

「全身を使いつつも、やっぱりその中でキレを出したりとか柔らかさを出したりとか、なんか自分の身体をコントロールするっていう感覚がすごく伝わってきたっていうか。」（部員P）

### 2) 作品としての見せ方

「作品としての見せ方」については、舞踊家が振付した作品を踊った部員らの視点から、ダンス作品の中で身体の使い方はどのように活かされているかといった、作品としての見せ方について説明するサブカテゴリとして生成された。この点に関して、ある部員は以下の様に述べている。

「全員違う動きをしているんですけど、統一感を出すために、動きの大きさ、身体をすごく大きく使ったりとか、そういうところで迫力をこう出したりとか、あんまり正面にアピールがっていうよりかは、とにかく動くみたいな感じのところもあって、すごく動くパートと、ゆったりした動きのパートと、それぞれ全然違う動きをしているのにこう見たときになんか、統一感が出せる、振付だったりとかが、すごいなって面白いなって。」（部員M）

このように、全員が異なる動きをしながら統一感を出すために、個々の動きの大きさを示したり、動きの速度に対応したりしながらまとまりを出している振付に対して、個や集団を活かした構成の工夫に驚きを抱く部員の様子が見られていた。

## 考 察

分析の結果、舞踊家による部員へのダンス指導の効果は、「主観的な身体感覚への気づき」と「客観的な身体の見せ方への気づき」の2つのカテゴリーによって構成されていた。以下では、結果によって生成された各カテゴリーの内容に対して、考察を加えたい。

### 1. 主観的な身体感覚への気づき

#### 1) 身体への意識の集中

部員は、プロの舞踊家による指導の中で、全身の動きを伴う動作以前の、ダンサーとして舞台上に立つ身体そのものの意識として、背後からも身体を見られているという認識や、手先や足先までを使うこと、そして常に身体全体へ意識を張り巡らせる必要性について感じていた。

尼ヶ崎 (2004, p.161) は「人には『見られてもよい身体』と『見られたくない身体』とがあり、見られる用意がないときは他者の視線を恐れるのである。ここで『見られてもよい』という消極的な受容ではなく、むしろ『このような者として見せたい』という積極的な意志を認めるなら、そのために作為された身体は『演じられた身体』と呼ぶのがふさわしい。『演じられた身体』とは他者の視線に供するための身体である。」と述べている。この演じる身体を表現の到達と捉えれば、本研究の対象者は、表現するための身体へ向かう準備段階において、背中、手先、足先という具体的な部位の認識が重要であることに気づくことができたことがわかる。また具体的な身体意識の仕方や感覚から、ダンサーとして、「こう見せたい」という意思をもつことと、具体的な身体部位を認識することの関連について、気づくことができたことがわかる。

#### 2) 重心・引き上げの感覚

このサブカテゴリーでは、「床を押す意識」「身体の引き上げ」についての意識について述べられていた。基礎練習の時から舞踊家により引き上げの指摘を受けてきたことを部員が述べているように、基本となる身体感覚として舞踊家が重視してきたことが考えられる。水村 (2008, p.52) はダンスの基本は立つ姿勢が重要であることを述べており、「西洋に端を発するダンスの多くは、鉛直方向に脊柱をまっすぐに伸びた姿勢を基本姿勢としている」と指摘し、この基本姿勢においては「引き上げる」意識が重要であると述べている (水村, 2008, p.53)。加えて、「力学的には『引き上げる』姿勢をとったときに、からだの重心が少しでも上に動くような力が作用した場合には、それと同じだけ地面を押す下向きの力を生じさせる必要がある」とし、足の裏全体で地面を押す力が関係

する」と結んでいる (水村, 2008, p.55)。部員からの発言と一致することから、これらの力学的背景が反映されている可能性が考えられる。こうした理論に加え、舞踊家自身の知識や実践経験が部員に伝えられたことで、部員の気づきへ繋がったのではないかと考えられる。

#### 3) 具体的部位の感覚

舞踊家による指導によって具体的部位の感覚への理解が深まった効果の背景には、言葉のみならず視覚的要素、触覚的要素、時には動きの感覚を補助するイメージ言葉が大きな役割を果たしていたと考えられる。具体的には、身体の使い方を舞踊家から教えてもらう中で、舞踊家自身が身体で模型の様に示すことで視覚的な気づきとなり、または筋力が発揮される瞬間の身体的部位を触らせてもらうことで触覚的な気づきとなり、そして「踏むんだ」というイメージに訴えかける思考的な理解となったこと等が具体性を帯びたわかりやすさに繋がり、自分の身体感覚の認識と擦り合わせ、技術習得に生かしていたと考えられる。

振付について部員に指導する際には、例えば脚を出す角度、膝を広げる角度、爪先の方向、手を挙げる角度、手の平の向きなど、曖昧な部分を一切作らないように、より具体的な指示をもって振付指導にあたる場面も見られていた。緻密に徹底された合わせ方について、部員たちは「明確に動く」ということがより理解・共有されたことが考えられる。

#### 4) 模範との対比による自己理解

柴田・遠山 (2007) は「手本 (模範演技) の模倣と反復を通して『形』を確認することと並んで、内省および自覚への導きによって自己の身体感覚に気付くことが目指されている」と述べているように、運動技能を獲得していくうえでは模倣という行為が重要といえる。プロの舞踊家は部員と同じ鏡の方向を向き、部員らよりも前の位置に立ち、振付を何度も繰り返して教えていた。隣に並び手足の位置や身体の方角を見比べ、模範となる動きと自分との差異を自覚することに繋がり、部員らは自分の次の課題を瞬時に探すことができたと考えられる。また元バレリーナとしての実体験をもつ草刈 (2017, p.82) は、「動きをなぞることで、動きの質や表現すべきことが身体を通して理解できる」と述べている。一方で、動きをまねるということは「自分は何ができて何ができていないのかを段階的に認識できる一方で、外観の動きだけでなく精神的なもの、思考や中身が伴わないと自分のものにはならない」とも述べている (草刈, 2017, p.82)。部員の中には、身体表現の在り方について「頭ではわかっ

ているが、「できない」様子の者も見られた。該当する部員は、大学までダンス経験のない部員であった。運動的な動きの感覚がまだ掴めていない筋運動感覚の問題（杉原，2003，p.46）なのか、自信の無さからくる心理面の問題なのか、その要因は個々に異なるものと考えられる。

## 2. 客観的な身体の見せ方への気づき

部員は、舞踊家から指導を受ける中で、自分自身の内面的な感覚を研ぎ澄ましていくと同時に、指導から得られた助言を「人に見せる」際に生かすべく工夫を重ねていた。そのためダンスでは、踊り手個人の技術力を上げるという視点だけではなく、客観的な見え方を意識した視点をもたなくてはならない。

### 1) 動き方の見せ方

舞踊家は客観的な動き方の見せ方について、個人や集団に対応して指摘していた。例えば、集団で全体の統一感を出す際の意識については「全体で大きく見せて」という要点で指導し、個人に対しては身長を考慮した動き方として「小さくても大きく見えるように動く」「大きい人は上下の落差が大きく見えるように低くなる」等の要点で指導したことが部員の言葉より伺える。

ダイナミックに、動きを誇張して「大きく踊る」ことは観客を魅了するうえで重要な要素である。この要素に加えて、舞踊家は個人の体格に合った説明を一緒に伝えることで、「大きく踊るためには」と部員に主体的に考えさせることに繋がり、かつ「大きく動く」ということに対する身体感覚の理解を促すきっかけにもなっていることが考えられる。加えて、舞踊家の模範動作との違いを理解させるための手段として、舞踊家は実際に鏡を入念に見ながら違いを理解することや、部員自身の動画をスマートフォンなどで撮らせて動きのズレや違いを視覚的に理解させることなど、様々な手法による練習方法によって研究の仕方を部員に伝えていた。鏡に映る自分と他部員との姿を比べることによって、即座にフォームや大きさの違いを理解することができ、スマートフォンで映した記録媒体は何度でも繰り返して確認ができたり、スローモーションにて確認したい場面を切り取ることが出来たり、客観的な情報を他者と共有することができる。こういった点で自分へフィードバックすることが可能となる。上記に示す「大きく動く」「大きく見せる」ために試行錯誤して工夫しようとする意識の醸成には、これらの練習方法の背景も関連していたと推察される。

角度や強度を伝達する行為などは、本研究のみならず一般的に実施されている行為ともいえる。しかしこれらはあくまで本研究の対象者である部員が発したインタ

ビューデータをもとに分析を試みた結果であるため、部員の経験知として根付いた新たな感覚を得ることとなり、効果が表れていることが示されたといえる。部員のインタビューデータからは“集団で合わせる”ということに対する方法のバリエーションに驚いていたデータが挙げられていたが、日頃プロの舞踊家を目の前の見本としながら活動する機会がなかった学生たちは、同じ練習方法をしていたとしても、視覚的な目標となる存在がいたことで効果は増し、より新鮮に強い効果として響いたのではないかと考えられる。

### 2) 作品としての見せ方

舞踊家による様々な創作手法の中で、部員は、特に個と群を生かした構成の工夫を強く感じていたが、動きと構成の工夫によって一体感や統一感をつくりだす仕組みや、群衆の中でも個人の動きが映える仕組みに気づき、言語化していたことがデータから見て取れる。客観的な見せ方の一面として、「動き方の見せ方」とは別に「作品としての見せ方」もダンス作品には重要である。若松（1983，p.274）はダンス創作の思考要因について、「テーマ」を中心として「台本」「演出」「構成」「振付」「音楽」「美術・照明」「踊り手」「観客・劇場」の要素を掲げ、これらの思考要因は「振付そのものがテーマと一致しなければダンスの魅力に欠けてしまう。振付は、あらゆるものを含んでいる。」と述べている。ダンス作品の振付・構成・演出の見せ方は、振付家によって異なるが、部員の言葉からは個や群の対比や統一感を出すための視点に驚きを受けたことがデータより見て取れる。これらは部員の発想面への刺激として効果があったと受け取れるが、その背景には、舞踊家の指導意図が影響している可能性も考えられるため、舞踊家の指導意図との関連性も今後見ていく必要があると考える。

## 3. 研究の限界と今後の課題

本研究における研究の限界は以下の点にある。

第一に、本研究はインタビューデータを基に行われているが、舞踊家の指導現場を観察し、指導行為による部員の変容を具体的に記録できなかった点が挙げられる。インタビューによる部員の思考の変化を理解することは可能であったが、今後は舞踊家と部員との関わりにおける客観的な変容の評価について、検証する必要がある。

第二に、インタビューの対象者17名が体験した舞踊家からのダンス指導については、社会情勢の影響による活動制限下であったため、共に活動する練習人数の差や、練習時間や個別指導内容に相違がみられるため、厳密には同条件における体験とは言い切ることができない。本

研究では指導を受けた頻度や時間の長さに関わらず、指導期間全体の中で得た効果を対象としている。

今後の課題としては、以下の点が挙げられる。

本研究では部員の視点に立った内省を基に分析を試みたが、本研究において指導した立場であった舞踊家の視点から、その指導哲学や指導目的を詳細に明らかにし、多角的な観点から指導効果を検証していく必要もあるだろう。また舞踊家のサンプルを拡大していくことによって、対象となった舞踊家個人の人間性など個性の高い指導効果の要因に関係なく、一般性の高い指導効果の要因を明らかにしていくことに繋がると考えられる。

## 結 論

本研究では、プロの舞踊家によるダンス指導が大学ダンス部に所属する部員にもたらした身体面への効果について、部員へのインタビュー調査による質的な分析によって明らかにしてきた。その結果、舞踊家の指導によって、部員は「主観的な身体感覚への気づき」と「客観的な身体の見せ方への気づき」についての効果を主に実感しており、その背景には舞踊家による言語的な指導にとどまらず、実演を多く含んだ視覚的・触覚的な要素も複合的に絡み合った指導の工夫によって効果が現れていることが示された。

本研究で示された効果の中で、カテゴリーとして生成された「主観的な身体感覚への気づき」については、「身体への意識の集中」「重心・引き上げの感覚」など、舞踊家ならではの経験値を活かした指導により、意識の変容を促された。意識が変容していく要因には、イメージを膨らませる言葉だけの指摘のみではなく、実際に筋を収縮させる場所や方法を具体的に示してくれるような「具体的部位の感覚」にアプローチする指導が重なり合ったからこそ部員の意識に浸透するものがあり、言葉と共に実演があったからこそ、力の出し入れや明確に動く感覚の重要性を改めて理解することができたという効果が示唆された。また舞踊家が模範としての実演を何度も示したことにより、部員は具体的に舞踊家との動きがどのように異なるのか、「模範との対比による自己理解」を得ることができ、近づけていくべき理想の形を意識づけることができていた。

もう一つのカテゴリーとして分類された「客観的な身体の見せ方への気づき」について、舞踊家により振付された作品そのものの世界観や演出、創作過程の指導を通して、部員は、個々の踊り手としての「動き方の見せ方」と、振付や構成の魅力を含めた「作品としての見せ方」についての視野を広げるきっかけとなった。部員は、集団とした統一感とまとまりのあるように動きを大きく見

せるための指摘を伝えられ、時には個々の体格に応じた動きの工夫ができる助言や指導によって個人個人の課題を認識し、身体面への意識をより一層高めていることが示唆された。

本研究の結果のうち、ダンス指導場面における、背面・身体角度・身体全体などに対する「身体への意識の集中」、床を押し・引き上げる等の「重心・引き上げの感覚」、緩急をつけ大きく自分の体格に合った「動き方の見せ方」については、舞踊経験の浅い指導者にとっても言語的指導の形で導入することができる知見であると考えられる。一方で舞踊家の示範力や実技効果がなければ効果を奏さないであろう「具体的部位の感覚」「模範との対比による自己理解」「作品としての見せ方」に関しては、本研究のプロの舞踊家の指導でなければ得られない効果であったと考えられる。

今回は、プロの舞踊家のダンス指導を受けた大学ダンス部員に対する、身体的効果についてのインタビュー回答で得られた言葉を中心に、効果を明らかにした結果である。今後は指導を担ったプロの舞踊家の指導意図や背景を補っていくこと、または身体面とは異なった側面の効果を探っていくことで新たな相互作用や効果が浮かび上がってくる可能性がある。今後さらに研究を進めていく必要がある。

## 注

- 注1) プロの舞踊家における「プロ」とは、舞踊家(ダンサー)という職業のみで生計を立てている範囲の者を定義した。
- 注2) 本研究における「舞踊家」とは「ダンサー」と同義語であり現在もダンス活動を行っている者と定義した。
- 注3) 本研究における「身体」とは、「舞踊は生きて動いている身体を素材として成立する芸術である。その身体は一面的なものではなく多次元的重層性をなしており、その表現が舞踊の根底を支えている。身体とは自己が感じる主体であり、外から見られる客体であり、自然生物体としての生命体であり、これらの層が渾然一体となって長い歴史を通り抜け、独特の意味をかもし出す」(林, 1991, p.72)と述べられているように、複数の要素を兼ね備えているといえる。
- 注4) 本研究における練習メニューの基礎とは、舞踊動作を発展させていくための礎となる基本動作を定義している。例えば様々な動きに共通する、つま先で足の指を折り、重心を上げ下げする動作や引き上げの意識を含むトレーニング、ジャンプ動作で必要になるバレエトレーニングに出てくるプリエ等である。

## 付 記

本研究は、令和元年～令和4年度 日本学術振興会科学研究費助成事業(若手 研究課題番号:19K14215)の助成をうけて行われた。

## 謝 辞

本研究にご協力頂いた指導者、受講者の皆様に心より感謝申し上げます。また、長きにわたり本研究の方向性へのご助言、調査実施においてもご協力をいただいた共同研究者の皆様、多くのご指摘を頂いた査読者の皆様にも感謝申し上げます。

## 文 献

- 尼ヶ崎彬 (2004) ダンス・クリティーク舞踊の現在／舞踊の身体。勁草書房。
- 林信江 (1991) 身体の動きと舞踊。舞踊教育研究会編。舞踊学原論。大修館書店。
- 加藤敏弘・新保淳 (2014) バasketボール指導者の指導観の変容過程：茨城県Basketボールスクールの指導を体験して。教科開発学論集, 2 : 117-127.
- 北村勝朗 (2004) 「教育情報」の視点により「コーチング」論再考：ブラジル・プロフェッショナル・サッカー指導者の指導実践を対象として。教育情報学研究, 2 : 71-80.
- 北村勝朗・斎藤茂・永山貴洋 (2005) 優れた指導者はいかにして選手とチームのパフォーマンスを高めるのか？—質的分析によるエキスパート高等学校サッカー指導者のコーチング・メンタルモデルの構築—。スポーツ心理学研究, 32 : 17-28.
- 草刈民代 (2017) 舞うひと。草刈民代監。歌舞伎五代目尾上菊之助さん。淡交社。
- 三井梨紗子・北村勝朗・水落文夫 (2020) アーティスティック競技のエキスパート指導者における指導観の検討—深層的半構造化インタビューからのSCAT分析を手がかりに。スポーツパフォーマンス研究, 12 : 545-564.
- 水村真由美 (2008) ダンサーなら知っておきたい「からだ」のこと。大修館書店。52-55.
- 村田芳子・安江美保 (1992) 創作ダンスにおける学習内容の選定に関する基礎的研究—小学校児童と題材との関係から—。岡山大学教育学部研究集録 / 岡山大学教育学部学術研究委員会編, 89 : 79-89.

- 中島由梨・村田芳子 (2012) ダンス学習における「ものを使った表現」の特性と意義に関する研究—新聞紙を使った指導を中心に—。日本女子体育連盟学術研究, 28 : 1-16.
- 中村なおみ・勢畑多恵子・布施典子 (2014) 高等学校におけるダンス部の活動実態及び部員の意識調査—東京都に急増するダンス部の現状と課題。日本女子体育連盟学術研究, 30 : 69-79.
- 成瀬麻美 (2013) 表現遊びにおける児童の発想と動き—2校の小学校を事例に—。愛知教育大研究報告, 芸術・保健体育・家政・技術科学・創作編, 62 : 51-57.
- 柴田庄一・遠山仁美 (2007) 技能の習得過程と身体知の獲得—主体的関与の意義と「わざ言語」の機能—。言語文化論集, 24 (2) : 77-93.
- 杉原隆 (2003) 運動指導の心理学 運動学習とモチベーションからの接近。大修館書店。
- 宗宮悠子・寺山由美・會田宏 (2016) 卓越したダンス指導者のコーチングフィロソフィーの構造に関する質的研究—18歳以上のダンサーの指導に実績のある指導者に着目して—。コーチング学研究, 29 : 169-180.
- スポーツ庁 (2018) 平成29年度運動部活動等に関する実態調査報告書。東京書籍。
- 寺下貴美 (2011) 教育講座—研究方法論—第7回質的研究方法論—質的データを科学的に分析するために—。日本放射線技術学会雑誌, 67 : 413-417.
- 東京都杉並区教育委員会 (2017) 教員を3タイプに分け、外部指導員やプロのコーチの協力を得て負担を軽減へ。総合教育技術, 72 (8) : 65-67.
- 若松美黄 (1983) 現代スポーツコーチ実践講座26 ダンス, ぎょうせい。
- 山本浩二・中井聖 (2012) 高等学校におけるダンス授業の効果の検討。近畿医療福祉大学, 13 (2) : 49-56.
- 山崎朱音・村田芳子・朴京眞 (2014) 創作ダンスの指導における指導言語の意味と動きをみる視点」教材「新聞紙を使った表現」を対象に。体育学研究, 59 : 203-226.

(受付：2022. 10. 20, 受理：2023. 6. 15)

## Research Note



Japanese Journal of Physical Education and Sport for Higher Education, 21: 51-62.  
©2024 Japanese Association of University Physical Education and Sport

## The effects of a professional dancer's instruction on members of a university dance club:

Focusing on physical effects

Yuri WAKAI<sup>1</sup>, Etsushi YAMAMOTO<sup>2</sup>, and Jumpei UEDA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Early Childhood Education, Niigata Chuoh Junior College,

<sup>2</sup>Faculty of Health Sciences, Niigata University of Health and Welfare

### Abstract

Interventions from highly specialized professional coaches have attracted recent attention as a method of club activity support in junior high school, and the results of professional coaching have been reported; however, previous studies have qualitatively analyzed the views of coaches or introspection of athletes and learners who have been coached as linguistic data. This study aimed to clarify the bodily effects of dance instruction by a professional dancer on members of a university dance club. Seventeen club members who received dance instruction from a professional dancer consented to participate in a semi-structured qualitative interview to describe their experiences in detail. During the analysis, we considered the effects of instruction, including demonstrations by a professional dancer, and focused on its physical effects. After transcribing and analyzing the interviews, responses were classified as either "subjective awareness of bodily sensations" that members themselves experience and understood, or "objective awareness of bodily presentation" that was understood by observing the movements and works of a dancer. Linguistic and demonstration instruction was accompanied by multi-modal presentations such as visual and tactile information. According to the results of this study, we found that the physical influences of professional dance instruction included "concentration of consciousness on the body" towards the back, the angle of a body part, or the whole body; the "sensation of raising the center of gravity" such as pushing into the floor or pulling up the body; and "how to show movement" by encouraging a physical focus on making large movements at a slow pace.

### Keywords

university club activities, the effects of instruction, subconscious of the body, way of showing the movement, sensory understanding of bodily movements

---

Corresponding author: Yuri WAKAI Email: y-wakai@duck.niigataum.ac.jp