

園だより

第 12 号 2020年2月27日



リトミックを通して

村田 希

緑組は、1月23日に『アンサンブルグループ奏楽』の鈴木真理先生に来ていただいてリトミックを体験しました。初めての経験に子どもたちはドキドキ!!ワクワク!!している姿が終始見られました。先生の話を実剣な眼差しで聞き引き込まれていく子どもたちの姿が見られ、普段はリズムの時に恥ずかしくて参加しない子どもも友達と楽しそうに取り組むことができました。ピアノの音、先生の言葉掛けで、決められた形で身体を動かすのではなく、自分で考え、判断し、自由に表現したりしていた子どもたち・・・先生の柔らかな話し方、しぐさ、引き付け方等、教師も沢山のことを学ばせてもらいました。

リトミックとは・・・?実際にリトミックの研修をして、これを機会にリトミックのことを調べてみました。

◎聴力や感性、リズム感が身に付く

音楽を沢山使うので、音楽を聞き分けたり、リズムを正確にとらえたりすることが出来るようになる。
楽器や歌を歌うことに必要な感性が身に付く。

◎脳に刺激を与える

音楽を聞くだけでなく全身を動かすので脳に大きな影響を与える。

音楽を聞きながら歌ったり、踊ったり複数の動作を行うことで右脳と左脳を同時に刺激することが可能。

◎コミュニケーション能力や社会性が身に付く

友達と一緒にリトミックを行うことでお互いを尊重しながら受け入れられるようになる。

自分の考えや気持ちを表現出来たり、コミュニケーション能力、協調性、社会性が身に付く。

◎運動能力が鍛えられる

身体全体を大きく使うため、基礎的な体力と運動能力を向上させることが出来る。

◎想像力、表現力が身に付く

音楽を聞いて自分が感じたことを膨らませ表現するため想像力が刺激され、表現力が高まる。

人前で自信を持って自分の考えを表現できるようになる。

◎集中力が上がる

音や楽器を聞き分けたり、音楽のイメージをつかんだりする。

音楽を注意深く聞く必要があるため、集中力が身に付く。

リトミックの効果は沢山ありますが、まずは、音楽に合わせて楽しそうに行っていることが一番大切な・・・と思います。普段行っているリズムも子どもたちは大好きです。幼児期のリズム遊びはいろいろな成長(音楽面、身体面、協調性等)に大きく影響を与えることなのでしょう。また、リトミックは、音楽を集中して聞き、即座に反応する“即時反応”が重要で、『感じ→考え→行動する』というのは人間が生きていく上でとても大切なことだと思います。自分の感じた事を表現するのは大人になると難しい時もあります。人によって考え方、感じ方、物の見方は違って当たり前で、人と違う発想をしても恥ずかしいことではない、それが、子どもたちの自己の確立に繋がるのではないかとリトミックを経験してみて感じました。