

# 「リトミック」体験

猪股恵子先生を講師にお招きして、2 時間のリトミックの授業を行いました。

リトミックは、「動き」を取り入れた音楽教育法です。

最初は緊張した表情でしたが、先生の指示に従って体を動かすとすぐに笑顔になり、とても楽しく体験することができました。

「リトミックとは何か」を、体験を通して理解することができ、忘れられない授業となりました。



↑ビートに合わせてボール渡し

## ● 生徒の感想 ●

- ・子ども向けなのかなと思ったけど、高校生の自分たちも楽しく体を動かすことができました。ボールやスカーフなど、物を使うことでまた違った体の動かし方があり、とてもよかったです。みんなとなかよくなれた気がして本当に楽しかったです。
- ・普段、音のスピードや間隔なんて考えたことなかったけれど、今回ボールや動きなどを通して、それらをすごく感じる事ができました。音は当たり前にあるものだけど、実際に考えてみると思うことの無い何かを発見でき、いつもと違う風楽しむことができました。
- ・リトミックを小さい時にやることで、小さい時から将来に役立つ人間性を身につけることができると分かった。無意識にやっていることを意識的にやるのが大事なんだなと思った。思った以上に動いて、子どもになった気分でもっとも楽しかった。小さい子と一緒にやってみたいと思った。

## ↓ボールを使って、時間・空間・力の関係を考えました



↑みんなでスカーフを使った動きを考え、発表しました