

リズム系ダンスにおける「よい動き」の 視点に関する一考察

—「時間」「空間」「力」に着目して—

生 関 文 翔・齊 藤 一 彦
(2018年10月4日受理)

Good Movement in Rhythmic Dance:
Time, Space, and Weight

Ayaka Iseki and Kazuhiko Saito

Abstract: This study focused on time, space, and weight from the perspective of good movement in rhythmic dance. The effect of guidance was verified. Specifically, the following two research subjects are presented: i.e., (1) we examine the change in rhythmic dance skills after an explanation about the three perspectives of good movement; (2) we examine the change in rhythmic dance skills using the breath (e.g., onomatopoeia). As a result, the following three points were clarified: (1) dance skills were improved by explaining good movement from the perspectives of time, space, and weight; (2) in being conscious of breathing (onomatopoeia) during rhythmic dance, it is easy to express rhythm with the body and it is effective in improving timing skills; and (3) dancing while sounding onomatopoeia has the potential of improving emotional aspects, predictive/judgmental abilities, and memory.

Key words: Rhythmic dance, Good movement, Laban's theory, Onomatopoeia
キーワード: リズム系ダンス, よい動き, ラバンの理論, オノマトペ

1. 研究の背景および問題の所在

ダンスの教育的価値は、感性を豊かにし、創造性を育むことである（小松，2017）。また、踊ることを通じた交流や仲間とのコミュニケーションが、重要な観点であるといわれている（檜皮ら，2017；Terence, 2007）。

ところで、日本におけるダンスを学ぶ機会は、学校教育の「体育」分野に位置づいており、小・中・高等学校の中で「創作系ダンス、フォークダンス、リズム系ダンス」を通して学ぶこととされている。また、平成20年度の中学校学習指導要領の改訂により、それまで選択領域であったダンスが、小・中学校において男女必修化されることとなった。しかし、その一方で教

員のダンス指導に関する課題も多く指摘されるようになった。特に、平成24年度の中学校学習指導要領完全実施の時期前に、教員のダンス指導における課題に関する先行研究が多く報告された。

例えば、山崎（2013）は、静岡県内の中学校教員38名を対象にした研究の中で、教員のダンス履修経験不足からくる自身の実技力への不安を多く抱いていたこと、これに伴い、具体的な指導のイメージがつかめず、生徒の動きへの評価、授業の展開の仕方などへ不安を感じていることを明らかにした。また、松本ら（2013）は、秋田県内の中学校教員46名を対象にした研究の中で、指導者のダンス領域の経験不足、専門用語や良いダンスのイメージ等の基本的な知識不足、技能の不足、参考にする本やDVD等の資料の不足、自分自身がダ

ンス領域で見本を行うことへの怖さ、具体的な教材や指導法・コツが分からないことを教員自身の課題として示した。さらに、茅野（2013）は、栃木県公立中学校161校、県立高等学校47校の体育主任またはダンス担当教員を対象にした研究において、教員にとって、ダンスの指導法や教材研究などの面で戸惑いがあり、また、ダンス指導上の参考として、映像資料や講習会での実践が求められていることを明らかにした。

そのような中、教員は、学校教育におけるダンス指導の中で、子どもたちの「よい動き」をどのように引き出せばよいのか、多くの研究者が自説を展開してきた（全国ダンス・表現運動授業研究会、2013）。ここで言う「よい動き」とは、いったいどのような動きを指すのであろうか。

文部科学省（2013）による「よい動き」とは、表現系ダンスでは「イメージにふさわしい動きで感じを込めて表現しているか」、リズム系ダンスでは「全身でリズムに乗って弾んで踊っているか」、フォークダンスでは、「踊り方の特徴をとらえて一緒に楽しく踊っているか」として捉えられている。とりわけ、リズム系ダンスについては、平成10年度の学習指導要領の改訂において、創作系ダンス、フォークダンスに加えてリズム系ダンスが導入されたことにより、指導法に関する議論が多く行われてきた（例えば、村田ら、2004；松本ら、2013）。

しかしながら、中学校におけるダンス必修化の完全実施から6年経った現在でも、山口ら（2018）は、全国の公立中学校からランダムに抽出した体育科教員の54.94%が、ダンス指導に対する不安を抱えていることを報告している。その中でも、リズム系ダンスにおいては、技術の不足や見本を見せることができないことに関する不安が示されていた。すなわち、教員が、子どもたちのニーズに応えるために、EXILEやE-girls等のメディアでみられる人気のダンサーが踊るようなダンスを教えたいと思う一方で、教員自身にその技術や指導力がなく、示範をすることができないと考えているのであろう。しかしながら、先述したように、リズム系ダンスの「よい動き」とは、ダンサーが踊るような難しいステップや振付を習得することではなく、「全身でリズムに乗って弾んで踊っているか」ということである。

このように、リズム系ダンスの導入から20年、ダンスの必修化から10年経ち、ダンス研修が数多く実施されている現在においても、このような現状があるということは、学習指導要領におけるリズム系ダンスの指導内容を確実に伝えるだけでなく、教員に寄り添った支援をする必要があると考えられる。実際に、

湯浅（2016）は、自身の学校現場（小学校）でのリズム系ダンスの指導を通して、子どもたちが自由にのびのびと体を動かすためには、技能の習得も必要であると述べている。したがって、教員は、子どもたちにどのような技能を習得させるべきで、どこから「自由」を求めるべきなのかを明らかにする必要があると考えられる。

他方、学校現場のダンス教育では、既成の作品をそのまま踊らせるダンスの授業が横行していることがしばしば指摘されている（中村、2013；中村、2009）。これは、「自由」に踊ることのみに焦点をあてた実践や報告に偏重する危険性を孕んでいる。したがって、教員は、学習指導要領や研修会では「自由」にダンスを踊る必要があると説明を受けるが、その事前段階の「何を教えるのか」というリズム系ダンスの技能に関する情報が少ないために、どのように「自由」な動きを引き出せば良いのかが分からないのである。

以上より、「自由」に動く前段階として教えるべきダンスの技能や視点について、様々な視点から議論をする必要がある。そのための手立てとして、教員が技術を身につけたり、見本を見せたりするのではなく、教員自身が、子どもたちの動きを引き出すための「よい動き」の視点を身につけることが重要である。さらには、その視点に添った言葉かけや指導ができるようになれば、教員のダンス指導に関する課題を軽減することができるのではないだろうか。

2. 本研究の理論的枠組み：Labanの理論から

本研究においてリズム系ダンスの「よい動き」の視点を考える際に、次の理論と内容を援用したい。

Laban（1971）は、身体運動は次の4つの質問、①身体のどの部位が動くのか、②空間のどの方向へ動きが発揮されるのか、③どのような速度で動きが進行するか、④どの程度の筋肉エネルギーが消費されるのか、に応えることで、全てを決定し記述できると述べている。また、ダンスにおいては、McCutchen（2006）がダンスの要素として、時間（time）、空間（space）、力（energy and dynamics）、関係（relationships）の4つを取り上げ、ダンスを指導する際に使われる用語を『時間』、『空間』、『力』の3要素に分類している。用語は「速く - 遅く」、「前に - 後ろに」、「強く - 弱く」といった対照的な組み合わせとして扱われている。

そこで本研究では、リズム系ダンスの「よい動き」の視点を『時間』、『空間』、『力』の3要素とした。なお、

Laban (1971) は、「Flow (流れ)」を4つ目の要素として加えることがあると述べているが、このFlowが基本的3要素で説明可能な場合には、評価手順を複雑なものにする恐れがある。実際、この4要素で評価をする試みは、ダンスの分野では行われていないが、この手順の複雑化がその一因である可能性も否定できない。

これらのことを勘案して、リズム系ダンスの「よい動き」について『時間』、『空間』、『力』の3つの視点に絞ることとした(表1)。

表1 リズム系ダンスにおける「よい動き」の視点

視点	意味
時間	身体各部位の動きを開始する時点
空間	身体各部位を動かす方向
力	身体各部位が発揮する力の強弱

また、Valerie (2003) は、Laban の考え方として『空間』や『力』を生じさせるときは、呼吸をすることも大切であると述べており、踊り手が呼吸を意識しながら表現をしていく必要性も示している。ダンスにおける呼吸の意識について考えたとき、教育現場でよく見かけるのは「オノマトベ」を使ったダンス指導である。オノマトベとは、「擬音語、擬態語を包括的に表すもの」(小川ら, 2013) であり、学校教育では子どもの身体表現を引き出す指導法の1つとして、取り上げられている。

オノマトベは、幼児にリズムを感じさせ、動きを引き出す言葉として多く用いられているが、これは幼児でなくとも有効であると考えられる(村瀬, 2018)。また、藤野ら(2005)は、特にスポーツの領域では、オノマトベが運動者に対して直観的に動作感覚や動作リズムを理解させることができると報告している。すなわち、オノマトベは、子どもの身体表現を引き出す指導法としてだけでなく、小・中学校のリズム系ダンスにおける「よい動き」を引き出す効果があるのではないかと考えられる。

以上のことから、本研究の理論的枠組みとして、リズム系ダンスの「よい動き」について、『時間』、『空間』、『力』の3つの視点に絞ること、それらを引き出す手法として「オノマトベ」を使うことを掲げたい。

3. 本研究の目的

そこで本研究は、リズム系ダンスの「よい動き」の視点について、『時間』、『空間』、『力』に着目し、そ

の指導の効果について事例的に検証することを目的とした。具体的には、次の2点の研究課題を設定した。

- (1) 「よい動き」の3つの視点説明後のリズム系ダンスの技能の変化について、事例的に検証する。
- (2) 踊り手が呼吸(オノマトベ)を意識して踊ることによる、リズム系ダンスの技能の変化を事例的に検証する。

4. 研究の方法

4-1. 対象者および調査時期

対象者は、A女子短期大学保育科1年生5名であった。対象者の選定は授業者および授業評価者が行った。その選定方法としては、データの信頼性を担保するため、A女子短期大学保育科の前期の「幼児身体表現I」の授業の評価と身体的特徴における技能の差を考慮し、ダンスが苦手な学生と得意な学生を混ぜて実施した。対象者5名の身体的特徴については表2に示している。

表2 対象者の身体的特徴

評価	対象者	身体的特徴
苦手	A	身体全体に力が入りすぎる傾向あり。手先への意識はあるが、足先を伸ばす意識が不足。身体の柔軟性が不足している。
得意	B	身体の力をうまく抜くことができる。手先足先への意識あり。身体の柔軟性あり。このメンバーの中で一番身体表現の評価が高い。
苦手	C	踊っている最中に少し肩に力が入るときがある。手先足先への意識あり(足先の意識が不足することもある)。身体の柔軟性あり。
苦手	D	上半身に力が入りやすい。手先への意識はあるが、足先への意識が不足。身体の柔軟性の不足。身体のバランスを取ることが難しい。
得意	E	身体の力をうまく抜くことができる。手先足先への意識あり。身体の柔軟性あり。

調査時期は、2017年8月7日(日)10:00~11:30(90分間)であった。

4-2. 調査内容および調査方法

調査内容については、各対象者に、既に振付がされている課題曲を1週間前に伝達し、実験当日までにダ

の動き（撮影2回目：3.9点 / 5点満点）については、評価が有意に高くなる傾向が認められた。

これは、「よい動き」の得点を、『時間』、『空間』、『力』それぞれに分類して分析した時にも同様の結果が得られた。具体的には、『時間』については、指導なしの状態で撮影をした時の動き（撮影1回目：1.92点 / 5点満点）と比較して、「よい動き」3つの視点説明後の動き（撮影2回目：3.92点 / 5点満点）の評価は有意に高くなった（図5）。『空間』については、指導なしの状態で撮影をした時の動き（撮影1回目：1.6点 / 5点満点）と比較して、「よい動き」3つの視点説明後の動き（撮影2回目：3.92点 / 5点満点）の評価は有意に高くなった（図6）。『力』については、指導なしの状態で撮影をした時の動き（撮影1回目：1.6点 / 5点満点）と比較して、「よい動き」3つの視点説明後の動き（撮影2回目：3.88点 / 5点満点）の評価は有意に高くなった（図7）。

これらの結果から、ダンスの「よい動き」を『時間』、『空間』、『力』の3つの視点に分類して指導することで、

リズム系ダンスの技能が向上することが明らかになった。

通常、子どもの学習の認知領域において、質の高い運動にアプローチをする場合、子どもたちは運動の言語を理解する必要がある（Terence, 2007）。本研究においては、McCutchen（2006）が示した、ダンスの指導の視点（『時間』、『空間』、『力』）を援用し、それぞれの用語を「よい動き」の共通言語として理解させたため、動きのメリハリのつけ方や視点が理解しやすく、技能の向上に繋がったと考えられる。

一方、Terence（2007）は、Labanの提唱した4つのフレームワーク、すなわち、『時間』、『空間』、『力』、『流れ』の4つの視点は、ゲーム、体操、ダンスの3つの内容の指導において、効果的に使用できると指摘している。しかしながら、日本におけるリズム系ダンスの指導に関しては、『時間』、『空間』、『力』の3つの視点に限定して指導をしても、子どもたちのリズム系ダンスの技能の向上に寄与できることが示唆された。

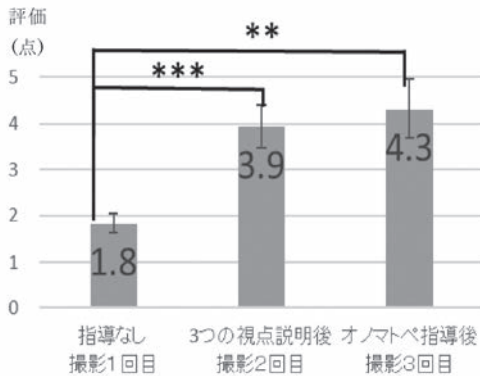


図4 「よい動き」全体の合計得点の推移

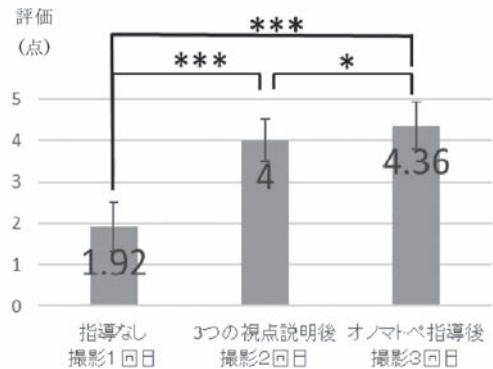


図5 「時間」の合計得点の推移

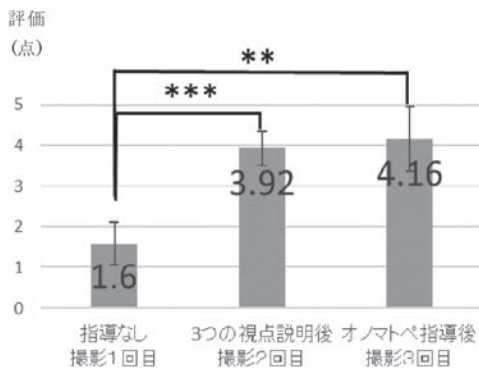


図6 「空間」の合計得点の推移

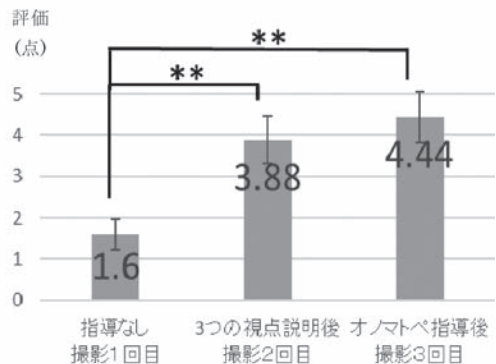


図7 「力」の合計得点の推移

5-2. 踊り手が呼吸（オノマトベ）を意識して踊ることによる、『時間』、『空間』、『力』の技能の変化

リズム系ダンスの技能の変容について、図4から図7全ての項目を見ると、指導なしの状態では撮影をした時の動きと、オノマトベ指導後の動きを比較した場合、オノマトベ指導後の動きの方が、技能の評価は有意に高くなることが認められた。特に、『時間』(図5)については、3つの視点説明後である2回目の撮影(4点/5点満点)から、オノマトベ指導後である3回目の撮影(4.36点/5点満点)にかけて、評価が有意に向上した。すなわち、リズム系ダンスの指導をする際、教員側が『時間』の技能を伸ばしたいと考えたときは、オノマトベを使用した指導が有効であることが示唆された。

また、表4のオノマトベの有用性に関するアンケートの自由記述の内容については、次のような内容が示

されていた。例えば、「(呼吸を使って息を吸うとき)止まったり、吐いたりするときにゆっくりと動くときも自然と動かしやすかった」、「動きの速さのメリハリ」といった『時間』に関する記述や、「動きが大きくなった」、「大きく踊れた」という『空間』に関する記述、そして、「メリハリがつけやすかった」、「力強くなった」という『力』に関する記述と、3つの視点全ての有用性について記述されていた。

これらの結果は、オノマトベに関する先行研究においても、同様の結果が示されていた。例えば、藤野ら(2005)は、オノマトベを使う長所について「オノマトベを発して運動すると、動作 rhythm・timing の把握や力が発揮しやすくなる」と指摘している。また、藤野ら(2018)は、体育授業における女子ラグビーの指導で使用されるオノマトベの調査において、「スピード」、「イメージ」、「パワー」、「タイミング」がオノマ

表4 オノマトベの有用性に関する自由記述の例示

対象者	記述内容
A	オノマトベを使うことでその動きがどんな動きか想像しやすくなって細かい所まで動きが分かったので良かった。でも、動きや言葉などいろいろ考えて踊るので次の動きが分からなくなった。もう少し練習したらオノマトベの有用性が高まると思った。オノマトベに合わせて動きを大きくすることでより楽しく踊ることができた。動きの速さのメリハリもつけやすくてよかった。
B	私が一番変わったと思うことは、オノマトベを使って動くと、楽しい気持ちになって、音楽に乗って踊れるようになったことです。何も言わずに踊る時では、体の動きも硬くて、小さい感じだったけど、オノマトベを発すると声を出せるので、体も大きく動かすことができました。また、オノマトベによって、その動きを口に出しながら動くことで、どんな特徴がある動きか、どんなことを意識する必要があるか、いまいち動かし方やポーズがわからなかったものも、自分でイメージを言いながらなので動きにしやすくなりました。ストップモーション・スローモーションの所では、今まではただ単に止まったり、ゆっくり動いたりするだけだったけど、呼吸を使って、息を吸うときに止まったり、吐くときにゆっくり動くと、体も自然と動かしやすかったです。
C	言葉(オノマトベ)を発することで、動きも覚えやすく、メリハリがつけやすかったです。普段の授業で体操をすることきも、何かを歌いながらしたりすると気分も乗りやすく、楽しく踊れます。踊りながらオノマトベを使うことでみんなとのタイミングもそろえやすいし、一人じゃないなとも思えるので、声も出しやすいかと思いました。楽しくできることに特におノマトベはいいなと感じます。テストなどで覚えるときも、声に出した方が覚えやすかったので、踊りも同じだなと思いました。オノマトベがあることで、次の動きも予測しやすいなと思いました。また、子ども達に教える時も、オノマトベであれば理解できるので、子ども達も一緒に楽しく踊れるのではないかと考えます。
D	オノマトベを使って踊ってみることで、踊りながら、大きな声を出して踊ることは、息の使い方を考えないと苦しかったりしました。でも「ウーッハ!」とか「シュ!」の所で、子ども達の前で踊るときにも、自分が声を出して踊ることで、言葉によって動きを理解してもらうこともできると思ったので、オノマトベを使ってダンスをすることは重要だと思いました。また、自分自身も大きく踊れたり、声を出したりすることも出来ました。それで「シュ!」と伸びるところも、自分が本当に背筋も足も伸ばしてすることが出来ました。
E	オノマトベを使うことで、次にどんな動きをするのかきちんと理解でき、動きも覚えやすくなった。それに、表情も笑顔で踊ることができた。オノマトベの言い方も「パッ」と「シュー」では自然と変わってくるので、それに合わせて動きも大きくなったり強くなったりした。

トベの使用内容全体の78.6%を占めていることを明らかにした。さらに、山内ら(2016)は、スポーツ指導者が運動技能の指導場面で使用するオノマトベに含まれる音素の音声特性には、大きさやスピードといった筋力及び動きの運動感覚特性のイメージを想起させる効果があると述べている。

加えて、「よい動き」3つの視点以外の内容として、「楽しく出来る」、「表情も笑顔で、楽しい気持ちになった」という内容や、「次の動きも予測しやすい」、「次にどんな動きをするのかきちんと理解できた」、「その動きがどんな動きか想像しやすくなって、細かい所まで動きが分かった」、「動きも覚えやすくなった」という情意面、予測・判断能力、記憶力への効果も記述されていた。

以上のことから、オノマトベを発しながら踊ることは、「よい動き」の3つの視点である『時間』、『空間』、『力』、特に『時間』の技能向上を促すだけでなく、情意面や、予測・判断能力、記憶力を向上させる可能性も示唆された。

5-3. 小括

上記の結果から、リズム系ダンスの「よい動き」を『時間』、『空間』、『力』の3つの視点から指導すること、また、オノマトベを使用しながら指導することで、技能が向上することが明らかとなった。特に、オノマトベは『時間』の視点を理解する際に効果的であることが示された。これは、教員の課題である「指導の仕方がわからない」ことや「よい動きがわからない」ことの解決にも繋がる重要な視点であろう。

しかしながら、本研究では、どの発達段階でリズム系ダンスの「よい動き」を『時間』、『空間』、『力』の3つの視点から指導すべきなのかについては提示できていない。Aspasia Dania *et al.* (2017)は、教師の最大の課題は、発達の適切かつ教育的に効果的な教育アプローチを設計し、適用して、すべての学生の運動能力および認知能力を促進できうる学習プログラムを立案することであると述べている。また、中村ら(2003)は、それぞれのダンス教育の目標にふさわしい学習内容を検討し、望ましいダンスカリキュラムを提案していくことが今後の課題であると示している。すなわち、リズム系ダンスの「よい動き」について、『時間』、『空間』、『力』の3つの視点から発達段階に合わせた指導内容についても調査をしていくことが必要であろう。

6. 本研究のまとめと今後の課題

本研究は、リズム系ダンスの「よい動き」について、

『時間』、『空間』、『力』の3つの視点に分けて指導すること、また、その指導の際にオノマトベを使用することの有用性について、事例的に検証した。

その結果、次の3点が明らかになった。

- (1) 「よい動き」について、『時間』、『空間』、『力』の視点から説明をすることで、ダンスの技能が向上すること。
- (2) 呼吸(オノマトベ)を意識してリズム系ダンスを踊ることで、音のリズム(タメの動き)を身体で表現しやすく、『時間』要素の技能の向上に効果的であること。
- (3) オノマトベを発しながら踊ることは、「よい動き」の3要素である『時間』、『空間』、『力』、特に『時間』の技能の向上を促すだけでなく、情意面や、予測・判断能力、記憶力を向上させる可能性があること。

今後の課題として、本研究の対象者は短期大学の学生であったため、小・中学校の児童生徒についても同様の結果が示されるかを検討する必要がある。また、各発達段階において、『時間』、『空間』、『力』の各視点から、どのような指導をしていけば良いか、カリキュラムの視点からも、今後、事例を積み重ねていくことが肝要であろう。

【引用文献】

- Aspasia Dania, Vasiliki Tyrovolia & Maria Koutsouba (2017) From symbols to movement: 'LANTD', the design and implementation of a Laban notation-based method for teaching dance. *Research in Dance Education*, 18(1): 70-89.
- 茅野理子 (2013) 栃木県学校体育におけるダンス指導の現状と課題について—ダンス必修化に関するアンケート調査から—。宇都宮大学教育学部教育実践総合センター紀要, 36 : 25-32.
- 長谷川千里 (2018) 教員免許状更新講習における「現代的なリズムのダンス」の指導方法の検討 受講者の記述から課題を探る。東京女子体育大学東京女子体育短期大学紀要, 53 : 165-173.
- 楢皮貴子・小島瑞貴・楯ちか子・若井由梨・堀場みのり (2017) 大学生を対象としたダンス授業の導入に用いる二人組のリズム系ダンスに関する研究：一時的気分尺度と授業レポートより。新潟大学教育学部研究紀要 人文・社会科学編, 10(1) : 233-244.
- 藤野良孝・梶山俊仁・中本光彦・庄司直人・薫田真広 (2018) 女子ラグビーの体育授業で使用されるスポー

- ツオノマトベの実態調査. 情報学研究, 27: 21-28.
- 藤野良孝・井上康生・吉川政夫・仁科エミ・山田恒夫 (2005) 運動学習者のためのスポーツツオノマトベ電子辞典の開発と評価. 日本教育工学会論文誌, 29(4): 515-525.
- 河合史菜 (2016) 小学生を対象としたダンス・ワークショップに関する一考察 - 進行者に着目して -. 九州地区国立大学教育系・文系研究論文集, 3(2): 1-15.
- 北條宏季・中村剛士・加納政芳・山田晃嗣 (2013) オノマトベによる身体知の言語化. JSAI 大会論文集.
- 小松恵理子 (2017) 小学校現職教員の表現運動・ダンス指導の変容に関する一考察-ライフストーリー法による分析を通じて-. 鹿児島女子短期大学紀要, 52: 71-82.
- Laban, R. (1971) The mastery of movement (3rd Ed.). Plays: Boston: pp.21-54.
- McCutchen, B. P. (2006) Teaching dance as art in education. Human Kinetics: Champaign: pp.125-155.
- 松本奈緒・寺田潤 (2013) 男女必修化時代の中学校ダンス実施の現状と指導者の問題意識-秋田県中学校保健体育教諭の研修レポートを参考として-. 秋田大学教育文化学部研究紀要. 教育科学, 68: 25-34.
- 松本富士・中村なおみ・小林峻 (2013) ダンス指導法実技研修にみる現職教育の成果に関する検討. 群馬大学教育学部紀要, 芸術・技術・体育・生活科学編, 48: 105-117.
- 宮本乙女 (2005) 創作ダンス授業における学習者によるパフォーマンス評価の研究. お茶の水女子大学附属中学校紀要, 34: 65-86.
- 村瀬瑠美 (2018) 保育者養成過程におけるリズムダンスの指導についての一考察-オノマトベの持つリズム性に着目して-. 千葉敬愛短期大学紀要, 40: 341-349.
- 文部科学省 (2013) 表現運動系及びダンス指導の手引. 学校体育実技指導資料 (9), 株式会社東洋館出版社, 東京. p166.
- 村田芳子・松本昌代 (2004) 生涯学習に向けた「リズムダンス」・「現代的なリズムのダンス」の学習指導に関する縦断的研究. 日本女子体育連盟学術研究, 21: 21-44.
- 高野牧子・細川江利子・矢沢みつみ (2008) 「ダンス・サーキット」による表現運動. 日本女子体育連盟学術研究, 24: 55-66.
- 寺山由美 (2007) 「表現運動」を指導する際の困難さについて-千葉県小学校教員の調査から-. 千葉大学教育学部研究紀要, 55: 179-185.
- Terence W. Langton (2007) Applying Laban's Movement Framework in Elementary Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance (JOPERD)*, 78(1): 17-24.
- 湯浅理枝 (2016) 系統的な学習を意識した表現リズム遊びの指導-踊ることへの抵抗感に着目した『ダンス! ダンス☆ダンス!』の実践を通して-. 広島大学附属三原学校園研究紀要, 6: 139-146.
- 相馬秀美 (2018) 教員養成系大学における現代的なリズムのダンスの指導法授業に関する一考察-ループリックの有用性の検討を通して-. 日本女子体育連盟学術研究, 34(0): 39-51.
- 中村恭子 (2013) 日本のダンス教育の変遷と中学校における男女必修化の課題. スポーツ社会学研究, 21(1): 37-51.
- 中村恭子 (2009) 中学校ダンス必修化の課題: 中学校教員を対象とした調査に基づいて. 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 1(1): 27-39.
- 中村恭子・武井正子・浦井孝夫 (2003) ダンス教育の目標に関する研究-高等学校のダンス担当教員の評価にもとづいて-. 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 7: 75-79.
- 中村恭子・浦井孝夫 (2006) ダンスの学習内容と楽しさの検討-創作ダンスと現代的なリズムのダンスの比較-. 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 10: 65-70.
- 小川鮎子・下釜綾子・高原和子・瀧信子・矢野咲子 (2013) 幼児の身体表現活動を引き出す言葉かけ-オノマトベを用いた動きとイメージ-. 佐賀女子短期大学研究紀要, 47: 103-116.
- 山口莉奈・正田悠・鈴木紀子・阪田真己子 (2017) ダンス経験のない教員がダンスを教えるために-指導不安の定量化-. 認知科学, 24(1): 141-145.
- 山崎朱音 (2013) ダンス授業実践に向けた実技研修の在り方-静岡県内中学校教員のダンス授業の実施状況の把握を通して-. 静岡大学教育実践総合センター紀要, 21: 73-81.
- 山内直人・田中秀幸・篠原和子 (2016) スポーツ指導者が運動スキル指導に用いる擬態語・擬音語: スポーツオノマトベの音声学的分析. 体育・スポーツ科学研究, 16: 1-5.
- Valerie, Preston-Dunlop (2003) The Theory of Rudolf von Laban (Capturing the Body: Expressionist Dance Then and Now). Booklet, 10: 8-16.
- 全国ダンス・表現運動授業研究会 (2013) 明日からトライ! ダンスの授業. 大修館書店, 東京. pp90-105.