

天理大学ふるさと会海外研修報告書

-海外と日本のダンスの授業を比較し、より良い指導方法を探る-

学籍番号：19402048

体育学部体育学科スポーツ文化コース4年次生

山口晴加

1、はじめに

この度はふるさと会海外研修生に選出していただき、ありがとうございました。

本来であれば昨年度海外研修を実施する予定でしたが、新型コロナウイルスの影響で中止となりました。国内で実施できる内容の研修ではないため、このまま実施できず辞退という形になるのかなと諦めたこともありましたがふるさと会、国際交流センター室の方々のご尽力によって延期実施できましたこと、心から感謝いたします。

今回の渡航を通して研修内容以外にも沢山の経験をすることができ、高校時代にお世話になったホストファミリーとも再会することができました。「広い視野で指導できる保健体育科教員」を目指す私にとって、今回の渡航は目標に近づけた貴重な経験でした。お世話になったホストファミリー、研修先の方々、そして研修を実施させていただいたふるさと会の方々、本当にありがとうございました。

今回の研修での私の行動・学んだことを報告させていただきます。

2、研修期間

2022年9月27日（火）～2022年10月10日（月） 【14日間】

3、渡航先

オーストラリア ブリスベン

4、研修目的

- ①現地校を訪問し職場体験・ダンスの授業見学をし、海外の授業方法を学ぶこと。
- ②ダンススクールを訪問・レッスンを受講し、指導方法を学ぶとともに更なる競技力を獲得すること。
- ③現地校・ダンススクール両方で生徒・先生に対してダンスの授業に関するアンケート調査を実施し、より良い授業展開、生涯スポーツとしてダンスを選択したくなる授業について検討すること。

以上のような目的を持って研修に挑みました。

5、研修先

- ・ Queensland Academy for Creative Industries 【現地校】
- ・ Mad Dance House Brisbane 【ダンススクール】

6、行動記録

【1日目】

昼過ぎに関西国際空港を出発し、まずは乗り継ぎのために羽田空港に向かいました。

私自身、海外渡航は2度目ですが、一人で渡航したことはないのでは不安と緊張とワクワクが入り乱れていました。羽田空港は夜に出発し、シドニーへ向かいました。機内は乗客がまだまだ少なく、隣の席も誰もいなかったのが快適に過ごすことができました。



【2日目】

朝シドニーに到着し、さらに飛行機を乗り継いで昼ごろブリスベンに到着しました。海外での乗り継ぎは不安だらけでしたが、事前に情報を入手できていたので問題なく行えました。オーストラリアではほとんどの人がマスクを着用しておらず驚きました。

ブリスベン空港にホストファミリーが迎えに来てくれていて、約5年ぶりの再会を果たしました。この方々は私が高校生の時に行った海外研修で約2週間受け入れてくださり、その後もSNS等で連絡を取っていました。今回の研修での滞在中もお願いした際も快く受け入れていただき、現地校やダンススクールでのアポイントメントや移動のサポートもしてくださりました。5年前も今回も英語がうまく話せない私に対して優しく聞いてくれたり、わかりやすく説明してくださったり色んなところに連れて行っていただいたりと、とても親切にしてくださりました。私が「また海外に行きたい」と思うきっかけの一つになっている本当に素敵な方々でした。ただ、久しぶりに聞いたネイティブの英語はとても速く、これからの生活が少し不安になりました。

ホームステイ先に到着後、夜から早速 Mad Dance House Brisbane での研修としてレッスンを受講しました。レッスンでは、まだ耳が慣れていないこと、音楽が大音量でかかっていたこと、スタジオが広く声が広がっていたことなどの要因から、先生の英語は全く聞き取れませんでした。しかし、先生がどんな雰囲気を求めているのかは不思議と理解できました。中級クラスの難易度は私にとってそこまで高くなかったですが、日本のダンスとは少し違う雰囲気の踊り方を先生や生徒さんが沢山いて、「そんな踊り方、表現もあるのか」と勉強になりました。また、「ボンボン」や「チチチチ」などの擬音を使ってレッスンされている点に関しては、日本と共通していてわかりやすいと感じました。



【3日目】

夕方までホームステイ先で過ごして体を休め、夜から有名なバレエ団である Queensland Ballet の公演を鑑賞させていただきました。そのため、事前にホームステイ先で Mao's Last Dancer という映画を英語で鑑賞しました。今回の公演を演出した有名な方の人生を描いた映画だと教えていただき、予習として鑑賞しました。英語で鑑賞したので内容全てを理解することはできませんでしたが、人種差別などの背景を知ることができました。

私はバレエの経験がなく、観賞も今回が初めてだったので凄さがわかるのか不安でしたが、公演はとても素晴らしいものでした。メインで踊っている方はもちろんすごいのですが、私が注目したのは周りの方でした。メインの人の踊りを邪魔せず、自然で、それでいて何を表現しているのかわかり、そして誰一人舞台を出るまで、端の端まで気を抜いていない、そんなプロの姿が凄いと思いました。また、舞台の下にオーケストラがあり、迫力にある生演奏でした。そして生演奏なのに関わらずピタッと揃った音楽と演技とダンスで、圧巻の公演でした。ジャンルは違いますが、勉強になることがとても沢山あり貴重な経験でした。



【4日目】

この日も夜の研修までホームステイ先で過ごしました。朝食を食べてから少し庭を散歩してリフレッシュしました。そしてホストファザーの協力を得てアンケートを少し手直ししました。英語の表現がおかしいところを手直ししていただき、より良いアンケートを完成することができました。その後、ホストファザーに空手道場の認定証の日本語表記を教えてほしいとお願いされたので、お手伝いしました。日本語、特に漢字を英語で説明するのは難しかったですが、紙に書いて説明したりしてなんとか伝えました。ホストファミリーと通じ合い、自分の英語が通じた時の感動を久しぶりに味わうことができました。

夜は Mad Dance House Brisbane での研修としてレッスンを受講し、アンケート協力の呼びかけを行いました。呼びかけは数人にしかできませんでしたが、皆さん快く協力してくださいました。この日は初心者クラスだったこともあり、私には少し簡単でゆっくり過ぎたかなと思いました。しかしながら、指導の方法について沢山学ぶことができました。

例えば日本では私の経験上、〔ストレッチ→基礎練習→振り入れ〕の順番で展開されることが多いのですが、今回のレッスンでは〔音楽に乗って腿上げやジャンプ(テンションや心拍数を上げている?)→少しずつ体を伸ばす(動的ストレッチ)→振り入れ〕の順番で展開されていました。この順番で展開したことで体が温まりやすく、テンションも上がりやすかったです。

また、ストレッチや振り入れの途中、レッスンの最後で生徒を自由に移動させていました。日本では鏡を全員が見ることができるよう、前後交代をすることはありますが、自由に移動させるのは見たことがなかったので新鮮でした。自由に移動させることにより、さまざまな人とコミュニケーションを取ることができるとともに、さまざまな人のダンスを見て学ぶことができます。実際に、言葉が通じない人々

と目が合って笑顔になったりダンスを通じて心で通じ合えたと感じる場面が多々ありました。この日の振付をグループごとに踊る場面では、生徒・先生ともに盛り上がっていました。そして私のダンスを見て、たくさんの人が褒めてくれました。こんなに褒められたことがなかったのでとても嬉しかったです。「あなたのスタイルすごく好き！」と素直に称えあえる海外の風潮と、それを言いやすくした授業の雰囲気がとても素敵で、これらの授業展開は日本の学校現場でも取り入れていきたいと思いました。



←作成しなおし、掲示していただいたアンケート

【5日目】

この日はダンスに関する研修は実施せず Day off だったので、6:00 に起床してホストマザーと子どもたちの out rider canoe イベントのお手伝いをさせていただきました。さまざまな年齢の地元の方々とお話しすることができ、嬉しかったです。ゴールした時にみんなで盛り上がりハイタッチして称え合ったり、私に興味を持った子どもたちが話しかけてきたりして、すごく楽しい時間を過ごさせていただきました。イベント後、私もカヌーを体験させていただくことができました。説明も全て英語で、正直全てを理解することはできませんでしたが、スポーツを通して人と繋がれた確かな経験をすることができました。

夜はホストブラザーたちとアイススケートに行きました。1年次生の実習でアイススケートをして以来だったのでできるか不安でしたが、ホストファミリーに褒められるほど滑ることができました。ホストマザーに英語で教えるのはすごく難しかったですが、楽しい時間を過ごせました。



【6日目】

この日は朝からホストファミリーとスーパーマーケットに行き、買い出しをしました。後日日本食を私を作って振る舞う予定をしていたので、その材料などを揃えました。現地のお菓子も購入し、食べることができました。

お昼からは Mad Dance House Brisbane にて研修を実施し、久しぶりに HIPHOP を基礎から習うことができました。このレッスンは、〔ストレッチ→基礎練習→振り付け〕の流れや、擬音使った説明の仕方は日本と似ていると感じました。少し自分が苦手なジャンルの振り付けだったので苦戦しましたが、さらに競技力の幅が広がったように感じました。



【7日目】

この日もダンスに関する研修は実施せず、Day off だったので1日ホームステイ先で過ごしました。クイーンズランド州の伝統的なお菓子であるラミントンを手作りしたり、夕食に日本食を振る舞ったりとたくさん料理をさせていただいた一日でした。ラミントンは市販のものよりも美味しいと好評でした。日本食は、茶碗蒸し、きゅうりの和物、リクエストがあった唐揚げを作りました。調味料や調理器具の違いから思ったように作れませんでした。唐揚げを美味しいと食べてもらえました。茶碗蒸しに関しては不思議そうな顔をしていて、子供たちには不評でした。見た目がカスタードみたいと言っていたので、食感や見た目が受け入れなかったのかなと残念に思うとともに、文化の違いを知る機会となりました。

日本からのお土産である日本酒とともに家族全員で食卓を囲めて幸せな時間でした。



【8日目】

この日から現地校での研修を行わせていただきました。研修をさせていただいた QACI は州立の高校で、入試を突破した人だけが入学できる公立高校だそうです。生徒は素直で良い子がたくさんいて、ダンスのスキルも高く真面目で熱心な生徒ばかりでした。

一緒に行動してくださるダンスコースの先生と対面し、学校内を案内していただきました。ホール、ダンススタジオ、音楽スタジオ、実験室など日本の公立高校では見たことないくらいの設備が整っていて驚きました。各コースに専門の先生がいらっやって、生徒も経験者がほとんどだったのでより高度

な授業が展開されていました。

そして驚いたのは日本のような机の配置をしている教室がひとつもないことです。一般的に日本では全員が前を向いている机の配置です。しかしそのような配置の教室はなく、オーストラリアでは班のような配置やコの字型で全員が内側を向く配置など、さまざまでした。少人数教育を行っているということも大いにありますが、生徒が発言やディスカッションがしやすい、能動的な授業をおこなっている証拠だと感じました。

この日は始業式のようなセレモニーが行われており、そちらも見学させていただきました。生徒自身が司会やパフォーマンス、映像作品の発表などを行って進めており、先生方は何も手出ししていませんでした。生徒一人ひとりに主体性があると感じました。



【9日目】

この日も現地校での研修をさせていただきました。ホストブラザーと共に初めて電車とバスを使って通学したので少し緊張しましたが、良い経験になりました。

そして先生からの提案でダンスコースのウォーミングアップをさせていただきました。「holidayで鈍っている体を動かせるようなもの」というテーマをいただいていたので、記憶振り付けゲームという頭と体を使うゲームを考えていきました。ルール説明含め全て英語で行えるかすごく不安でしたが、生徒も私の話をしっかり聞いてくれました。ゲームが始まると思いの外盛り上がり楽しんでくれました。反省点はありますがすごく貴重な経験をさせていただきました。アンケート調査も実施し、みなさん快く協力してくださり、お礼の日本のお菓子もすごく喜んでくれました。嬉しかったです。

帰宅後はホストマザーのリクエストで日本のカレーを作りました。前回の料理より上手くできたと思いますし、喜んで食べてもらえました。食後にさまざまな日本のお菓子もみんなで食べました。日本が大好きな家族なのですごく興味津々で取り合ってくれました。とても嬉しかったです。



【10 日目】

この日も現地校にて研修を行ったのですが、初めて1人で通学しました。少し迷った場面もありましたが何とかたどり着くことができました。ダンスコースの授業は、生徒自身が考えてきた振り付けを教え合う場面と、見せ合う場面に分かれていました。経験者ということもあり、みんなしっかりと振り付けを作ってきていて教え合っていました。このときに、擬音のみで教えている生徒と言葉のみで教えている生徒がいるという違いに気付きました。私は英語の全てを理解できていないので、擬音のみで教えている方がわかりやすいだろうと思っていました。しかし、擬音のみで教えているものを見てみると、手や足など見るところが多すぎてどこに注目すれば良いかわからず逆にわかりづらいつ感じました。「ボンボン」「カカカカ」など力を入れるタイミングやイメージを伝えるのに擬音を使うのはすごく効果的なのですが、使いすぎるとイメージしか伝わらず動きがわかりにくいんだと気づくことができました。

放課後は Mad Dance House Brisbane にてレッスンを受けさせていただきました。最後の研修日だったので挑戦として専門外のバレエとジャズのレッスンを受けました。どちらも初めてで、英語での説明なのですごく難しかったです。ダンスと一言で言ってもさまざまなジャンルがあるし奥が深い、まだまだ競技力を上げていく必要があると再認識し、自分の見識を広げるきっかけとなりました。



【11 日目】

この日は研修最終日でした。この日はダンスコースの授業はなく theater の授業のみでした。先生のご好意でウォーミングアップに参加させていただきました。この授業を受けている子はダンスの専門ではないので、前日までのウォーミングアップとは少し違うものを行なっていらっしゃいました。体をほぐすだけでなく、架空のボールをみんなで飛び越えるなど表現力をつけるゲームも行って勉強になりました。日本の体育でも取り入れられそうな内容だったのでウォーミングアップに取り入れてみたいと思いました。

放課後はホストブラザーの Birthday Dinner に行きました。家族全員でいろんな話をしたり、勝手にセルフィーを撮られたりと和気あいあいとしていて楽しい空間でした。私が英語を理解できなさそうにしていたら説明してくれたり、日本の話題を持ってきてくれたりとすごく優しくしてくださり、私も楽しむことができました。



【12日目】

この日は研修が休みだったので、ホストマザーがセーリングに連れて行ってくれました。大きな船でのセーリングは大迫力でとても気持ちよかったです。この日は大会だったようですがルールやどうすれば良いか何もわからなかったです。でもゴールした時にみんなで盛り上がり、ハイタッチしたりとここでもスポーツでのつながりを感じることができました。最後に船長さんのご好意で少しだけ船を運転させていただきました。なかなかできない経験だったので緊張しましたが面白かったです。みんなフレンドリーに話してくださり、1日でとても仲良くなれました。ゴール後の反省会では日本酒をみんなに味わってもらいました。嬉しそうに飲んでもらえて私まで嬉しかったです。



【13日目】

この日はホストファザーと買い物に行って帰国の準備をしました。大好きなラミントンやティムタム、日本にまだあまり入ってきていない有名な紅茶などを購入できました。

夕食はラムでした。ほぼ初めてラムを食べましたが美味しかったです。家族みんなで食べられた数少ない食事のうちの一回となりました。最後の日にみんなで食卓を囲めてすごく嬉しかったです。

就寝前にホストブラザーにお別れの挨拶をしました。わざわざ部屋から出てきてハグしてくれました。寂しくなりましたがまた会えて良かったなと思えました。



【14日目】

この日は移動日でした。早朝にホストマザーとホストファザーがブリスベン空港まで送り届けてくれて、搭乗手続きまで付き添ってくれたのでなんとか済ませることができました。空港で最後のお別れをしました。本当にこの人たちのところに来て良かったと思ひ涙が出ました。またいつでも帰っておいで、日本でも会おうねと言ってくれてすごく嬉しかったです。

ブリスベン空港を出てケアンズ空港で乗り継ぎをしました。飛行機が遅延しており、元々3時間の乗

り継ぎ予定が6時間に変更になり、その説明を英語で聞いて予定を変更するのが大変でした。

そして21時ごろ関西国際空港に到着できました。空港まで母が迎えにきてくれていて顔を見た時にすごく安心しました。



7、本海外研修を通して

今回の研修を通して私を感じたこと、学んだことはたくさんありますが、特出したい項目は以下の2点です。

- ①一人一人に主体性があり、きちんと自分の意見を言えたり周りの人の意見を聞いたりすることができる能力が備わっている、その能力を出せるような設備や教育が整っていること。
- ②ダンスの指導をする際、擬音を使うとわかりやすいと思っていたが、擬音のみで指導を行うとかわってわかりづらくなってしまうこと。

まず①に関しては、現地校の他に生活全般においても考えていたことです。日本人は協調性を重視してしまいがちですが、その分自分の意見を出さない生徒が多いように思います。対してオーストラリア人はとてもフレンドリーで、自分の意見をきっちりと伝える、周りの意見もしっかりと聞き入れる人が多かったです。これは国民性もあるとは思いますが、こうなるような教育を受けてきた成果だと考えました。実際に、現地校では机の配置が違っていたり、質問や意見を挙手してからきっちりと伝えていたりしました。指導方法も、こちらからすぐに指示するのではなくまずは自分自身に考えさせる、こうしたらどう？というふうに提案する、一人一人に目を向けた少人数教育などをおこなっていました。このような教育方法や設備が整っているからこそできた能力ではないかと考えました。設備に関してはすぐに真似できるところとできないところはあると思いますが、指導方法や声かけなどは教師の心掛けで変えられる部分だと思うので取り入れていきたいと思いました。

次に②に関しては、現地校とダンススクールでの授業を受けていて考えたことです。この研修に行く前の私は、擬音を使うとわかりやすくなる！とだけ思っていました。しかし、擬音のみで指導をしてしまうとかわって混乱を招いてしまったり、動きのニュアンスが違ってしまったりするのだと知ることができました。このデメリットを補うためには言葉が必要だと考えました。言葉と擬音の両方をうまく取り入れて授業できることが最善なのではないかと考えたので、これから実践していきたいと思いました。

以上の2点が本海外研修で学んだことの中で大きな発見だと考えました。

8、最後に

この度は本海外研修を実施させていただき本当にありがとうございました。現地の教育もレッスンも生活も日本とは違うことが沢山の、とても良い刺激になりました。この研修で学んできたことを自分なりに解釈し、そして日本の教育に教員として活かしたいと心から思いました。

この研修は、私の理想の教師像に近づくために間違いなく必要な研修だったと心から思います。実施させていただいたふるさと会の皆様、サポートしてくださった国際交流センター室の方々、受け入れてくださった現地の方々、応援してくださった周りの人達や家族、本研修に関わったすべての皆様のおかげで無事終わることができました。

この研修で学んだことを日本の教育、そしてこれからの人生に必ず活かしていきます。
素晴らしい機会をさせていただき本当にありがとうございました。

