

表現体操の方法論について
—ルドルフ・ボーデの『表現体操』より—

菅井京子¹⁾

Zur Methodik der Ausdrucksgymnastik

Kyoko SUGAI

Zusammenfassung

Rudolf Bode (1881-1970) hat eine dominante Rolle in der Gymnastikbewegung gespielt, die Anfang des 20. Jahrhunderts in Europa entstand. Er wurde nicht nur als Gymnast, der erst die rhythmische Gymnastik erschaffen hatte, sondern auch als Philosoph und Pädagoge hoch geschätzt.

Er wurde am 3. Februar 1881 in Kiel als Sohn des Kaufmanns Ludwig Bode und seiner Ehefrau Elise, geb. Endrulath geboren. Nach dem Besuch der Bürgerschule absolvierte er das humanistische Gymnasium. Er studierte an der Universität Kiel und Leipzig Philosophie und Naturwissenschaften. In Leipzig besuchte er gleichzeitig das Konservatorium der Musik. 1911 begann er in München mit den ersten Lehrgängen für rhythmische Gymnastik und begründete die Bode-Schule. 1922 schrieb er "Ausdrucksgymnastik", die seine erste gründliche Forschung war. 1933 wurde der Reichsverband deutscher Turn-, Sport- und Gymnastiklehrer e. V. gegründet. Bode übernahm die Leitung der Fachschaft "Gymnastik und Tanz" und bemühte sich um eine Einigung der gymnastischen Lehrweisen. Das Ergebnis war das bekannte Richtlinienbüchlein "Deutsche Gymnastik" von 1935. Er schied 1953 "Rhythmische Gymnastik", die die Vollendung seiner Forschung war.

Die Rhythmische Gymnastik wurde 1962 ins Japanische von Toshi Manzawa übersetzt. Der Inhalt der Rhythmischen Gymnastik ist wie folgt :

Einleitung

Bewegungslehre

A. Federn

B. Gleichgewichtsübungen

C. Rumpfübungen

D. Übertragung der Federung auf die Beine

E. Übertragung der Federung auf die Arme

F. Übungen mit Handgeräten

In der Rhythmischen Gymnastik wurde die Bewegungslehre in der Einleitung behandelt, aber die Methodik nicht.

1) スポーツ開発・支援センター

Andererseits wurde die “Ausdrucksgymnastik” nie als vollständigen Version in Japan herausgegeben, obwohl seit ungefähr 1930 über die Ausdrucksgymnastik viel geschrieben wurde. Der Inhalt von dem theoretischen Teil der Ausdrucksgymnastik ist wie folgt :

A. Theoretischer Teil

I. Zur Psychologie der Körpererziehung

II. Zur Methodik der Körpererziehung

- a) Wissenschaft und Leben
- b) Wille und Ausdruck
- c) Methodik der Ausdrucksgymnastik
- d) Die Übungen

Anders als in der Rhythmischen Gymnastik kann man hier die Methodik der Gymnastik als einen selbstständigen Abschnitt finden.

Der Zweck der Forschung ist es, eine Hilfe zum Nachdenken über die Methodik der rhythmischen Gymnastik zu ergründen. Dafür versuche ich eine Übersetzung des dritten Teils “Methodik der Ausdrucksgymnastik” des Kapitels “Zur Methodik der Körpererziehung” aus “Ausdrucksgymnastik” von Rudolf Bode.

Schlüsselwörter : Ausdrucksgymnastik, Rhythmische Gymnastik, Rudolf Bode

はじめに

ルドルフ・ボーデ (Rudolf Bode, 1881-1970) は、20世紀の初め頃ヨーロッパに起こった体操の改革運動で中心的な役割を果たした。彼は、リズム体操の祖といわれる体操家であるばかりでなく哲学者、教育者としても評価されている¹⁾。

ボーデは、キールで1881年2月3日、商人ルードヴィヒ・ボーデとその妻エリーゼ・エンドルラートの間に生まれた。国民学校に通った後、彼はギムナジウムを卒業し、キール大学やライプチヒ大学で哲学と自然科学を学んだ。ライプチヒでは音楽学校にも通い卒業した。1911年に彼はミュンヘンでリズム体操の講習会を始め、ボーデ体操学校を創設した。1922年には、彼の最初の基礎的研究である『表現体操』を著した。1933年にドイツ・スポーツ体操指導者連盟が設立され、ボーデは体操とダンスの部を指導し、体操の指導法の統一に努力した。その成果が1935年の有名な

指導要領冊子『ドイツ体操』であった。そして1953年には、彼の体操の集大成である『リズム体操』²⁾を著した。

この『リズム体操』は、1962年に、わが国でも、万沢遼による訳本³⁾が出版されている。その内容は、次の通りである。

序章

運動教程

- A. はずむ運動
- B. 平均運動
- C. 胴体の運動
- D. 足にはずみをもたせる運動
- E. 腕にはずみをもたせる運動
- F. 手具を用いての運動

この『リズム体操』では、運動学等の理論は、序章の中で取り扱われているが、方法論については、記述が見あたらない。

一方、『表現体操』については、1930年代から、大谷武一の『新しい体操への道』⁴⁾や二宮文右衛門・今村嘉雄・大石峯雄共著の『体育の本質と表現体操』⁵⁾の中で詳しく取り

上げられ、紹介されているが、訳本としては出版されていない。『表現体操』の理論編の内容は、次の通りである。

A. 理論編

I. 体育心理学について

II. 体育方法学について

a) 科学と生命

b) 意志と表現

c) 表現体操の方法論

d) 教材

ここでは『リズム体操』ではみられなかった体操の方法論が独立した節としてみられる。

本研究では、リズム体操を方法論の観点からよりよく理解するための手がかりを得るために、『表現体操 第5版』⁹⁾のII章、表現体操の方法論の翻訳を試みた。

表現体操の方法論

あらかじめ、すべての誤解されやすい問題を整理しておく。私たちの表現体操は、形式的な性質をもち、実質的な性質をもっているのではない。すなわち、何らかの特定の言葉で表される感情、例えば悲しみ、喜びというような感情を表情豊かな表現へもち込むこと、あるいは、何らかの感情のための決まり切った型の運動形式を教えることを、私たちは根本的に拒絶する。これらのことは、演劇学校の課題である。私たちは、ただひとつの目標を念頭に置いている。人体を、精神的・身体的状態にすることである。それが、同時に、人体の自由な成長と生き生きした運動のほど良い習熟を可能にする。

表現体操の方法としては、特定の運動、すなわち、それによってこのような目的が達成されるような運動を展開させなければならない。私たちは、最も単純な運動を選ぶ、歩く、走る、振る、手で突くあるいは打つ、かがむ等々……。これらの運動が有機的に正しく行われるに応じて、有機的な統一から起こるこれらの運動だけに特有の原初的な感情が生

じる。私たちは、それを、その運動に相応しい生き生きとした感情と呼ぶ。このような感情は、それに適した音楽によって高められ、そして意志のコントロールのもとで生き生きとした最も単純な運動の表現を生む。これらの運動とそれらに適した生き生きとした感情の発現の際に、個々人に応じたものをそれぞれが強くなるために、生徒たちは、共同で練習する。学級は、一定の運動の繰り返しの拍節的な形式によって、一体化される。このような拍節的な形式の中で、運動過程の個々人のリズムが現れる。そして、私たちは、ここで、特に強調したいのだが、生徒たちがより一団となってその練習に参加すればするほど、各々の生徒たちは、より一層早くそれぞれ個々のリズムを見いだす。純粹に身体的(物理的)なりズムというものはない。各々の本当のリズムは、「有機的な統一」から生まれる。そして、学級がより内面的に、その躍動において一体になればなるほど、それぞれの神秘的な相互作用が現れる。相互作用によって、すべての練習者が有機的にまとまっていく。リズムにのって群衆が揺れ動く、揺れ動いている群衆の意志の干渉に対する抵抗がより大きくなり、拍節によって抑制されていたリズムカルな運動の表現はより大きくなる。より多くの群衆で揺れ動く、より一層強く理性では捉えられない勢いが作用し、心の内的な流れがどよめき始める。これは、ギリシア悲劇における合唱の大きな意義である。合唱は、リズムに動かされ、拍節に整えられていた。そして、その情緒的な表現によって、人々を魔的魅力に包み込んだ。学級の授業によってのみ、私たちは、ともすると自己崇拜へと退化しがちな体操の大きなリスクを克服することができる。多くの人たちには、大変奇妙に矛盾したと思われるかもしれないが、別々のものが心的に団結し、そのグループが統一のとれた生き生きした有機体へ変わるということは、その集団の中の個々人の個性においても起こる。塊と点のように、リズ

ムと拍節は、互いに相対している。そしてまた個性と自我も相対立している。この対立において矛盾が生じるが、それが個性としての有機的統一に合一されていくのである。というのは、この外来語である個性 Individualität は、分割不可能なもの、有機的な統一を意味し、また、心的な結びつきによって形成された形態を意味する。学級の授業は、空間的形態への適応能力と、同様に、時間的経過への適応能力を最も良く発達させることができる。これらの本能的な能力は、決定的に重要であるのだが、共に努力する仲間たちの体験の影響下でまた強くなる。従って、学級授業は、それ自体すでに方法論上の最良の準備であると言うことができる。身体的形態育成のふたつの方法、すなわち、自然形態を空間網に組み込むことと、自然経過を時間格子に組み込むことを習得するための最良の準備である。

今や私たちは、表現体操や体育の方法論と、合理的な知識伝達のための他の諸学科の方法論との根本的な違いに至る。他の諸学科においては、次の段階に進む前に、それぞれの段階は克服されていなければならない。言い換えれば、容易なことから難しいことへとゆっくりとした移行が行われ、段階的構造が現存する。一方、表現体操の教材の伝達の際には、有機的成長が現れる。

有機的自然において成長のすべての段階は、未成熟の性質を完成の時まで残すように、表現体操においてもまた有機的成長は、そのように進行する。容易な運動と難しい運動との絶対的な差というものはない。すべての運動は、身体育成の程度に応じて、容易だったり難しかったりする。ひとつの運動がまだうまくできない間は、すべての運動の遂行にまだ欠陥があり、そしてひとつの運動が良くなったその時から、すべての運動の遂行が良くなる。というのは、それぞれの運動は有機的な統一の内部から起こらなければならないもので、そして、このような統一が見いだされ

ていない間は、その運動は実施においてリズムミカルな完成に至らない。私たちが授業の目標として達成しようと努力しているものも、このような完成である。

注

1) Röthig, Peter (Hg.): Sportwissenschaftliches Lexikon, Verlag Karl Hofmann, 1972. の p.128 'Gymnastik, rhythmische' の項目には、「リズム体操は、1910年にヘレラウ教育研究所の開設と同時にダルクローズによって始められた。」(抜粋・訳:菅井)という記述がある。しかし、実際にリズム体操の理論を確立し発展させたのがボーデであることや、ダルクローズが運動に対し音楽の優位性を認めていたことなどから、一般に、リズム体操の創始者はボーデとされている。

Wolfgang Bode (Hg.): Rudolf Bode—Leben und Werk, Festschrift des Bode-Bundes e. V., München, 1972. の p.4 序においても、ボーデ体育連盟首席議長ハインツ・ペーラー (Heinz Pöhler) によって、ボーデは哲学者、教育学者、芸術家そしてドイツ体育におけるリズム体操の創始者と紹介されている。

- 2) Bode, Rudolf: Rhythmische Gymnastik, W. Limpert Verlag, Frankfurt/M, 1953.
- 3) ルドルフ・ボーデ著, 万沢遼訳: リズム体操, ベースボール・マガジン社, 1962.
- 4) 大谷武一著: 新しい体操への道, 目黒書店, 1930.
- 5) 二宮文右衛門/今村嘉雄/大石峯雄共著: 体育の本質と表現体操, 目黒書店, 1933.
- 6) Bode, Rudolf: Ausdrucksgymnastik mit dreihundertsechzig Übungen und zwanzig Bildtafeln, 5. Aufl., C. H. Beck'sche Verlagsbuchhandlung, München, 1933.

参考文献

- 浅井浅一・大段員美 (1958) 体操概論. 杏林書院 体育の科学社: 東京
- Bode, Rudolf (1933) Ausdrucksgymnastik, 5. Aufl. C. H. Beck'sche Verlagsbuchhandlung: München
- Bode, Rudolf (1953) Rhythmische Gymnastik,

- W. Limpert Verlag : Frankfurt/M
- Bode, Rudolf (1953) Musik und Bewegung, 3. Aufl., W. Limpert Verlag : Frankfurt/M
- ボーデ, R. 著, 万沢遼訳 (1962) リズム体操. ベースボール・マガジン社 : 東京
- Bode, Wolfgang (Hg.) (1972) Rudolf Bode – Leben und Werk, Festschrift des Bode-Bundes e. V., : München
- 千谷七郎編/訳 (1968) 生命と精神—ルードヴィヒ・クラゲスの面影. 勁草書房 : 東京
- Geißler, A. (1978) Die Körpererziehung in der Schule zur Zeit der reformpädagogischen Bewegung, Kastellaun/Hunsrück : Henn
- 浜田靖一 (1976) 新しい体操への出発点. 泰流社 : 東京
- 浜田靖一監 (1987) 体操ハンドブック. ビネバル出版 : 東京
- 板垣了平 (1975) 体操. ポプラ社 : 東京
- 板垣了平 (1990) 体操論. アイオーエム : 東京
- 稲垣正浩 (1987) 新体操. 岸野雄三編 最新スポーツ大辞典. 大修館書 : 東京, pp.448-452.
- クラゲス, L. 著, 千谷七郎訳 (1964) 表現学の基礎理論. 勁草書房 : 東京
- クラゲス, L. 著, 杉浦実訳 (1971) リズムの本質. みすず書房 : 東京
- クラゲス, L. 著, 千谷七郎編/訳 (1972) 人間学みちしるべ. 勁草書房 : 東京
- 邦正美 (1979) 動きのリズム. 日本教育舞踊研究所 : 東京
- 森梯次郎著 : 自然体操の原理. 目黒書店 : 東京
- 二宮文右衛門・今村嘉雄・大石峯雄 (1933) 体育の本質と表現体操. 目黒書店 : 東京
- 大谷武一 (1930) 新しい体操への道. 目黒書店 : 東京
- 菅井京子 (1993) ルドルフ・ボーデについて—『ルドルフ・ボーデ, その生涯と業績』より. 大阪成蹊女子短期大学研究紀要 (No.30) : 大阪
- 菅井京子 (1998) 体操改革運動 (Die Gymnastikbewegung) について. 大阪成蹊女子短期大学研究紀要 (No.35) : 大阪
- Röthig, Peter (Hg.) (1972) Sportwissenschaftliches Lexikon, Verlag Karl Hofmann : Schorndorf
- レーティッヒ, P. 編, 岸野雄三監修 (1981) スポーツ科学事典. プレス・ギムナスチカ : 東京