

メダウとその体操教授法について  
— 『ヒンリヒ・メダウ, 75歳の誕生日を祝して』 より—

菅井京子<sup>1)</sup>

Über Medau und seine Gymnastiklehrweise

Kyoko SUGAI

**Zusammenfassung**

Hinrich Medau (1890-1974) war ein berühmter Gymnast und der gründer der Gymnastikschule Medau, die eine von drei großen Gymnastikschulen in Deutschland ist. Er wurde als ein Nachfolger von Rudolf Bode (1881-1970), der eine dominante Rolle in der Gymnastikbewegung gespielt hat, die Anfang des 20. Jahrhunderts in Europa entstand, in Japan vorgestellt. Medau schrieb “Rhythmisch-musische Gymnastik” und “Moderne Gymnastik — Lehrweise Medau” usw. als seine literarische Werke, den in japanischer Gymnastikforschung auch allerlei nachgeredet wurde. Aber viele über seine Lebensgeschichte waren nicht bekannt. “Hinrich Medau zum 75. Geburtstag” ist ein gutes und seltenes Forschungsmaterial es zu wissen.

Der Zweck der Forschung ist es, eine Hilfe zum Nachdenken über die Lehrweise Medau zu ergründen. Dafür versuche ich eine Übersetzung des Aufsatzes, “Hinrich Medau zum 75. Geburtstag — Die Lehrweise Medau in der Forschungsarbeit der modernen Gymnastik” von Gertraud Rothenberg verfasst im “Leibesübungen 1965 Heft 5”

Schlüsselwörter : Moderne Gymnastik, Rhythmische Gymnastik, Hinrich Medau

---

1) 生涯スポーツ学科

## はじめに

ヒンリヒ・メダウ (Hinrich Medau, 1890-1974) は、著名な体操家で、ドイツ三大体操学校のひとつといわれるメダウ体操学校の創立者である。彼は、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ルドルフ・ボーデ (Rudolf Bode, 1881-1970) の後継者として我が国にも紹介されてきた<sup>12), 14)</sup>。彼の著書には、『リズム・音楽体操 (Rhythmisch-musische Gymnastik)』<sup>15)</sup> や『モダン体操—メダウの教授法 (Moderne Gymnastik — Lehrweise Medau)』<sup>19)</sup>等があり、体操研究で取り上げられてきた<sup>25), 27), 28)</sup>。しかし、彼の生い立ちや経歴については、多くは知られていない<sup>14)</sup>。ローテンベルクによって1965年 (Leibesübungen) に投稿された『ヒンリヒ・メダウ、75歳の誕生日を祝して』は、それを知る上で、大変希少な資料である。

本研究では、メダウの教授法をよりよく理解するための手がかりを得るために、彼の生い立ちや経歴についての記述を多く含む『ヒンリヒ・メダウ、75歳の誕生日を祝して—新しい体操の研究におけるメダウの教授法 (Hinrich Medau zum 75. Geburtstag — Die Lehrweise Medau in der Forschungsarbeit der modernen Gymnastik)』<sup>23)</sup>の翻訳を試みた。

なお、訳文中の注記は、原注である。

## ヒンリヒ・メダウ、75歳の誕生日を祝して—新しい体操の研究におけるメダウの教授法

### 序

「新しい体操」という言葉を、私たちが最初に目にするようになるのは今世紀の初め頃である。ミュンヘンのルドルフ・ボーデ博士をこの「新しい体操」の有機的・律動的運動学の創始者のひとりといってよいであろう。彼は、それを当時指導的立場であった哲学者、音楽教育者や心理学者たちの知見から

展開した。

ルドルフ・ボーデ博士の名前には、彼の弟子ヒンリヒ・メダウの名前が密接に結びつけられている。メダウは、40年間の研究で強調された女子体育を生み出した。彼の教授法、彼の体操の中心理念と教育経験の応用の方法を、彼は、彼の妻ゼンタ・メダウと多くの他の協力者との共同研究において発展させた。

## 「メダウの教授法」の出発点とその展開

ヒンリヒ・メダウは、1890年5月13日に北部ドイツのシュレスヴィヒ—ホルシュタイン州に生まれた。農家の六男として、彼は、子ども時代を九人の兄弟とともに、戸外の自然の中での遊びや仕事で過ごした。旅回りのサーカスは、彼を魅了し、子どもらしい想像力を刺激した。そして若いヒンリヒと彼の兄弟たちは、ちょっとした曲芸を真似て遊んだ。年の市や祭はメダウの人生に深い影響を与えた。彼は、音楽や民謡や民族舞踊や賛美歌を心に染み込ませて成長した。しばしば彼は、手回しオルガンの演奏についていった。家に帰ると、彼は、そのメロディーをピアノで真似て弾こうとした。思い出せない時には、自分で補足し作曲した。こうして彼は即興の才能を鍛えた。それは、後に、彼の「運動音楽」に関する研究の基礎として役立ったといわれている。

もともとメダウは、音楽家になるつもりであった。しかし、彼の両親は、それに反対した。教会合唱団の指導者の説得で、彼は小学校教師になるための勉強を始めた。小学校教師養成のための教育課程と独自の勉強を通して、彼は副専攻科目のスポーツと音楽に夢中になった。彼は、二度目の国家試験を受けずにドイツを離れ、リスボンのドイツ人学校へ赴任した。そこで彼は同時に公使館教会のオルガン奏者としての契約も交わした。一年後、戦争が勃発し、メダウは、あらゆる努力にもかかわらず、故郷に帰ることができなかった。

三年間、彼はリスボンで教鞭をとった。ポルトガルの参戦の後、彼はマドリッドに移り、実科高等学校と大使館教会で彼の仕事を続けた。

スペインは古典的な運動と音楽の国として、ヒンリヒ・メダウにとって重要であったといわれている。音楽、リズム、ダンスや遊びが文化を支配しているようなスペインとポルトガルは、彼に強烈な印象を与えた。専門分野としてスポーツと音楽というのでは、彼には十分ではなかった。そして、彼は、新しいアイデアを求め、彼の体育授業のためにそれを発展させようとした。初めのうち彼はドイツ体操（Turnen）を唯一授業に適したものと考えていたが、すぐに、ポルトガルで初めてのスポーツクラブの仕事で、新しいアイデアを見出した。リスボンには、メダウの注意を引く若者たちがいた。彼らは可能な限りいろいろな器械に挑戦し、アクロバット運動に取り組んでいた。それに感銘を受け、彼は自由で創造的な体操授業の構築を試みた。彼は、スペインの民族舞踊、闘牛、男の子たちのボールゲームや重い荷物を頭にのせて優雅でしなやかな姿勢で歩くスペインの女の子たちの自然な優美さに、また魚売りのリズムカルな売り声や靴磨きのエレガントな動きに強く刺激された。

このような彼の最初の多彩な研究は、体操授業の構築や後の彼の教授法のための出発点となった。

「ダルクローズ教育の女教師」（1917年当時は、リズム教育のための女教師であったのだが）との協同研究を通して、「体操的なもの」が生み出された。後に、彼は彼女とともに、リズム体操、当時彼はそれをそう呼んでいたのだが、それを子どもの教育コースで実験してみた。

ある日、彼はミュンヘンのルードルフ・ボーデの「リズムと身体教育」という本を読んだ。それは、彼に彼の道を示し、運動研究のためのリズムの理解が、ダルクローズでは初めか

ら間違っていたことが明らかになった。彼は、ボーデに、運動研究での明晰さを見出した。そして彼はボーデとともに、このような新しい領域を研究したいと思うようになった。もう何も彼をスペインに留めるものはなかった。彼は、ボーデのもとで、リズムカルな運動を学ぶためにドイツへ帰った。

ボーデ体操学校の卒業証書取得後、彼は、後に自分自身の学校を設立することができるように、さらに三年半ミュンヘン大学とベルリン大学で勉強した。

新しく展開されつつあった運動教育を、ヒンリヒ・メダウは、彼の師であるルードルフ・ボーデのもとで七年の間、講習、演技発表や講演の形で全ドイツに広めた。さらに、外国へも彼は招聘された。1928年に、彼は夏学期の間ニューヨークのコロンビア大学で授業を行った。そこで彼は偶然ボール体操への切っ掛けを得た。彼は、ネットボールをする学生たちの敏捷さと巧妙さとを興味深く観察した。結局彼もボールを手に取り、長時間練習した。しかし、彼はボールを籠の中に投げ入れるのではなく、全く別の運動を見つけ出した。そして彼は、ボールをもって動く、新しい可能性を発見した。

ドイツに帰った後、彼は師ボーデから離れ、1929年ベルリンに女体操教師のための私立の養成所を創設した。そこで、彼は同僚たちの助けを借りてボールを用いての体操の構築と整備を始めた。

しかし、それは彼の唯一の運動具に留まらなかった。こん棒は、彼がある女スポーツ教師からもらったのであったが、これが、彼の教材を豊かにする第二の手具になった。メダウと当時の研修セミナーの指導者、イルメラ・デブネルは、こん棒ではまだ研究していなかった。そして初めのうち、彼らはこのこん棒を体操に相応しくないと見なしていた。

メダウの依頼で、イルメラ・デブネルは再三この器具のために尽力した。そして、最終的には、彼らもこん棒の価値とその多様な利

用可能性に気づくことになった。

こん棒体操によって振動運動の研究が活発になり、それが有機的な全身運動教育のために大いに貢献した。これは、ヒンリヒ・メダウとイルメラ・デプネルの功績である。

第三の運動手具、これは「メダウの教授法」を特徴づけているのであるが、それは、輪である。「オリンピック競技大会」1936年ベルリンの時に、ヒンリヒ・メダウは、オリンピックの輪のシンボルを体操に使うという任務を授かった。そして、それが、輪の体操を育て上げる切っ掛けとなった。ずっと後になってからのことであったが、ゼンタ・メダウは、巧緻性や器用さのためのこの手具の多様性を見出し、姿勢練習や振動練習に活用した。

彼の妻ゼンタ・メダウと彼のアシスタント、イルメラ・デプネルやヘラ・トメンの主導のもとに、ヒンリヒ・メダウは、重要な基本運動の教材を増やしていった。ますます彼の名声は上がっていった。彼は、彼の教授法が女性教育のために適しているかどうか、常に彼の女性の同僚によって吟味させながら、それを作り上げていった。

ゼンタ・メダウは、メダウの研究を発展させるのに非常に貢献してきたのだが、1908年1月20日ベルリンに生まれた。彼女の母は、スウェーデン人であったので、彼女はスウェーデン体操とともに育った。美容体操やジュネープのダルクローズの所のリトミック、そして英語とフランス語の語学の勉強も、彼女の生涯にとって重要であった。ミュンヘンのボーデ体操学校で、彼女は五学期の養成の後、卒業試験を受けた。そして、1930年にベルリンのメダウ体操学校の共働者になった。1948年以來、メダウ体操学校の共同指導者である。

ヒンリヒ・メダウは、あらゆる方面からの新しい研究成果を彼の運動研究へ吸収する努力を決して止めなかった。そして、多くの医師たちや呼吸器専門家や音楽家たちが、彼を助けた。運動研究者や医師ヴァイネルト博士との出会いは、彼の研究を深めた。ヴァイネ

ルト博士は、すべての自然な動きは、ねじる運動であることを明らかにした。彼は、骨格や関節は、ねじれた形態をもち、有機的自然において蝶番関節はありえないと断言した。「歩く時は、常に脊柱に僅かなねじれが生じ、脚の前振りの際、それに応じて骨盤が前へ動く、そして胸郭はそれを補うように反対に振れる。」<sup>註1)</sup>

このような知見を、ヒンリヒ・メダウは彼の全研究に役立てた。

レオポルド・ベームとグラーフ・トゥンの二人は、動物の自然な運動から人間の自然な運動を研究していたのだが、メダウは彼らの研究からも重要な手掛かりを得た。同じように、バイオリンの名手、ジークフリート・エーベルハルトの著書『形態と抑制における身体』からの影響は、今なお彼の姿勢研究の中に認められる。

これらの重要な影響をメダウは1930-31年の間に多く受けた。

しかし彼の「教授法」に最も重要な影響を与えたのは、ミュンヘンの医師ヨハネス・ルートヴィヒ・シュミット医学博士であった。シュミット、フレドリケ・リヒター医学博士やゼンタ・メダウの長年の共同研究で、「メダウの体操」の基礎である「器官体操」は生まれた。

第二次世界大戦中の1944年にメダウの学校は爆撃を受けたが、ブレスラウ（ポーランド南西部の都市）に移り、そこで活動は続けられた。戦後、先ずフレンスブルク（デンマークに近いドイツ最北端の港湾都市）に、そして1954年9月にコーブルクに学校は移された。

### 「メダウの教授法」の基本とその考え方

女子体育の原理については、すでに数十年にわたり、いろいろな人々によって取り組まれてきた。そして、その際再三にわたり、技能志向の考え方が姿を現してきた。しかし、

スポーツの高成績をめぐる戦いは女性の本質に適さないという理由で、スポーツ技能、記録への志向は、女性の体育のための基本ではないといわれてきた。

ドイツにある二十の体操学校では、それぞれの方法で新しい女性に相応しい合理的な体育を求めて努力がなされてきた。

それらの中でも、ヒンリヒとゼンタ・メダウの「新しい体操」におけるそれは特に注目に値する。

メダウは、次のものを、彼の研究の目標に掲げている。

1. 健康
2. 美しい形態と姿勢
3. 目的に適った洗練された運動

「少女と女性のために健康、姿勢、目的に適った洗練された運動は最も高い価値であり、また合理的な食餌、個人的な清潔と養生、同様に日々の生活の衛生は密に体育に結びついていなければならない」<sup>註2)</sup>

これら三つの要求が満たされるならば、このような体育の方式を理想であるということができる。

正しい呼吸で行われる美しい運動は人間の成長や自己実現の完成の一部であることにヒンリヒ・メダウは気づいた。体操的、医療的領域では、呼吸と緊張緩和の課題が取り組まれる。それは、人々の運動教育や健康教育においても重要な問題である。それは、また、メダウがなぜ医療的に研究され科学的に根拠づけられた方法を彼の体操に取り上げ、彼の「教授法」の基礎としたかの理由でもある。

ゼンタ・メダウ自身は、ルートヴィヒ・シュミット博士とフレデリケ・リヒター博士の協力を得て、「メダウの教授法」では器官体操と呼ばれている体操を数年の年月をかけて発展させる。

「新しい体操」の教育課程は次のように分かれている。

1. 身体形成  
(器官体操——呼吸と姿勢の練習)

2. 運動形成  
(体操手具を補助として)

3. 一連の運動の構成  
(時間と空間との関係における基本運動)  
(フォークダンス、社交ダンス、少女のダンスといわれるもの等から、そのモチーフや一連のダンスの形成)

4. 運動技能  
上述のものを基本とし、「技能は目的ではなく成果である」<sup>註3)</sup>

## 1の身体形成について

メダウは、器官体操で呼吸と姿勢の練習による身体形成を行う。「私たちは、体操を、呼吸に影響を与える姿勢練習や運動練習と考える。特に、適切な伸展姿勢は、呼吸の押す波に、その力、大きさ、方向について持続的に影響を与える。その目標は、浄化、強壯、血行の改善、さらに総器官、血液循環、消化そして神経系や内分泌系の活性化である。」<sup>註4)</sup>

私たちの器官は、不完全な呼吸機能によって等閑にされている。それゆえ、もはやそれ程、機能的に有能ではなくなっている。確かに呼吸自体も、本来あるべきなようにと自然に努力している。損なわれていない呼吸機能は、内部器官の健康のための必須条件である。このような機能が、また全身の健康と生命の働きや力を支える。器官体操は、適切に負荷された持久的運動を設定することによって呼吸を深め、促し、そして、その器官が本来もっていたような自然でそれ独特のリズミカルな機能を身体を中心から甦らせる。

そして、このようなリズミカルな内的運動の感覚の体験は、人々の形態や運動に現れる。人々は硬直や抑制から自由になり、仕事中でもリラックスできるようになる。

器官体操で深められた呼吸によって、筋肉、腱、靭帯や関節の柔軟性が増し、それによって運動が楽になり、効果的になる。

## 2の運動形成について

運動形成は、メダウの「教授法」においても、歩く、走る、振る、跳ぶそして弾むの「基本運動」から始まる。「体操は、それ自体、対象を必要としない運動練習である。しかし、動かすことができる道具の使用は、それが注意深く選び抜かれ、その手具の形や運動の可能性が、体操の要素の基礎であったり、それを強化するようなものであれば、その道具の使用は価値があり、有用でありうる。」(ドイツ体操の「指導要領」より)

ヒンリヒ・メダウは、ボール、こん棒そして輪を、彼の体操に用いる。

彼の巧みな教育法を駆使して、彼はこれらの手具によって、運動の三つの基本的要素にたどり着く。機敏さ、器用さ、巧妙さである。

また彼は、手具の操作によって、正しい運動のための感覚を呼び覚まし、身体の中から運動を開始する練習をさせようとする。もしこれらの手具が有機的な運動を抑えたり、歪めたりするのでなく、補助して有機的な運動を向上させるのであれば、その時にはそれらは体操にとって大変価値がある。

## 3の一連の運動構成について

一般に「教授法」のクライマックスは、そのやり方に独特な一連の運動の構成にある。一連の運動構成は、個々の運動を互いに移行させながら繋ぎ合わせ、高め、そして整える。

「メダウの教授法」に特徴的であるのは、「音楽を伴う運動と音楽を伴う一連の運動構成」である。

リズムカルな体操においては、動きを強調することが特に重要になる。目に見えるような強調は、リズムカルな示範や一緒にリズムカルな練習をする中で見られる。聞き取れる強調は、拍手、指はじき、かけ声、歌、管弦楽器やピアノ等の運動伴奏の中にある。

メダウの「教授法」ではピアノの運動伴奏が際立っている。運動音楽は、単純な和音、短い独自のメロディーや民謡からのモチーフ

で即興的に演奏される。それは、できる限り単純にアクセントを強調することで運動を補助する。

「音楽と運動は、ひとつの振動へ溶け合い、もはやどちらが先にあるのか分からない程びったりと重なり合わされねばならない。運動の中に見えるようになる感情の動きが、音楽の中に聞き取れるようにならねばならない。音楽と運動は、互いに内的に振動し合い、互いを強め、互いを作り上げるようであればならない。」<sup>註5)</sup>

ボーデとは異なって、メダウは自分の「教授法」をリズム・音楽体操と名づける。それは、体操の異なった解釈からではなく、むしろ運動伴奏によって全人教育的方法的な助けとなるような音楽的なものをより強く強調しようとしたのである。

メダウは、彼の「教授法」の教材を体操教師の誰もが利用できるように、運動伴奏の方法を発展させた。

フォークダンスや社交ダンスは、少女のダンスとして行われたのだが、それらはメダウ独自の教材構成を豊かにする。

メダウは、これについて「多くの女性や少女たちはスポーツ技能や高い技能を求めず、それゆえダンスや音楽の領域でより心地よいと感じる。」と説明した。

## 4の運動技能について

この目標についても、ヒンリヒ・メダウは、女子教育にとって価値があるという。「技能ではなく、呼吸や形態や姿勢の教育そして運動教育の助けを借りて行われるあらゆる力の全面的な発展が必要である。」<sup>註6)</sup>

もし、運動技能がこのような基本から逸脱せずに発達するならば、それはまたすばらしいことである。

これら上述のことが、この「メダウの教授法」の重要な点である。

常に「生命は、全体でひとつの課題を設定

する。』<sup>注7)</sup>そこに、この有機的な体操は、貢献する。この体操は、「人間の全体性」を教育するものであるからである。

今日のこのストレス社会において、本当の解緊を人々に与えるように、「新しい体操」の研究者たちは、新しい人間の欲求を明らかにしなければならない。新しい人間に適合し続けるために、律動的・有機的体操もまた変化していかなければならないであろう。

「メダウの教授法」は、今日、体操界においては、模範的であると称賛されている。なぜなら、それが常に、律動的・有機的体操を教育方法的に発展させ、それを、さらに新たに作り上げたり、拡充したりできるようにする新しい可能性を提供するからである。

### 「律動的・有機的体操」の概念定義

ルードルフ・ボーデが定義した律動的・有機的体操は、何を意味するのか。

今日のような文明化した社会において、人々は人間の生命の不思議や淀みない呼吸の推移や内的な有機的運動にもはや何の畏敬の念をもたず、「生命の調和に伴う魂の調和」にも同様に畏敬の念をもたない。そして、彼らは人間の自然のままの動きの退化にも気づいていない。彼らは、身心の生気に満ちた健康について、また活力にあふれた生命力の維持や増進についても、もはや何も分かっていない。

リズム体操は、人々をこのような窮地から救い出し、自然で本来的な運動形態を再生させようとする。そもそも人間の自然な動きというものがあるのか。

自然界のすべての運動は正しく、誤った運動はない。従って、自分の自然な動きを再現するということは、人間に特有なことであるに違いない。

すでに博愛主義者たちは、自然な教育について述べていた。しかし、当時、体育授業において、あらゆる運動経過の様式化が行われ、それによって自然な教育はまたもや抑圧され

てしまったのである。

「新しい体操」の後継者たちは、人間の全体性に根づいている自然な動きの価値や本質を、真っ先に再び見出した。プイテンディークは、動きの自然性を、精神と身体との緊張関係に起因するものと見なす。「人間の本物の動き」<sup>注8)</sup>には、身心の緊張関係を伴う動きの自然性が必須である。メダウ学校の講師であるユタ・ホラー・フォン・デア・トレンクは、「新しい体操における自然性の概念」<sup>注9)</sup>について、「あらゆる自然な運動は、感覚に結びついた、目的にあった、全体的な、生き生きとしたものである。」と述べる。

体操は、まず第一に正しい経済的な動きのための感覚を、僅かな力の消費で可能な限り最良の成果へ導くような動きのための感覚を練習する。もしそのような運動を行うことができれば、この現代社会においても、私たちは自分自身になれる。

新しいことに適応することは、技術に資する機械の運動への適応でもあるだろう。あるいは、私たちの社会生活における適応ともなろう。もし器官の活動や身体内部の運動や淀みない呼吸のリズムや緊張したり解緊したりする筋肉が、一器官体操によって鍛えられたそれらすべてのものが一運動における心的なものとともに重なり合って作用するならば、運動は人間に独特でそれゆえに自然なものとして現れてくるであろう。

体操は、私たちを助け、再び自分たちの有機的で必要不可欠な、自然な運動を取り戻させる。

リズムの原理は、あらゆる有機的運動に結びついている。例えば、波は集まり、高まり、最大限の高まりになり、吹き出し、そして収まる。リズムは二つの特性をもつ。それは「流動的な質と、緊張と解緊の交代」である。

「リズムカルな生命は、繰り返されるよく似たしかし決して同じでないそれぞれの周期で起こる運動経過や機能経過の自然な分節である。」<sup>注10)</sup>

私たちは、季節や、同様に一日とか一週間の流れで、それに気づく。このように私たちは日々自分たちの中にそれを経験する。内的器官や呼吸循環や消化系や神経系や内分泌系等の機能は、リズムの原理に従って発揮される。

ルードルフ・ボーデ博士は、リズムの法則性を、彼の律動的・有機的運動学において人間の運動に転用した。それは、三つの局面に分節されている。

アウフタクト（上拍）

アクセント（強調）

アウスクラング（終結）

例えば、「振動は、他のあらゆるリズムカルな運動と同様、これらの三局面から成り立つ。振動には、準備動作、振り上げることがそれ自体の中に必要である。また、振動には、静かになること、アウスクラングがそれ自体の中に必要である。さらに、振動には、衝撃、アクセントがそれ自体の中に必要である。

アウフタクト、身構える動きは、大抵その振動とは反対の方向へなされる。連続的に振る時には、ひと振りは次の振りへ移行する。引き返す時点においても、運動の止まった瞬間はなく、どれを取っても運動はただ方向を変えるだけである。振動が終わると見えるその瞬間に、それは再び身構え用意される。引き返して、アウスクラングは、前の振りより短くなる。」<sup>註11)</sup>

アウフタクトは、本来、振動の主動作のアクセントへの準備にあたる場所であるが、アクセントと同様に重要である。「振動のこのような三局面性によって、強調、それはもちろんアクセントの上にあるのだが、その強調をずらし、それをアウフタクトの上あるいはアウスクラングの上へおくことができる。強調の変化のこのような可能性、およびアウフタクト—アクセント—アウスクラングの存在は、その運動ここではとりわけ振動が、どれだけ大きいか、リズムカルか、内的に活気があるかあるいはないかを知るひとつのより

確かな手掛かりとなる。」<sup>註12)</sup>

律動的・有機的体操は、このように活気に満ちた、新たに繰り返されるリズムカルなものとともにある。

「部分運動、部分に分離された身体運動は、有機体の統一を妨げる。有機的な運動は常に全身運動である。それは、常にその経過において流れるようにリズムカルで、常に生き生きとした活気があり、そしてそれは単純で自然に見える。これは、運動教育において実現されるべき最も基本的な課題であり、目標達成のための土台である。」<sup>註13)</sup>

もし、教育者がこのような課題をはっきりと自覚しているならば、彼もしくは彼女はそれを、ただ叩き込んで覚えさせるような運動教材とは決して取り違えないであろうし、律動的・有機的運動学の意義をよりよく理解するであろう。

## 結び

律動的・有機的運動学を、ヒンリヒ・メダウとゼンタ・メダウは、彼らのコープルクの体操学校で広めた。

メダウは、国際新体操連盟の会長であり、学術雑誌「体育」や「呼吸、マッサージ、ストレス解消、新しい体操」の著者でもある。彼の専門的能力や知識、彼の教育的経験や彼と彼の妻の人柄は、体操を総合的な教育制度の中に位置づけ、その価値の公認のために貢献した。

数多くの演技発表旅行、講演や講習会によって、彼の体操はドイツ国内を越えて広く有名になった。そして「新しい体操」の研究に大きな影響を与え、律動的・有機的体操のために総合的体育の中でその体操に相応しい場所を確保したことは、ヒンリヒ・メダウの功績であり、それは大いに称賛されるべきである。



## 原注

- 注1) Examensarbeit von G.Oberloskamp, Herbst 1964
- 注2) “Atem”, 5. Jahrgang Heft 2, S.13, 1963 (H. Medau)
- 注3) “Leibesübungen” 1958 Heft 7, S.4, Hinrich Medau
- 注4) “Leibesübungen” 1964 Heft 1, S.11, Hinrich Medau
- 注5) Medau-Roedenbeck, “Rhythmisch-musische Gymnastik” Wilhelm-Limpert-Verlag, S.41
- 注6) “Leibesübungen” 1958 Heft 7, S.4
- 注7) “Richtlinien der Deutschen Gymnastik” S.23
- 注8) “Terminologie”, H.Bernett, S.110
- 注9) “Leibesübungen” 1964 Heft 11, S.11
- 注10) “Wörterbuch der Pädagogik”, W.Hehlmann, Kröner-Verlag
- 注11) Medau-Roedenbeck, “Rhythmisch-musische Gymnastik” Wilhelm-Limpert-Verlag, S.84
- 注12) Medau-Roedenbeck, “Rhythmisch-musische Gymnastik” Wilhelm-Limpert-Verlag, S.84
- 注13) Medau-Roedenbeck, “Rhythmisch-musische Gymnastik” Wilhelm-Limpert-Verlag, S.37

## 引用・参考文献

- 1) Bode, R. (1923) Rhythmus und Körpererziehung. Eugen Diederichs Verlag : Jena
- 2) Bode, R. (1925) Das Lebendige in der Leibeserziehung. C.H.Beck'sche Verlagsbuchhandlung : München
- 3) Bode, R. (1933) Ausdrucksgymnastik. 5. Aufl. C.H.Beck'sche Verlagsbuchhandlung : München
- 4) Bode, R. (1953) Musik und Bewegung. 3. Aufl., W.Limpert Verlag : Frankfurt a.M.
- 5) Bode, R. (1957) Rhythmische Gymnastik. 2. Aufl., W.Limpert Verlag : Frankfurt a.M.
- 6) 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
- 7) Bode, W. (Hg.) (1972) Rudolf Bode — Leben und Werk. Festschrift des Bode-Bundes e.V. : München
- 8) Buytendijk, F.J.J. (1956) Allgemeine Theorie der menschlichen Haltung und Bewegung. Springer-Verlag : Berlin/Gttingen/Heidelberg
- 9) Diem, C. (1960) Weltgeschichte des Sports und der Leibeserziehung. J.G. Cotta'sche Buchhandlung Nachf. GmbH : Stuttgart
- 10) Holler-von der Trenck, J. (1969) Grundsätzliche Aufgabe und Möglichkeiten der Modernen Gymnastik. Leibesübungen 5 : S.11-14.
- 11) Holler-von der Trenck, J. (1969) Zur Didaktik und Methodik der Modernen Gymnastik — Lehrweise Medau. Leibesübungen 10 : S.8-11.
- 12) 板垣了平 (1975) 体操. ポプラ社 : 東京, pp.12-28. 36-42.
- 13) 板垣了平 (1990) 体操論. アイオーエム : 東京
- 14) 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.
- 15) Medau, H., Roedenbeck, E. (1954) Rhythmisch-musische Gymnastik. 2. Aufl. Wilhelm-Limpert : Frankfurt a.M.
- 16) Medau, H. (1958) Was ist moderne Gymnastik ?. Leibesübungen 7 : S.3-4.
- 17) Medau, H. (1964) Begegnung mit Dr. Johannes Ludwig Schmitt. Leibesübungen 1 : S.10-12.
- 18) Medau, H. (1964) Das Mädchenschulturnen in Bayern. Leibesübungen 11 : S.13-15.
- 19) Medau, H., Medau, S. und Holler-von der Trenck, J. (1967) Moderne Gymnastik — Lehrweise Medau. Verlag Pohl-Druckerei und Verlagsanstalt : Celle
- 20) Medau, H. (1967) Die Lehre der Gestaltung. In : Ausschluß Deutscher Leibeserzieher (Hrsg.) Die Gestaltung. Karl Hofmann : Schorndorf, S.195.

- 21) Medau, S. (1958) Die umgekehrte Stellung. Leibesübungen 4
- 22) Medau, S. (1961) Gedanken zur Organgymnastik. Leibesübungen 9
- 23) Rothenberg, G. (1965) Hinrich Medau zum 75.Geburtstag. Leibesübungen 5 : S.3-7.
- 24) Schmitt, J.L. (1956) Atemheilkunst. 3. Aufl. Hanns Georg Müller Verlag KG.: München u. Berlin
- 25) 菅井京子 (1989) メダウの体操体系における器官体操について. 大阪成蹊女子短期大学研究紀要 (No.26) : 大阪
- 26) 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
- 27) 滝沢かほる・板垣了平 (1982) 体操の課題に関する研究—メダウの体操体系における Bewegungsentwicklungと Bewegungsgestaltungについて. 日本体育学会第33回大会発表資料.
- 28) 滝沢かほる・板垣了平 (1992) 体操における姿勢教育について. 日本体育学会第43回大会発表資料.