

ことに発展してゆくものである。

素足で踊る舞踊のための身体運動の技術Ⅱ——肩と腕の動き——

堀 切 紋 子

序

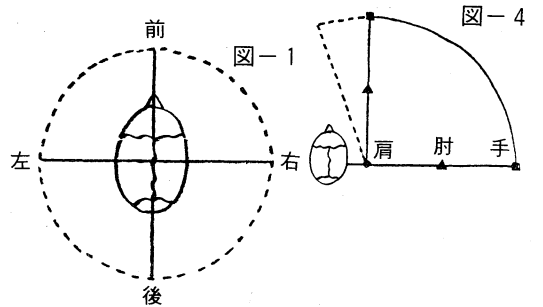
舞踊のための教授・指導・創作法は、身体的、精神的2面が考えられる。前者では、呼吸と動きの関連、立位・坐位・臥位のアラインメントを知ること、傷害の予防に通じるからだの正しい使い方を知ることなどに立脚して、からだの各部分がどのような動くかを知ることが重要な基本である。足と脚の動き（'91）に続き、起立位での素足で踊る舞踊のための身体運動の技術の第2として、肩と腕がどのように動き、また、どのような空間を動くことができるかを考察する。

本論

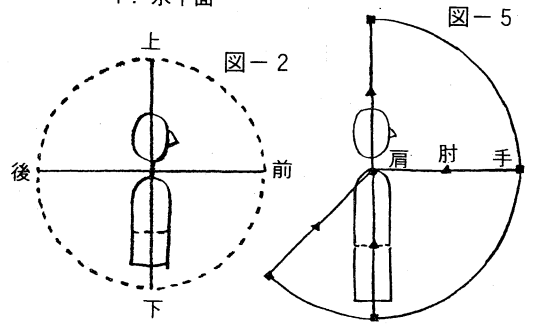
腕の動きは、舞踊のための身体運動としてたいへんに重要であり、肘や手指の動きが加わることによって非常に微妙で繊細な表現を生み出す。ここでは、起立位での腕の動きを肩関節の高さでの水平面（図-1）、矢状縫合面（図-2）、冠状縫合面（図-3）の3つの基本の面においてどのような方向に動くことが可能かをあきらかにする。水平面とはからだの上下方向軸を水平に区分する面を、同様に、矢状縫合面とは左右方向軸を、冠状縫合面とは前後方向軸を垂直に区分する面を言う。次に、それぞれの面で、両肩が冠状縫合面上にある状態での腕の動く範囲を表した。（図-4・5・6）これらの面で、前後、左右、上下の方向がどのように表れるかを理解することは、肩と腕の動きを知る上で重要である。さらに、腕の動きには「片腕で動く」、「両腕で動く」という2種があり、特に後者では「同じ方向に動く」、「反対の方向に動く」、「対称の方向に動く」という重層的な身体運動としての特徴がある。これらは3つの面の複合によって作られる8つの空間（図-7）すなわち「右と左の斜め前上方」、「右と左の斜め後上方」、「右と左の斜め前下方」、「右と左の斜め後下方」（いずれも肩の高さでの）を意識しての腕の動きを生み出し、からだを知覚させる身体運動の基本となる。

結

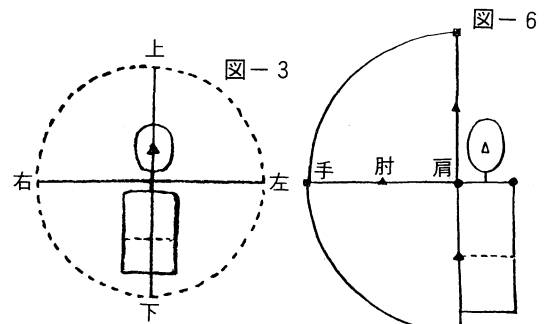
本報告では、両肩の位置を限定した上での腕の動きを表したが、体幹の動きを伴った場合にはより一層腕の動く範囲と方向は拡がり、優れた表現運動へと発展する。腕の動きは肩の動きと常に連動すると考えてよいが、肩の動きのみを独自に表すことも重要である。そして、「肩・腕」と「足・脚」の動きは上肢と下肢の動きの関連を追求する



1. 水平面



2. 矢状縫合面



3. 冠状縫合面

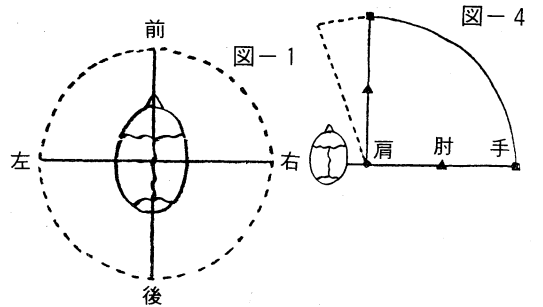


図-4

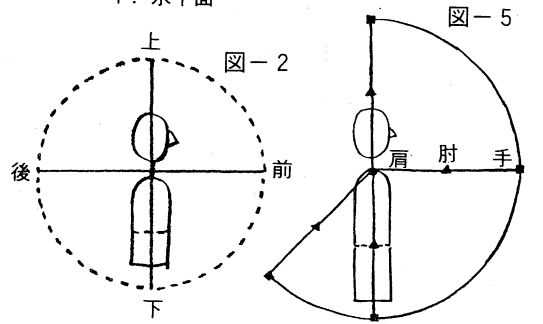


図-5

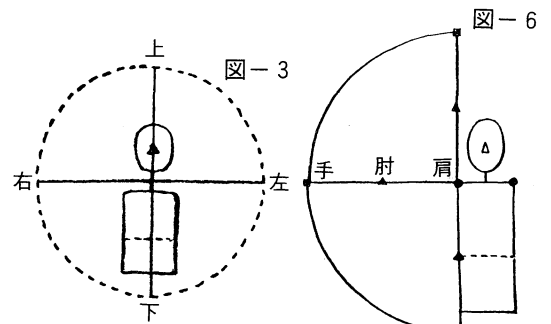


図-6

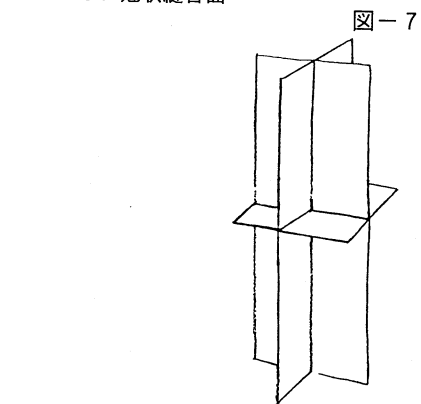


図-7