

クラシックバレエにおける股関節外旋動作の有効性 Effectiveness of Turnout in Classic Ballet

1K07A009-1
指導教員 主査 杉山 千鶴先生

飯田 あかね
副査 柳沢 修 先生

【目的および方法】

オックスフォードバレエダンス事典によると、バレエ・レッスンの基礎はプリエである(クレイン他:P461)。バレエ・レッスンとはクラシックバレエの正しい技法を身体に叩きこむものである。つまり、クラシックバレエの正しい技法を行うには、正しいプリエが不可欠であると言える。言い換えると、正しいプリエは全てのクラシックバレエの技法に繋がるとのことである。そこで本研究において、以下の仮説を立てた。『正しいターン・アウト動作を遂行することによって、正しいプリエが出来るとする。』本研究の目的は上記の仮説を証明し、クラシックバレエにおけるターン・アウト動作の有効性を明らかにすることである。

本研究の方法は以下の通りである。

①アンケート調査を、ターン・アウト動作に対する意識を調査する目的で行った。早稲田大学オープン教育センター保健体育科目「バレエ 基礎 01、02、03」クラスを対象に、約 100 名にアンケート調査を実施した。なお、この団体を調査対象とした理由は、基礎クラスでありながら、様々なキャリアの対象が存在するという理由である。

②実験を、キャリア毎のターン・アウト動作の精度について調査する目的で行った。被験者をクラシックバレエのキャリア別に4つのグループに分け、クラシックバレエの基本動作を行わせ、チェック項目についての検討を行った。なお検討については参考文献と著者自身のダンス経験(ジャズダンス歴 15 年、クラシックバレエ歴6年)を基に行った。

【結果および考察】

①アンケート調査を早稲田大学オープン教育センター保健体育科目「バレエ 基礎01、02、03」クラスの受講者約 100 名を対象として、ターン・アウト動作に対する意識、および効果を調査する目的で行った。これは、ターン・アウト動作はクラシックバレエの基礎であり、キャリアが長いダンサーほど、ターン・アウト動作に対しより高い意識を持っているだろうという仮定に基づいている。

その結果、クラシックバレエ熟練者の方が初心者に比べ、よりターン・アウト動作に対する意識が高く、またその効果も実感しているということが分かった。また、キャリアが長い者ほど、腹部や殿部と言った、体幹部に近い部位を意識しており、キャリア短くなるほど腿など脚に近い部位を直接的に意識していることが分かった。

②アンケート調査の結果を踏まえ、より深くターン・アウト動作の有効性を検証すべく、実験を実施した。実験の方法としては、アンケート調査におけるクラシックバレエ経験別の4つの群において、クラシックバレエの基本動作である1番プリエ、左右の5番プリエ、左右のパスセを行わせ、正面と真横からのビデオ撮影を行い、設置したチェック項目について減点方式で検討を行った。チェック項目については以下の8つを設定した。①膝と①つま先の向きは同じか、②殿部が突き出されていないか、③上体が前傾していないか、④左右のバランスは均等か、⑤踵の向き、⑥膝の揺れ、⑦骨盤、⑧キープの8つである。これらのチェック項目について、実験の際に用いた動作を7つに分け、31点満点からの減点方式で各項目について検討するものとした。

その結果、クラシックバレエのキャリアが長いほど、より正しいターン・アウト動作を遂行していると分かった。クラシックバレエのキャリアが長いということは、技法がより身につけており、技術的にも高度なものを身に付けていると思われる。そうした被験者ほど正しいターン・アウト動作が遂行出来ているということは、ターン・アウト動作がクラシックバレエにおいて高度なテクニック等を行う上で必要とされる技法であると言える。

【結論】

アンケート調査と実験の結果から、クラシックバレエのキャリアが長い程、ターン・アウト動作に対する意識と効果を実感しており、実際にクラシックバレエの動作を行う際も、より正しいターン・アウト動作を遂行出来ているということが分かった。

これによりキャリアが長いほど、より正しいプリエを行っていると考えられるので、正しいターン・アウト動作を遂行することによって、より正しいプリエが行えていると言える。よって、本研究の仮定である、正しいターン・アウト動作を遂行することによって、正しいプリエが出来るということがここに明らかになった。

また、観客にエネルギーを届けるという意識と、実際に高度なテクニックを行うという2つの意味で、ターン・アウト動作はクラシックバレエにおいて非常に有効な動作だと言えるだろう。