

こども向けワークショップ
学校公演
教員向けワークショップ

ご案内



インプロで大笑いしながら、「こころ」と「ちから」を育てましょう！

株式会社インプロジャパン

本社 〒101-0052 東京都千代田区神田小川町3-9-2
電話 03-3291-1626 ファックス 03-3291-8123
スタジオ 〒101-0032 東京都千代田区岩本町3-9-1
電話・ファックス 03-3865-0481
info@improjapan.co.jp <http://www.improjapan.co.jp>

インプロとは、即興劇のことです。

インプロとは、即興劇のことです。

台本や打ち合わせが一切なく、その瞬間に浮かんだアイデアを表現しながら一つの芝居を創っていきます。表現力はもちろん、共感力、発想力、集中力などがなければ、創り上げることはできません。インプロ・ワークショップでは、その能力をアップさせていくための短いゲームを次々と体験していきます。

アイコンタクトをしないとできないゲーム。
相手の感情や言葉をしっかりと受け止めないと、進められないゲーム。
全員で協力してひとつのお話を創り上げるゲーム。

大笑いしながら参加するだけで、否応なしに自分を表現する方法と、他者との関わり方を凝縮して学ぶことができます。
即興劇と聞くと「演劇は難しそう」とおっしゃる方が時々います。
しかし、インプロのワークショップには演劇の経験はいっさい必要ありません。
人前に立ったことがなくても、無理なく出来るように、簡単なゲームから順番にプログラムされています。
参加者は自然に夢中になって参加していきます。

私たちの毎日にも台本はありません。
それを考えれば、即興劇をうまく進めるためのスキルが日常生活にも役にたつということはすぐにご理解頂けるとおもいます。

インプロジャパンの取り組み

1. **インプロジャパンスタジオでのキッズコースの開催**
インプロジャパンスタジオで定期的に関講しています。
2. **出張ワークショップ:小中高校生対象**
【実施例】
 - ・青鳥養護学校表現活動部
 - ・教育支援協会千葉支部
 - ・聖望学園高等学校
3. **出張ワークショップ:先生方対象**
【実施例】
 - ・茨城県教育研修センター
 - ・ウィザス高等学校
 - ・インターカルト日本語学校
4. **出張ワークショップ:NPOや任意団体等、教育関係の諸団体**
【実施例】
 - ・こども国連環境会議推進協会
 - ・NPO法人育て上げネット
 - ・さいたま市PTA協議会
 - ・神奈川県青少年センター
 - ・日本の次世代リーダー養成塾
5. **演劇鑑賞会等への出張公演**
【実施例】
 - ・大田区立新宿小学校
6. **メディア・ブログ・メールマガジン・出版物・イベントによる情報発信や啓蒙活動**
【実施例】
 - ・NHK教育テレビ「シャキーン」監修・出演
 - ・「生涯学習フェスティバル・まなびピア」(2005/2006年) 出展
 - ・世田谷ものづくり学校「KIDS IN SUMMER 2007」WS出展
7. **その他**
インプロジャパンでは、未来を担う子ども達のために、インプロを通じてできる限りのことをしたいと考えています。上記のような公演・ワークショップに限らず、インプロに関する取り組みを検討されている際は、ぜひお気軽にお問い合わせください。

児童・学生向けワークショップ

すべての子どもの中には無限の可能性が
あります。子どもをお持ちの方、子どもに
かかわるお仕事をしていらっしゃる方なら、
毎日体験していらっしゃるのだと思います。
そんな子ども達の中に眠っている「無限の
可能性」を引き出す方法のひとつがインプ
ロです。
子ども達の中にはすでにさまざまな力が
あるのです。



わたしたち大人は、ただその力に気づかせ、引き出してあげればいだけなのです。
インプロを通じて、子ども達の学ぶ意欲、生きる強さをもっと高めてあげませんか？

ワークショップは様々なゲームで構成されています。
アイコンタクトをしないとできないゲーム。
相手の感情や言葉をしっかりと受け止めないと、進められないゲーム。
全員で協力してひとつのお話を創り上げるゲーム。
大笑いしながら参加するだけで、さまざまな力が身についていきます。



～ 小学生の声 ～

- みんなで、形をつくるゲームが楽しかった。
「運動会」のシーンで、ぼくが手を上げてまっすぐ
立っていたら、みんながぼくを玉入れのカゴに
してくれて、うれしかった。
- あっという間で、まだやりたい！
ジャングルの中で、色んな動物と会って、
冒険ができたのが楽しかった。

～ 中高生の声 ～

- 相手を否定していたり、またイエスマンになって
いては、自分自身も楽しくないが、相手を受け入れ、
そこから自分を伝えていくことを、お互いが繰り返す
ことで、こんなにコミュニケーションが楽しくなると
思わなかった。

～ 保護者の声 ～

- うちの子は、自分の意見をなかなか
言えませんが、インプロの後、自分か
ら「楽しかった！またやりたい」と言っ
てきました。インプロで、受け入れても
らう喜びを体感し、発信する自信に繋
がったのかもしれない。



児童・学生向けインプロワークショップで養われる 6つの「I」

Interaction 関わり合い

つついコンピュータゲームに夢中になってしまいがちな毎日ですが、インプロのワークショップで、友達と遊ぶ本当の楽しさ・大切さを味わい、関わり、伝えていくことの楽しさを知ることができます。

Imagination 想像

ストーリーはすべて自分たちで作ります。目に見えないもの、想像の世界を作り出す力が引き出されていきます。そして、物語への想像だけではなく、他者の気持ちを想像していく力も養われていきます。

Intense 集中

ストーリーは瞬時に変化していきます。その瞬間を捉えていくことで、自然と集中力が養われます。誰かの話を聞くこと、目の前の状況をじっくり見ることへの積極的な姿勢が見られるでしょう。



「瞬間」に集中することによって、様々な力が伸びていきます。

Intelligence 思考

インプロにはマニュアルがありません。(どんな登場人物がいいかな？)(次にお話はどうなるだろう？)自分の頭で考え、行動することで思考力も強化されていきます。

Improvement 成長

自分でアイデアを出し、物語をすすめていく体験を重ねることで、「成長したい」という気持ちが、湧いてくるでしょう。日常の行動力・達成力も高まっていきます。

Interest 興味

「瞬間」に集中するゲームを繰り返し行うことで、外部の物事に対する興味、好奇心が自然と身について行きます。自分が知らないこと、新しい発見への意欲がわいてきます。

学校公演



観客の皆様から頂いた言葉やエピソードなどをきっかけに物語は始まり、その場で台本のないお芝居を創っていきます。また、お芝居だけでなく音楽も即興。時に歌やダンスが始まり、まさしくその瞬間にしか味わえない感動と出会うエンターテインメントです。時には、観客が舞台上がることも、時には会場全体が舞台になることも！

舞台上にジャングルが見えてきた！
(小3・N君)

インプロには豪華な舞台セットはありません。なぜなら、役者の演技と観客の**想像力**がセットを作り出すからです。「見えないものを想像して、“見る”」ことで、子ども達の**感性や感受性**がどんどん豊かになっていきます。

劇ってみんなで作るものなんだと思った。
(小4・Wさん)

即興で作られるインプロは、子ども達のアイデアがすぐに形になって現れます。子ども達に舞台上がってもらい**一緒に演じたり**、客席を舞台に見立てて演じることもあります。観るだけの演劇ではなく、**参加する演劇**なのです。

インプロは子どものあらゆる可能性と出会えます！

台本がない、次に何が起こるか分からないインプロでは、役者同士の**協力しあい助け合う**気持ち、何よりも大切です。子ども達は、それを見ることで自然と**人と関わる楽しさ**を感じるのです。

“魔法使い”と私が言ったら、すぐにそのお話になってうれしかった。
(小1・Oさん)

即興といっても、決してドタバタ劇ではありません。台本があるお芝居と変わらないくらい、起承転結のある**感動的なお話**が出来上がります。目の前でお話が出来上がっていく感動とともに、さまざまメッセージが子供たちに残ることでしょう。

台本がないのにお話できてすごいと思った。
(小6・K君)

教員向けワークショップ(1)

画一教育からの脱却を背景に、教員は今まで求められてきた教員像に加え、多様化する子ども達、社会の状況を瞬時に察し対応する問題解決能力が求められるようになりました。

教育の現場に潜むあらゆる問題は、マニュアルや指導書だけで解決する事はできません。なぜなら、相手が生身の子どもだからです。



個性ある子ども達の周りに潜む問題を解決する上で、一番大切なこと、それはその問題を受け止めることです。

目を背けて解決は不可能なのです。ただ、受け止めるだけでは今度は先生が倒れてしまいます。教員だって人間なのですから、メモリーが一杯になればパンクしてしまうのは当たり前なのです。

多様化する子ども達の問題を受け止めそして最善の形でアウトプットする力、それこそが問題解決能力なのです。そして、教員側としてもこの力により溜め込む事がなくなり、まさに「Win-Win」の関係が成り立つわけです。

否定から入らない「イエスアンド」は、マニュアル通りでない子ども達の問題を正面から受け止め、前に発展させる為の最も効果的なスキルと言えます。

～ 受講された先生方の声 ～

- ・普段、子どもは色々な反応をしてくる。果たして、自分はその反応に対して、アンドで返してあげているだろうか・・・と自分を考えさせられた。
これからは、彼らの反応に対して、きちんと返していきたい。(女性・30代・小学校教諭)
- ・相手のアイデアを受け入れることは大事だということは分かっていたが、今まで自分は形だけで受け入れており、実際は斜に構えていたんだと思った。
今回ゲームを通して、今まで自分が相手のアイデアを受け止めていた時と違う感覚がした。
今までいかに本当の意味で相手のアイデアを受け入れていなかったんだと感じ、やっている最中、過去の子供達への自分の行動がどんどんフラッシュバックされてきた。
今日から自分は今までとは変わります。まずは相手を受け入れていきたい。(男性・30代・中学校教諭)
- ・生徒と先生という関係の中で、常に私が引っ張るで生徒がついてくるになっていたと思う。
生徒達が私を引っ張る場面もあるはずなのに、今まで彼らにその場を与えてきたらどうかと思った。
(女性・30代・養護学校教諭)

教員向けワークショップ(2)

入門プログラム例(90分)

人数 6人-20人

■ウォーミングアップゲーム 20分

- ・ストレッチ
- ・ミーティンググリーティング
- ・ボールゲーム 他
- * フォーカスを相手に移す、相手をよく観察する

■コミュニケーションゲーム 45分

- ・共通点探し
- ・ナイフとフォーク
- ※フォーカスの共有、共通の目的を持つ、大人数での役割の確認、体から来る発想力
- ・ワンワード
- ※よく聞き、共通の目的をもつ、協力
- ・否定肯定
- ※否定される場合と肯定される場合の感じ方の違いを再確認する 他

■パフォーマンスゲーム 25分

- ・イエスアンド
- ※受け入れる。イメージの共有、発想力、想像力
- ・シーン作り 他

※プログラムは無料でカスタマイズしておりますので、独自のご要望をお持ちのお客様はお気軽にお問い合わせください。

※入門プログラムを受講頂いた後には目的に応じた様々なコースをご用意しています。継続して受講することで、よりそれぞれの能力が高まっていきます。

インプロゲームのご紹介

世界中のインプロヴァイザー(即興劇を専門に演じる役者)が、即興で物語を創り上げていくスキルの向上を目的とした「ゲーム」を日々開発し続けています。

ここでは、インプロのゲームの一部をご紹介します。他にも300以上のゲームがあり、インプロジャパンでも、日々新しいゲームを開発しております。担当のインストラクターが、受講生の方々の目的や状況に応じて、ゲームを選択し、プログラムいたします。

【ナイフとフォーク】

今から言う物の形を作ってください！

吊り橋！
10,9,8,7,...



10秒間で全員であるモノの形を作ります。(人数は様々です)言葉を使ってはいけません。

インストラクターがカウントダウンします。

吊り橋に見えるかなあ！？



「東京タワー！」「社長のイス！」「空港のロビー！」等次々に作っていきます。

限られた時間の中で、言葉に頼らないコミュニケーションを体感できます。チームの中での自分の役割を見つける力も自然とついていきます。

【ワンワード】

ある国に

昔むかし、



きれいな

10人前後で輪になります(人数は様々です)

1人1文節ずつ、物語を作っていきます。

他の人のアイデアをきちんと受け入れるのがポイントです。

自分の番になるまで、どんな風にストーリーが変化していくかわかりません。お互いのアイデアを受け入れながら、チームが向かおうとしている方向に自然と全員が集中していくようになります。

【ご参考】書籍／メディアでの紹介事例

【書籍】



『インプロシンキング』
ダイヤモンド社刊(インプロ・ジャパン)
誰かの言葉、新しい出来事、そして自分自身のアイデア——その全てを瞬間的に受け入れ、即興的に反応することを始めたとき、私たちの中の眠っていた感覚が動き出します。



『インプロであなたも「本番に強い人」になれる』
フォレスト出版刊(インプロジャパン)
事前準備やリハーサルまったくなしの状態ですべてが即断・即決だけで成り立つ即興芝居、インプロから生まれた「本番に強くなる」ための本です。



『楽しい仕事 なぜ働いても達成感がないのか 明日からやる気がわき出る心理学』
プレジデント社刊
インプロジャパン秋山桃里による「変化対応力を高めるインプロ・シンキングとは」が収録されています。

【新聞・雑誌】

- ・ 日経産業新聞「即興劇ゲームで機転鍛える」
- ・ 読売新聞「即興劇で営業力アップ」
- ・ 読売新聞「先読めない」時代にピッタリ！？
「即興」劇団が大集合
- ・ プレジデント「変化対応力を高めるインプロシンキングとは」
- ・ Big Tomorrow「考えない発想法トレーニング」
- ・ ダ・カーポ「即興劇の発想・思考法で自分が変わる」
- ・ ビジスタ「ステージからのヒント」 等



【テレビ・ラジオ】

- ・ 「EZ! TV」(フジテレビ)
- ・ 「シャキーン」(NHK教育テレビ)
- ・ 「おはよう日本」(NHK)
- ・ 「ワールドビジネスサテライト」(テレビ東京)
- ・ 「ラジオ・あさいちばん」(NHK) 等