

日時 平成30年 10月14日(日) 13:00~16:30

場所 お茶の水女子大学附属小学校 体育館

参加者 報告者 11名 報告者以外 11名 計 22名

報告内容

13:00 会長挨拶
ストレッチ(笠井)

13:10 「リズムウォームアップ」(栗原:小学校の実践)

○4人組 順番を決めて、リーダーに続け。曲の雰囲気、イメージに合わせて自由に踊る。
曲ごとに交代し、曲終わりはポーズ。

サンバ、ハワイアン、ヒップホップ、アフリカン、ワルツ、盆踊り、現代音楽風(?…!) カントリー
カントリーの最後は、全チームで円になって手をつなぎギャロップで回る。

○小3での実践 各曲で思いつくイメージを紹介。

2回目は、自分の思いついたイメージをみんなに伝えてから踊る。

13:30 「運動会ダンス」(若松 塩崎 佐藤文:幼稚園での取り組み)

○解説(若松) 一般的な幼稚園の運動会は、「見映え良く、揃っている」出し物をする事で、募集対策になっている。そのため、毎年同じ曲であり、表現を取り上げることは少ない。(保育園はそうでもないところもあるが) 3歳児は、模倣や手遊び、何か面白いと思うものになりきって動く。5歳児になると何かを表わそうとする意識が生まれてくる。ひまわり幼稚園では、生活や保育、遊びの中から動きを見つけて、運動会の発表につなげている。

○実践報告(塩崎)

今回の取り組みのテーマは「応援」 何を応援するか、みんなの将来の夢を応援する。

- ・みんなで「将来なりたいもの」をブレスト。
- ・みんなのなりたいものを、運動会で見ている人に伝わるように動きでみせよう。
- ・みんなの出した夢はどんな感じ? …座って、パン屋さんや野球選手をちょっとやってみる。
- ・立って、太鼓の合図で次々に色々な仕事をやってみよう。パン屋さんは、パンになってもいいし、花屋さんの花になってもいい。

○いろいろな仕事をやった後、3人組。相談して、どれか一つを取り上げる。ほかのお友達の仕事になっても、応援するつもりで一緒に動こう。⇒ しばらく相談、練習

○一度、全チームで先生に見せて、運動会用に構成する。

- ・始まり:壁ベッタンから始めるよ(全員、壁に張り付いたところから)
- ・曲に合わせて行進して入ってきたら、チームごとに前に1列に整列、そのあとそれぞれの場所へ行って順に踊る。一連のダンスとして見せていくために、前のチームの終わりに被り気味に次のチームに。
(今回の報告で取り上げた仕事:宇宙飛行士・ファッションモデル・バスの運転手・パン屋さん)
- ・全員で踊る場面を加えて、全体構成とする。

○一つの仕事に対して、色々な動きのバリエーションをヒントとして伝え、動きを広げてあげるとよい。

各チームでの練習1h、全員ダンスの練習1h、通しての全体練習1h 程度で仕上がる。

踊る際の約束事

- ・大きく はっきり 思い切り
- ・音を感じて どんなイメージ
どんな動き どんどん見つけて
すぐ動こう

14:00 「Welcome to TOKYOーフープを使って運動会作品へ」(浅川 杉山: 小学校での実践)

○二人組 フープでどんな動きができるか、遊んでみる。 ⇒ 4人組を作る

○作品構成

木遣り～1番サビ前 フープを持ったり、回したり、くぐったりのダンス

サビ 路佳先生振り付けのダンス

間奏 8×4 4人組で色とりどりの花が咲くイメージで創作 フープの面白い使い方を工夫
2番 繰り返し

間奏 8×6 (さくら～) 8人組になって、オリンピックのイメージで創作 ラストは五輪になる
この後のサビ×二回はこれから

○協議

- ・フープは五輪のマークのイメージがよく出るし、色々な使い方ができて、曲にもあっていてよい。
- ・使っていない手具を置いたり拾う動作、置いた手具の位置なども構成に組み込めると良い。
- ・カウントに「手具を置く」「前の動作から次の動きへの準備」などが含まれていないのでちょっとバタバタする。
- ・サビの部分は持って踊ってもいいし、逆に、持たずに踊る部分があってもよい。
- ・止まっている子がいてよい。その間は、フープを管理しながらポーズするなどさせても。

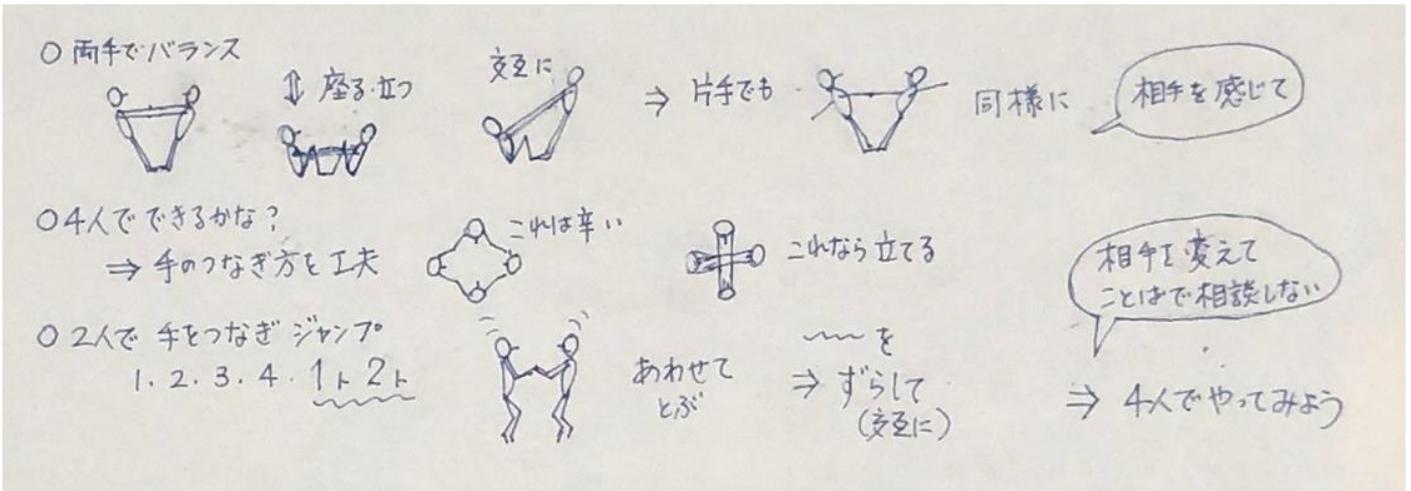
WELCOME to TOKYO 小学校フラフープを使って運動会		浅川 杉山
	歌詞	動き
	木遣	力強いポーズ 8 前に向き直る 8 その場でバウンドし右にステップ 8 その場でバウンドし左にステップ 8 背中にフラフープを背負って回転 (手裏剣回転)
0:35	空が 明けてゆく 朝日 浴びながら 風をかんじて	8 右手に輪を持って前へ歩く (上にあげながら) 8 左手に持ち替えて後ろへ下がる 8 輪を肩にかけてもって走る (その場) 8 右手前 右足前決めポーズ 3回足踏む
0:51	今日が 昨日より もっと 近づいて 走れ 前を向いて	8 輪を頭の上へ 8 手をたたいて輪を落とし、手を横にゆっくり開く 8 輪から跳びだして 走る 8 右手前 右足前決めポーズ 3回足踏む (後ろ向き)
1:04	あなたと手を つなぐために あなたと笑い合うために 迷い捨てて 勇気出して 叫ぶ WELCOME TOKYO	8 右手 左手 落ちたフープを拾ってから 中央で手を合わせる (4人組位) 8 4人で音に合わせて回る 8 2で中心に集まって2で押し合ってはじめて2人フラフープ用意 8 WELCOME TOKYO に合わせて2つの輪から跳びだす
1:21	あざやかに 花開け 色とりどりの花よ(セヤセヤセヤセヤ) 咲き抜ける 風になびいて 咲き乱る 花々 (路佳先生の振付で)	バーグー バーグー チョコキグー チョキグー バーグー クロス 回転 ソイヤ ソイヤ ソイヤ ソイヤ ジャンプしてボックスステップ×2 ソイヤ ソイヤ ソイヤ ソイヤ 右パンチ 左パンチ
1:36	間奏 8×4	色とりどりの花開くイメージで創作

14:45 「体づくり運動—あなたと私と〇〇と」(中村な:中学校での実践)

○相手の動きを見て、感じ合って動く。

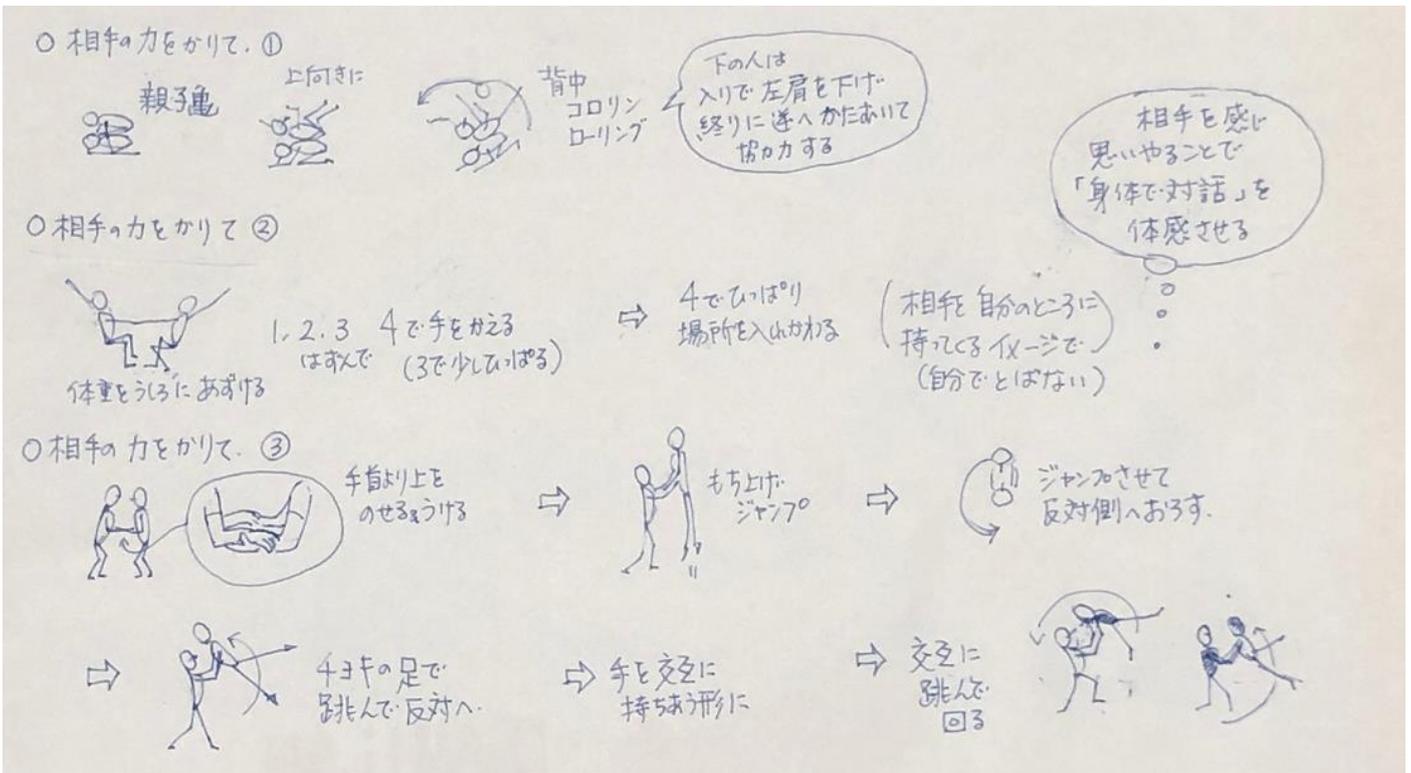
○手遊びで 拍手4つ 上下上下 (片手ずつ受けと伏せでたたき合う)

拍手4つ 手を縦に並べて



15:00 「コンタクトインプロビゼーション—二人の力で」(君和田:中学校での実践)

一人ではできないけれど、二人ならできることがある。相手を感じ、相手の力を借りてやってみよう。



※1年生の初めなどの、アイスブレイクにも良さそう。

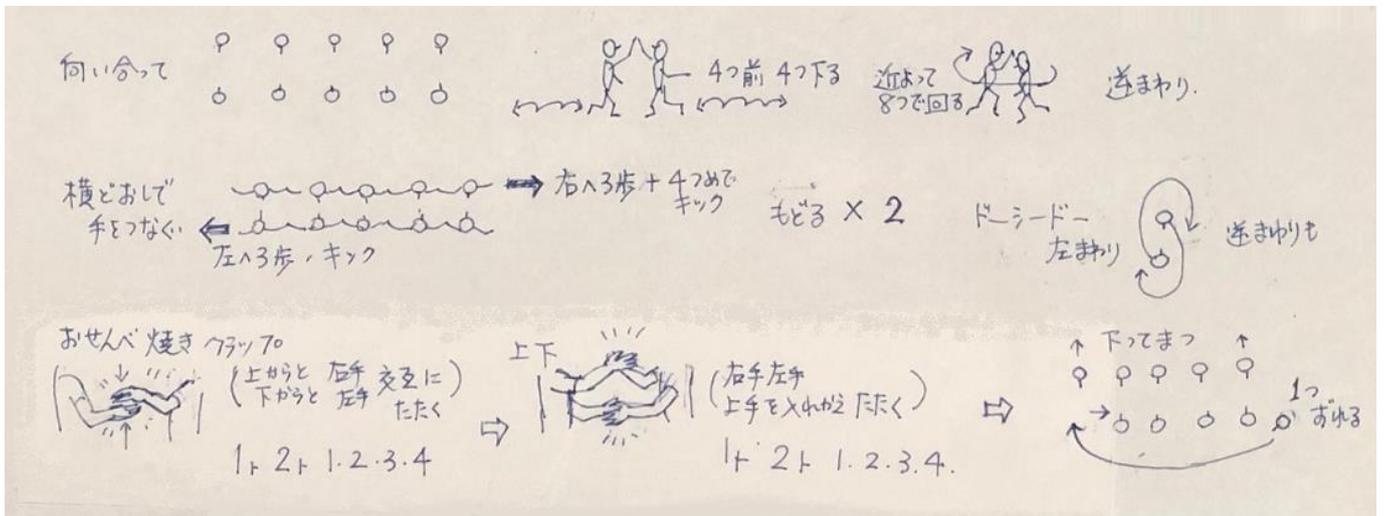
15 : 35 「かんしょ踊り」(笠井：大学での実践)

- ・福島(会津磐梯山近辺)の民舞。農民同士の交流の少ない農村で、男女の出会いの場として踊られた盆踊り。
- ・輪で踊るのではなく、単純な動きの繰り返して、自由に好きなところへ移動しながら、気に入った相手に声をかけたりしながら踊る。高揚感のある民舞。
- ・決まった振りはあるものの、手の上げ具合やステップなども、アレンジしてよい自由度がある。
- ・みんなでワ〜っと踊り、繰り返によりトランスに入り、盛り上がる。
- ・曲初めから14拍数えて踊り出す。



16 : 05 「ムーブメントふろしき」(笠原 飯島典：生涯スポーツ部)

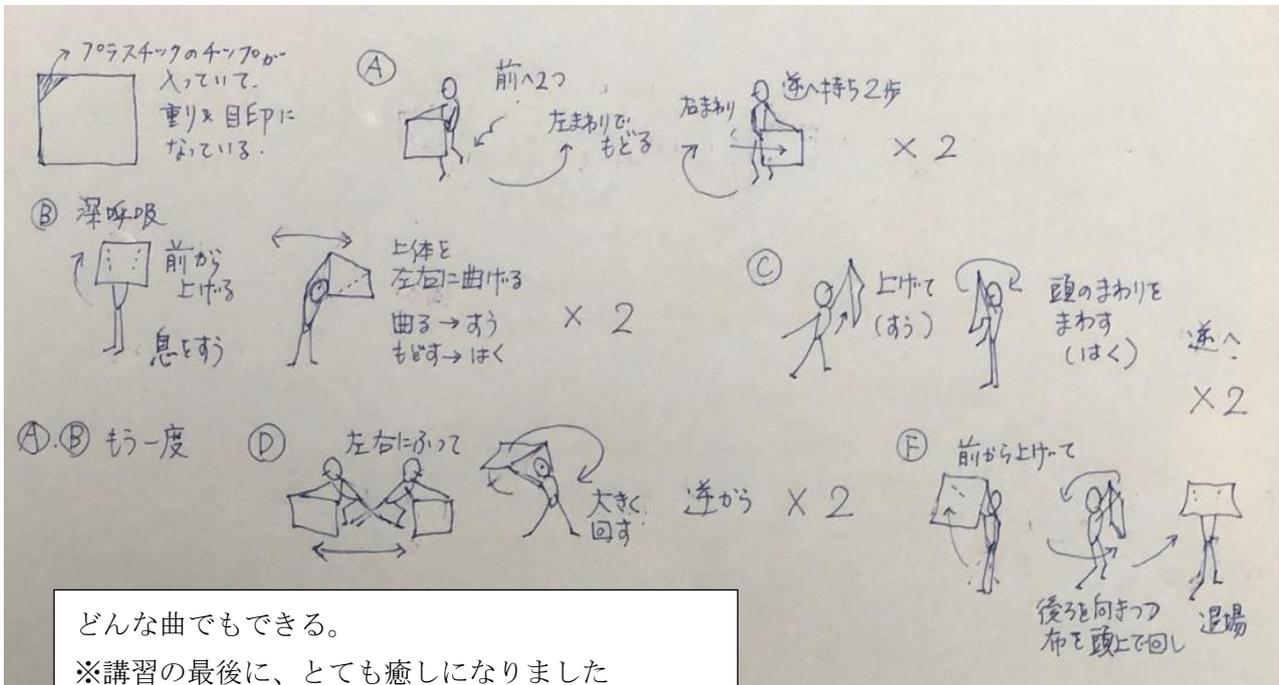
①75歳以上のお年寄り向けのレクダンス。簡単な動きで楽しく踊ります。



②ムーブメントふろしき

ふろしきを使って、背筋を伸ばし、深い呼吸とともにゆったりと踊る。

加齢とともに動きにくくなる部位(肘が伸びない、肩が上がらない、猫背になる)などを改善する。



16:35 まとめ (布施)

今年度は、「知らなかった材料」をたくさん出してもらって、大変有意義だった。

今回の実践を、自分自身で、自分の学校や指導相手にどのように活用できるか、どうアレンジするかを考えて取り入れていっていただきたいと思う。

※実践を報告してくださった皆様、準備からお疲れ様でした。ありがとうございました。

今回の実践報告で出された意見などを参考に、来年の夏の講習会までブラッシュアップしてまいりましょう。

※小学校(浅川、杉山)、中学校(中村な、君和田) 各先生方の資料が紙ベースで配布されました。

必要な方は、直接先生方にご依頼ください。