

## ダンス振付シート

はじめの「イントロ」と、もうひとつのパートに〇〇踊りをミックスしよう!!!

順番	1	2	3	4	5	6	7
区分	イントロ	サイドステップ(ダブル)	サイドステップ(シングル)	4ステップ「イエイ！」 左右へ2回ずつ		両手両足開いて ジャンプポイント&しゃがむ 2回くりかえす	
動きの長さ	32カウント	8カウント	8カウント	8カウント	8カウント	8カウント	8カウント
〇〇踊りを入れる箇所に ★印をいれよう!	★						

順番	8	9	10	11	12	13
区分	両手両足左右に振る 2回くりかえす		うでぐるぐる(左右) 左右へ2回くりかえす		タッチから最後のポーズまで	
動きの長さ	8カウント	8カウント	8カウント	8カウント	8カウント	8カウント
〇〇踊りを入れる箇所に ★印をいれよう!						

「〇〇踊り」と「リズムダンス」のミックス チャレンジその1.

チームで話し合いをして、地域の方に教えていただいた「〇〇踊り」をリズムダンスにミックスするパートを考えてみましょう!

「〇〇踊り」と「リズムダンス」のミックス チャレンジその2.

どのパートに「〇〇踊り」を入れるかを決めたら、みんなでミックスしたダンスを踊ることが出来るように練習しよう!

「〇〇踊り」と「リズムダンス」のミックス チャレンジその3.

チームで決めポーズ、立ち位置も考えてリズムダンスと〇〇踊りのミックスを完成しよう!

### 【掛け声リーダーの役割】

掛け声リーダーは、「〇〇踊り」を入れる直前に「せーの!」と掛け声を出しましょう。リズムダンスの動きは、「いち、に、さん、し、ご、ろく、しち、はち」の8カウントずつの動きで作られています。

「〇〇踊り」を入れる前の8カウントでは、「いち、に、さん、し、ご、ろく、せー、の」というふうに、「しち」と「はち」を「せーの」に言い換えてカウントを数えましょう。

そうすることで、チームのみんなが「〇〇踊り」をミックスしやすくなります。