

2. 曲の構成と曲想にあわせた動きづくり

〈リズムダンスを作るポイント〉

- 1 知っている曲でリズムに乗りやすい
- 2 自然に動ける（体が動いてしまうような）曲
- 3 振り付けが覚えやすい
- 4 友達とかかわり合いの楽しさがある

リズムダンスを作る（振り付けをする）作業を難しく考える必要はありません。子ども達と楽しみながら、作れるとよいと思います。

①曲の構成を把握し、作品の構成を考える

- 曲から、作品・動きのイメージを持つ
- 曲のカウントをとり、大まかな構成を考える
- 歌詞を見ながらカウントをとると、曲の構成が把握しやすく作品の構成が考えやすい
歌詞を見てカウントをとる
- 繰り返しの曲の部分は同じ動きが、わかりやすく踊りやすい
- 隊形も考え、間奏など移動に使うなど、大まかな構成を考える
- 変化のある構成になるように工夫する

同じ動きでも、人数や隊形を変えると変化のある構成になる。

・全員で一緒に動く ・バラバラに動く ・グループで動く ・2人組で動く

②曲想にあわせた動きづくり

- 曲から作品のイメージを持つ(曲全体のイメージ) …例えば、元気が出るイメージを持ったなら
 - ・元気いっぱいノリノリな動き
 - ・前向きで前に進んでいこうとする気持ちいっぱいな動き
 - ・言葉(歌詞)を生かした動き
 - ・二人や四人組で関わり合いながら、楽しむ動き

○イメージからの動きづくり、曲にあわせた動きづくりをする

- ・曲のサビの部分や自分の作りやすいところから、動きを考えていく
- ・「この作品は、この動き」という印象的な個性ある動きを考える
- ・言葉から動きを考える。・・・例えば、拳上げ！ GO!! GO!! GO!! なりきり王！
- ・歌詞がなくても、曲のリズム・曲想からも動きは作れる

○曲のカウントにあわせて、動きを考える

○変化をつけた動きを考える

- ・動きにアクセントをつける
- ・ねじる・回るなどの動きを組み合わせる
- ・素早い動きやストップなどで、リズムに変化をつける
- ・友だちと関わって踊る 二人組やグループになって、離れたり、くっついたり、反対の

動きをしたり、かけ合ったりする

・場の変化・・・向いている方向を変える　まとまりから広がる　交差する

③ひと流れの動きをつくるための工夫

○動きの繰り返し

- ・一瞬の動きも繰り返すことで流れができる
- ・3回以上繰り返してみる
- ・同じ動きを、方向を変えてやってみる

○動きの誇張

- ・体をいっぱい使って、大げさに動く
- ・手足を広げてみたり、移動を大きくしてみたりする

○急に変わる感じを加える

- ・動きが単調な時には、ぱっと変わると流れができる
- ・感じの違う動きや移動・ストップを取り入れる

○反対の感じの動き

- ・同じ動きでも高低差をつけて動き、つなげてみる
- ・速く動いたり、スローモーションで動いたりして、反対の感じを組み合わせる

④リズムダンスで使える定型の動き

(一人) ボックスステップ・・・手の動きを変えて 高さを変えて リズムを変えて
 サイドステップ Vステップ Aステップ マンボステップ

(二人) 相手と手をたたく・・・拍手→右手と右手→拍手→左手と左手→拍手→腿→両手
 スキップでドーシードの移動・・・体の向きを変えずに相手と位置を入れ替わる
 向かい合ってウェーブ・・・小さい波を描く・大きい波を描く
 手をつないでまわる・・・右手と右手をつないで、右回りし、左手は、斜め上
 背中合わせのポーズ・・・右足を出してポーズ→戻る→お尻を振る→左側も同じ

(みんな) カノン・・・同じ動きを(一人ずつ) タイミングをずらして行う
 ウェーブ ストップモーション ロールダンス