



Authors ~執筆者紹介~

編著者

髙野 牧子(たかの まきこ)

山梨県立大学 教授

I. 理論編:1章①②③/2章③/4章①②

Ⅱ. 演習編:1章~5章

Ⅲ、実践編:1章/2章②③/3章・展開事例①③⑤⑥⑦⑧/4章・リズム素材集・展開事例⑩⑪②/

5章展開事例①⑤⑥⑨⑩⑪⑭/付録

● コラム ● 子育て支援で楽しく踊ろう!/ラバン理論とは??/欧米における創造的身体表現の教育/海外での身体表現あそび (アメリカ・イギリス) ※イギリス担当/リズムダンスの隊形1/リズムダンスの隊形2/環境を整えて、身体表現を引き出しましょう!

著 者 ※執筆順

髙橋 うらら(たかはしうらら)

東京都市大学 准教授

I. 理論編:1章④

Ⅲ. 実践編:5章展開事例③

● コラム ● さくら・さくらんぼのリズムあそび・リズム運動

田中 葵 (たなか あおい)

千葉明徳短期大学 講師

I. 理論編:2章①②

Ⅱ. 実践編:4章展開事例⑧/5章展開事例⑬

打越 みゆき(うちこし みゆき)

星美学園短期大学 准教授

I. 理論編:3章(123)

大津 展子(おおつのぶこ)

茨城大学 講師

I. 理論編:3章④

Ⅱ. 実践編:2章③展開事例/5章展開事例②⑧

小田切 香織(おたぎり かおり)

カワイ音楽教室 講師

I. 理論編:4章②

●コラム● もっと楽しんでピアノ もっと簡単に伴奏

岩間 里香(いわまりか)

城北幼稚園 講師

II. 実践編: 2章·①展開事例/3章展開事例④/4章展開事例⑨/ 5章指導案事例①②

粕谷 礼乃(かすやあやの)

新渡戸文化短期大学 特任准教授

Ⅱ. 実践編:2章①展開事例/5章展開事例④⑦

● コラム● リズムダンスの曲選び

小田 ひとみ (おだひとみ)

千葉敬愛短期大学 准教授

Ⅱ. 実践編:2章①展開事例

■コラム 海外での身体表現あそび(アメリカ・イギリス)※アメリカ担当

瀬川 真寿美(せがわますみ)

鎌倉女子大学/鶴見大学 非常勤講師

Ⅱ. 実践編:3章展開事例②/4章展開事例⑦

多胡 綾花 (たご あやか)

湘北短期大学 准教授

Ⅲ. 実践編:4章展開事例①~⑥/5章①·展開事例②



※担当執筆者は()にて、敬称略とさせていただいております。

I. 理論編 しっかり学ぼう!

4	1 喜	トニマソー	表味にしい	身体表現の世界へ	(中配)	
	早	よつこそ!	- 茶脂りしい	1身体表現の世界へ	、(掛野)	2

- ●身体表現とは(高野)……2
- 2身体表現・舞踊文化の広がりと深まり(高野)……3
- 1)世界の舞踏(高野)……3
- 2)日本の舞踏の広がりと深まり(高野)……3
- ③幼児期における身体表現(高野)……4
- 4歴史にみる幼児の身体表現(髙橋) ……6
- 1) 明治時代(髙橋) ……6
- 2) 大正時代~戦前の昭和時代(髙橋)……7
- 3) 戦後~現在(髙橋) ……8

2章 身体表現によるコミュニケーション (田中) ……10

- インバーバル・コミュニケーションとしての身体表現(田中)……10
- 1) ノンバーバル・コミュニケーションとは(田中) ……11
- 2) 体を通して共有する気持ち(田中) ……11
- ②日常生活におけるジェスチャー(田中)……12
- 1) 意図された身体表現, ジェスチャー(田中) ……12
- 2) 大人から学ぶ動き(田中) ……13
- 3) あそびの中でのジェスチャー(田中) ……13
- 4) 一人ひとりが活きる表現とは何だろう(田中) ……14
- 3幼児の身体表現によるコミュニケーション(高野)……14
- 1) 欲求場面における身体表現(高野) ……14
- 2) 幼児期の感情表現(高野)……15
- 3) 模倣(高野) ……16

(3章) 発達過程からみる乳幼児の身体表現(打越)……18

- ●乳幼児期(おおむね6か月未満~おおむね2歳)の発達(打越)……19
- 1) おおむね6か月未満(打越)……19
- 2) おおむね6か月から1歳3か月未満(打越) ……20
- 3) おおむね1歳3か月から2歳(打越) ……21
- ②幼児期前半(おおむね3歳~おおむね4歳)の身体表現(打越) ……21
- 1) おおむね3歳(打越) ……21
- 2) おおむね4歳(打越) ……23
- ❸幼児期後半(おおむね5歳~おおむね6歳)の身体表現(打越)……23
- 1) おおむね5歳(打越) ……23
- 2) おおむね6歳(打越) ……23
- ₫学童期への接続 (大津) ……25
- 1) 幼児期からの系統的学習(大津) ……25
- 2) 小学校(体育授業における)身体表現(大津)……25
- 3) 表現リズムあそびの評価 (大津) ……27

4章 身体表現活動のねらいと内容(髙野) ·····28

- 1ねらい(高野) ……28
- 1)楽しく踊ろう ~リズムに乗って心身を解放し、個の身体意識を高める~(高野)……28
- 2)マネっこしよう ~模倣しあうことにより、動きを通したコミュニケーションの促進を図る~(高野)……29
- 3)表してみよう ~一人ひとりの身体表現を引き出し、自己表現力と創造性を培う~(髙野)……29

	4)<動きあそび>と<変身あそび>:イメージと動きの連環(髙野)37	
	5)まとめ(高野)39	
	コラム さくら・さくらんぼのリズムあそび・リズム運動 (髙橋)40	
π	1935年 1951 1951 1951 1950	4
	演習編 体験しよう! 表現しよう! (高野)	4
1章	キーワード: 身体42	
	① "身体" を軸に展開するために42	
	1)"身体"をキーワードにするのは、なぜ?42	
	2)"身体"で知っておきたいこと42	
	②"身体"をキーワードにした表現あそび43	
	1)身体部位が意識できる手遊び43	
	2)身体部位が意識できる表現あそび43	
	❸"身体"をキーワードにした応用展開43	
	●体を動かして学ぼう! 身体44	
2章	キーワード:アクション46	
	● "アクション"を軸に展開するために46	
	1)"アクション"をキーワードにするのは,なぜ?46	
	②"アクション"をキーワードにした表現あそび46	
	1)"アクション"を意識した手遊び46	
	2)"アクション"を意識した表現あそび47	
	③"アクション"をキーワードにした応用展開⋯⋯47	
	●体を動かして学ぼう! アクション48	
3章	キーワード:時間性・力性 50	
	● "時間性・力性"を軸に展開するために50	
	1)"時間性・力性"とは?50	
	2) "時間性・力性" (表現性) の要素50	
	❷"時間性・力性"をキーワードにした表現あそび50	
	1) "時間性・力性"を意識した手遊び50	
	2) "時間性・力性"を意識した表現あそび51	
	❸ "時間性・力性"をキーワードにした応用展開51	
	●体を動かして学ぼう! 時間性・力性52	
4章	キーワード:空間性54	
	● "空間性"を軸に展開するために54	
	1)"空間性"要素とは?54	
	2) "空間性"には、どんなものがあるのか?54	
	② "空間性"をキーワードにした表現あそび55	
	1) "空間性" を意識した手遊び55	

4) いっしょにつくろう ~他者と共創していく関係性を獲得していく~(高野)……30

コラム 子育て支援で楽しく踊ろう! (髙野) ……31

コラム もっと楽しんでピアノ もっと簡単に伴奏 (小田切) ……32 2) 動き ~多様な「動き」を経験しよう~(高野) ……36 3) イメージ ~イメージを表現する~(高野) ……37

2内容(髙野) ……32

1)音・リズム (小田切) ……32

3
i

2) "空間性"を意識した表現あそび……55

③幼児期における身体表現

幼児期の子どもたちは、ぴょんぴょん跳びはねたり、くるくる回ったり、ぐっと伸びあがったりと、いろいろな動きを日常生活の中で行っています。その動きが子どものそのときの言葉にできない感情や想い、内的イメージを表していることも多くあります。具体的にみていきましょう。

●事例1:公園でのAくん

次の3つの事例は、公園で約1時間、A < h (男児、3 歳 11 カ月) とその母親とのやり取りを観察した結果から得たものです。

◆エピソード1

公園内は1歳児が多く、みんなが滑り台を見あげていた。その中、Aくんが滑り台に登り、すーっと滑り降りてきた。それから横のギャロップステップをトーントトーントトンと3回した。そして、「もういっきにのぼちゃった」と楽しそうに言った。

◆エピソード 2

お母さん :「自転車とっていらっしゃい」

A くん :「いやだよ」

お母さん :「じゃ、おかあさんとじゃんけんして負けた方が取りにいくんだよ」

A くん :「うん」

お母さん :「わかった? いい?」 A くん :「うん、わかった」 「じゃんけんぽん」

Aくんがチョキ、お母さんがパー。

Aくんは、にっこり笑い、お母さんが自転車を取りに行くのを見ながら、横のギャロップステップを3回し、片足ジャンプ、スキップと一連の動きで、喜びを表現しているようだった。

◆エピソード3

公園の入り口に1m20cmほどの塀がある。

3歳児たちが、お母さんに乗せてもらっていた。

Aくんも少し離れた所にいる母まで、走っていき、塀を指差す。

A<ん:「ママ, ここにのりたいの」

母親が乗せてあげると満足そうに微笑む。

他の母親:「もう危ないから、降りなさい」

それを聞いてAくんはお母さんにおろしてと腕をのばす。

お母さんがAくんを抱いておろすと、笑いながら、横のギャロップステップをくり返した。

A くんの事例では、滑り台や塀から降りるという落下の感覚と、「自分ができた」「勝った」という満足の体験が、横のギャロップステップ*1という動きを導き出しています。A くんの場合、ちょうどギャロップを習得したところで、自分が今できる最高の動きで嬉しい気持ちを表現していたと考えられます。

●事例2:小高い丘に登ったRくん(4歳2カ月)

R くんが小高い丘に登りました。頂上に立った喜びは二重丸なのか、お山なのか、全身で頑張って登った喜びがあふれ、表現しています。

このように、注意深く観察していくと、とても嬉しいとき、満足したとき、その子なりの素敵な表現を見ることができます。



また、幼児期にはイメージの世界のものになりきって、身体表現を楽しみます。恥ずかしさもなく、 一気に変身の世界に入り込み、全身で表現してあそぶことができるのも幼児期の身体表現の特徴です。 もうひとつ具体的な事例をみてみましょう。

●事例3:ウルトラヒーローが大好きなRくん

怪獣たちをやっつけるウルトラヒーローが大好きなRくんは、いつでも正義の味方になって動きます。「ヤー」「トォー」とひとりでも、友だちとも楽しく戦いごっこでヒーローになりきってあそんでいます。







このように、幼児は、日常の世界と非日常のイメージ世界の行き来の中で、自発的に身体でさまざまなことを表現しています。

片岡康子は、「日常的身振りや行動ということばによらない身体表現が重要なものとして存在している」*2と指摘しています。さらに松本千代栄は、幼児の身体表現を「幼児教育の目標のすべてにかかわる心身活動として、生命の基本的欲求をみたし、事物や他者に目覚め、感動を湧かせて幼児の成長発達を育む、感覚的、創造的(主体的)な心身の遊び」*3ととらえています。

幼児期の素晴らしい身体表現の世界を見落とさず、一人ひとりの表現を認めていくことが大切です。 幼児期に自分の身体表現を受け止めてもらう経験こそ、自分が思ったように表現してよいのだという自 信につながり、自己有能感を高めていきます。また、ときには保育活動として意図的に仕組まれた中で 表現していくことによって、子ども一人ひとりの中で身体表現の蓄積と創出がくり返されていきます。

^{*1} 横のギャロップステップは、バスケットボールでのディフェンスなどでも使う運動技能であり、ターンタと弾むリズムです。

^{*2} 片岡康子「舞踊の意味と価値」, 舞踊教育研究会編『舞踊学講義』大修館書店, pp.2-11, 1991

^{*3} 松本千代栄,舞踊文化と教育研究の会編『松本千代栄撰修2 人間発達と表現 一幼・小』明治図書, p.248, 2008

(1) 楽しいリズム

「嬉しくて思わず飛び跳ねた」という表現を使いますが、「嬉しい」「楽しい」リズムは跳ねるリズムです。 跳ねるのが得意な動物を例にして、「跳ねるリズム」を楽譜で表してみましょう。

うさぎでは「ぴょんぴょんぴょん」と3回刻むと、上に跳ねる感じです(楽譜2-①)。3度下の音を重ねるだけで、さらに複数での動きを表現できます(楽譜2-②)。また、ウマを表現する場合には、ギャロップのリズムになります(楽譜3)。

同じように「跳ねる」動作であっても、リズムを変えると違うイメージが生まれ、動きを導き出すことができるのです。



② "身体"をキーワードにした表現あそび。

1) 身体部位が意識できる手遊び

身体部位が意識できる手遊びには、「さかながはねてぴょん」「頭・肩・膝・ぽん」などがあります。また、 英語の Play Song [Head Shoulders knees and toes] も身体部位を触っていくので身体部位を意 識することができます。手遊びには、心と体をほぐす効果が期待できますので、その日のテーマに繋が るものを選び、取り入れていきましょう。

例)「さかながはねて」(作詞・作曲:中川ひろたか)



※「おはなしゆびさん」や「きゃべつ」の手遊びでは、親指から1本ずつ、指を立てていきますので、小筋群のコントロールとともに、指の名称を覚えていきますね。

2) 身体部位が意識できる表現あそび

身体部位が意識できる表現あそびには、次のようなものがあります。テーマに合わせて、さまざまな表現あそびで表現を引き出していきましょう。

「3つのコイン」という表現あそびは、自分の好きな身体部位に3つのコインを順々に置くようなイメージで動き、次にそれを取っていくあそびです。たとえば、右肩と腰と左の手首といった具合です。バランスを取りながら、自分の身体を意識することができます。ひとりでも、友だちと2人でもできます。



また、表現しようの「おっとおっとおっとっと」(p.136) や「磁石でぺったん~どんどこトンネル」 (p.138) などの表現あそびは身体を意識した表現あそびです。身体部位のどこで止まるか、どこを付けるかなどで、表現あそびを展開することができます。

③"身体"をキーワードにした応用展開

ひとつの動きでも"身体"をキーワードに変化させることによって、 パリエーションを増やすことができます。

たとえば…

・くっつく ・・・・手と手、手と足、膝とお腹、耳と肩 など

・あげる ・・・ 手, 指, 肘, 膝, 太もも など

・ふる ・・・ 腰, 足, 手首, 頭, 指 など

·移動 · · · 足, 膝, かかと, 爪先, 手, お尻 など

・向く ・・・・上半身、頭、全身、足だけ、腕だけ、目だけ など



体を動かして学ぼう!

アクション

● "アクション"をキーワードとして, いろいろな 動きを使った表現あそびをしてみよう!

演習 ① 紙皿を使って"アクション"を楽しもう!

①紙皿を使った動きを考えてみよう!

「紙皿を使う」といっても持ったり、投げたり、回したり、とさまざまな動きが考えられます。さらに、「持つ」という動きでも「片手で」「両手で」「腕で」「肘で」など、持つ方法もいろいろですし、「宝物のように大切に」「重い岩に見立てて」「汚い物のようにつまむ」などその表現もいろいろです。

さまざまな動きを考えて、動いてみましょう。

展開① 図 2-2-1 に示した動きを全部自 分なりに紙皿を使って動いてみる

展開2 気に入った動きを3つ選んで、つ なげて動く

例)・走る一投げる一回る

・バランスーあおぐー隠れる

展開3 何かに見立てて動く

例)・ボール/鏡/ハンドル









▲そっとめくって

▲隠れよう(仮面)

②2人で挑戦! お皿で表現あそび

今度はお皿を使った動き2人バージョンを考えてみましょう。"お皿を巡る攻防"です。言葉なしで、 相手の気持ちを動きから読み取りましょう。

2人に1枚のお皿なら、どんな動きがつくれるでしょうか。動きを組み合わせたり、イメージを付加 したり、知恵を出し合ってより面白い動きを生み出せたらよいですね。



①1枚のお皿を真ん中に置き、正座。最 ②「では、いただきます」「え~、 初は譲り合います。 「どうぞ!!



返してよ! 「私のよ! 返さない!



③「ここだよ! 取れる?」 「絶対、取ってやる!|

アレンジ POINT

ラバン理論の視点でアレンジをしてみよう!

身体部位や時間性・力性、空間性などを意識して、動きを考えてみましょう。 どんな工夫ができるかな。



▲スローモーションで・・・(時間性)



▲届かないでしょ(空間性)



▲滑り込んだけど・・・(空間性・力性)



▲汚いの, あげるよ(力性・時間性)



▲私のよぉ。やだぁ。(力性)



③プチパフォーマンスを見せ合おう!

2人のお皿を巡る攻防をプチパフォーマンスとして発表し合い ましょう。大きな動きでくり返し、強調するのがポイントです。



▲お皿に座って回そう

体を動かして学ぼう!

空間性

● "空間性"をキーワードにして, 身体を使った表現あそびをしてみよう!

演習 ① 空間にサイン

さまざまな身体部位で、空間性を変えながら自分の名前を書いてみる表現あそびです。

ルール

- ①空間に大きく平仮名で自分の名前を書きます。
- ②基本がわかったところで、「床に爪先で」など、ほかの身体部位で、さまざまな空間へも挑戦してみましょう。
- ③カタカナや、(大学生対象授業では)ローマ字など平仮名以外にも挑戦してみましょう。
- ④ほかの人に読めなくてもいいので、オリジナルのサインを考えてみましょう。 漢字やローマ字、カタカナと平仮名、組み合わせていいですね。
- ⑤各文字が決まったら、身体部位を文字ごとに選んでみましょう。
- ⑥方向、面に変化をつけて、空間サインに挑戦してみましょう。



▲肘でサイン



▲つま先でサイン



▲肩でサイン

ARRANGEMENT

● 子ども用にアレンジ

- ・「空間にサイン」
- 幼児との場合には、1 文字だけなど工夫しましょう。
- ・「道路あそび」

少しむずかしいようであれば、床にビニールテープで道路を描いて活動をしてみましょう。子どもなりに高さや速さに変化をつけ、走ったり、歩いたり、這ったり、止まったりするだけでも、楽しい活動になります。





指導の組み立て方

1指導のながれ

子どもたちの自由な身体表現を引き出すためには、段階をおって、表現あそびに導いていきます(表 3-1-1)。

- 1. 「導入」で興味・関心を高めます。
- 2. 「心と体をほぐそう」で身体意識を高めながら体を温め、気分もほぐします。
- 3.「リズムにのって踊ろう」で心と体を弾ませます。
- 4. いよいよ「表現あそび」、動きを工夫し、イメージを表します。
- 5. 最後に「まとめ」でクールダウンをうながし、次回への期待感をもたせます。

指導を組み立てる際には、それぞれの段階の素材やあそびをテーマにそって選択していきましょう。

表 3-1-1 身体表現あそび 指導の流れ

	展開の流れ	内容・ねらい	展開事例頁
1	導入	●「やってみたい!」「面白そう!」という期待をもたせよう! 最初に表そうとする題材について、子ども一人ひとりのイメージを十分に 広げることが活動展開には不可欠です。また、お友だちとイメージを共有す ると、一緒に工夫して表現することにつながります。	実践編:2 章 (pp.66 ~ 79)
2	心と体を ほぐそう	●活動の最初は心と体をほぐそう!プラブラ、ユラユラと体の緊張をほぐし、スキンシップや楽しいゲームで心も柔らかく、和やかな雰囲気をつくります。	実践編:3章 (pp.80~93)
3	リズムに のって 踊ろう	● リズムダンスで心も体も弾ませまよう! 友だちと楽しく一緒にリズムに乗って踊り、心拍数も高めます。4章で紹介したリズムダンス作品でもよいですし、リズムの振り付けヒント集を参考にして、子どもたちが好きな曲、流行の曲などに自分で振り付けを考えてみてもよいでしょう。	実践編:4章 (pp.94~125)
4	表現 あそび	● いよいよ創造的な表現あそびへ!! 動いてイメージしたり、イメージを動きで表したりします。いろいろな表現を楽しく体験し、一人ひとりの表現を引き出し、また、お友だちと工夫し、見せ合い、認め合いましょう。	実践編:5章 (pp.126~163)
5	まとめ	● クールダウン & 次 回への期待を高めよう! 表現あそびは、かなり興奮し、発散しますので、最後は 少しクールダウン。心も体も落ち着かせ、その後の活動へ と導きます。 また、表現あそびの活動をふり返り、次への期待をもた せましょう。 「先生、みてる 大合唱こそ「・ 大合唱こそ「・ です。	



手遊びいるいる―事例③

"たまご"が"ひよこ"になり、"ひよこ"が"にわとり"になり …と表現するものが変化していきます。 曲に合わせて楽しくイメージを表現してみましょう。

対象 日安	2歳	3歳	4歳	5歳
大人と一緒に	(3)	(((3)
先生を見本に	(3)	(((3)
ひとりで		(((
お友だちと		\bigcirc	\bigcirc	(3)

● 準備するモノ ●

ありません

手遊び展開事例

コロコロたまご

1 コロコロたまごは おりこうさん -B-コロコロしてたら

 $-\mathbf{A}$ ひよこになっちゃった

-0-

ピヨピヨひよこは _______

おりこうさん ピヨピヨしてたら

> コケコになっちゃった **--13**)--

コロコロピヨピヨ コケコッコー

> あさがきた **□**

たまごは



両手をグーにして、ぐる ぐるまわす(かいぐり)

B ♪おりこう さーん



たまごをイメージした グーの手を, もう片方の 手でなでる(4回)

♪ひよこに なっちゃったー



親指以外の指をそろえ, くの字に曲げ、親指と人 差し指をくっつけたり, 離したりして4回パク パクさせる(ひよこのイ メージ)



なでる(4回)



腕を上下に、羽ばたくよ うに動かす(にわとりのイ メージ)



から大きくぐるりと1周 まわす



手遊びから体遊びへ

手遊びいるいる 事例 4

ちょっと ぱ~さん

「ちょっとぱ~さん」の手遊びにあわせて、手でじゃんけん をしましょう。

はじめは大人を見ながらまねをして, できるようになった ら子ども同士が向かい合ってやってみるなど, さまざまなバリ エーションで楽しめるとよいでしょう。

対象 目 安	2歳	3歳	4歳	5歳
大人と一緒に	\bigcirc	(((
先生を見本に		(9)	((
ひとりで				
お友だちと			(3)	9

● 準備するモノ ●

ありません

・・・手遊び展開事例

まずは、歌にあわせてじゃんけんをして、「ちょっとぱ~さん」の手遊びを楽しみましょう。そして、この振り付けを覚えたら、お友だちと、みんなでなどの関係性を変えたり、足じゃんけんにしてみるなどの身体部位を変えたり、ぐるっと回る回数を増やすなどアクションを変える等々、いろいろなバリエーションでやってみましょう。

≪ちょっとぱ~さん≫

♪ちょっと

♪ぱ~さん

♪ぐーすけ

♪ちょうだい









♪かみに

♪くるんで

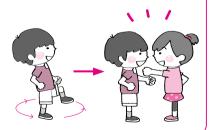
♪ちょうだい ちょうだい

♪ぐるっと回って じゃんけんポンッ









「ちょっとぱ~さん」をアレンジしてみよう!

「ちょっとぱ~さん」の手遊びにあわせて、本書の p.132 を参考に「からだじゃんけん」バージョンに挑戦してみましょう。

※手と足とがバラバラにならないように注意しましょう。



リズム素材集① 歩く・走る・スキップ



●基本の動き●

交互に足を上げ下げする。

※移動する時に使えるだけでなく、 その場で足踏み、ぐるっと回って など, さまざまなバリエーションが 考えられる素材です。

対象 月安

歩く→走る→スキップ

※年齢や曲の速さで選択しよう!

ARRANGEMENT

- ・手拍子や手のフリをプラスしてみ よう!
- · 「忍者になって走る」などイメー ジをプラスしてみよう!

・・バリエーション例





カニさん歩き







にあわせて輪を大きくしたり. ふたり組みで前後に動く 小さくしたり

・その場でぐるっと回る

空









リズム素材集② ワイパー



●基本の動き●

- ①腕を折り曲げ、パー に開いた両掌を正面 に向ける
- ②肘を支点にして,両 腕をそろえて左右に 振る

対象 目安

2歳~

※"バイバイ"の動きから"ワイパー の動きへ広げていってもOK

ARRANGEMENT

- ・"片手ワイパー" や "横ワイパー" など. バリエーションも応用も幅広く考えら れます。いろいろな"ワイパー"を考 案してみよう!
- 好きな曲にあわせてワイパーのバリ エーションを中心に振り付けを考えて みよう!

・・バリエーション例



頭上で大きく、ゆっくりと





・友だちと一緒に、前進しな がら



横へ移動しながら



・テーブルを拭くように"水平 ワイパー



