レッツ トライ ダンシング

第4回授業研 指導助言 ノートルダム清心女子大学 安江美保 准教授

＜心と体を解放しロックやサンバのリズムにのって即興的に踊る楽しさを味わおう＞

やってみる:リズムにのって動きづくり

ややアップテンポのリズムにのって、先生の動きを真似ながら楽しく踊る。

【スキップ、サイドステップ、サンバステップ、ターン、スロー、ボックスステップ 等】

広げる:曲調を意識し自分たちで即興的に踊る

ペアやグループの動きを見合い、友達の良い踊りを取り入れて動きを広げる。

リズム・身体・空間・人間関係の4つの崩しを意識してダンスにメリハリをつける。