

しろまるひめ 振り付け



振り付け 岸田 直美

振り付け譜デザイン作成
姫路日ノ本短期大学
ライフデザインコース(1期生)
赤枝 真奈美
小谷 玲未
西田 涼香
藤原 理紗
(指導)牛尾 はづき

★1 *前奏 1~4小節



両腕は腰
軽く両足屈伸で
リズムを取る

★2



1, 2拍

両腕は腰に当てたまま右、
左とちょっと軽く飛ぶ



3拍



右方向へ。2歩横歩き右腕曲げてポーズ! 同じように左も!



4拍



5~8小節

★3



1, 2拍

3, 4拍

手拍子。右腕を前へ出す(盆踊り風)
左腕を前に出す
繰り返す



9, 10小節

★4



11, 12小節

顔の右横で2回手拍子
顔の左横で2回手拍子
繰り返す

★5

しろ~まるひめ

13, 14小節



1, 2拍

3, 4拍

右腕、左斜め上方向に伸ばす
左腕を右斜め方向に伸ばす
繰り返す



★6

お城のおほうしゅこんどのせて

15, 16小節



両膝を軽く曲げ、ちゃんと叩いて
両腕で円を描く、右足・かかとをつけて1歩前へ
繰り返す



★7



両腕を糸巻きをするようにくるくと回し、
身体も少ししゃがんだ状態で右へ回転する



両腕胸の前でクロス



両腕と両足を大きく開ける

★8

おしゃでかわいい

19, 20小節



右腕を左斜め下方向に伸ばす



左腕も右斜め下方向に伸ばす

★8

21小節



(A)
腕の前でクロスして
両腕を内側にまわす



(B)
右足を伸ばして
左足を曲げる

★9

女の子

22小節



右腕を胸元へ



左腕も胸の前へ両腕クロス
左腕も胸の前へ両腕クロス
ゆっくり両足(やさしく)屈伸(2回)



★5 (23, 24小節)
まんまるもちもち
★6 (25, 26小節)
まんまるおだんご
★7 (27, 28小節)
大好き
繰り返す
間奏(29・30小節)
★3

★10

しろまるひめふるさと姫路を

31~34小節



1, 2拍

3, 4拍

両腕を腰に当て大きく右へ1歩・左へ1歩
繰り返す



★11

あいする まんまる

35, 36小節



1, 2拍

3, 4拍

胸に手を当てて、右斜めに両腕を伸ばし出す
この時、手のひらは上にもげる
左方向にも同じように繰り返す



★12

お顔のおひめさま

37~39小節



1, 2, 3, 4拍

両腕で円を作り、
爪先立ちでゆっくり
右回りで一回転



両腕をおろす



1, 2, 3, 4拍

両手を握り(ゲー)口元を持っていく
右足を少し曲げてキュートなポーズ

★13

春さくら色にほほそめて

40~43小節



右方向→左を繰り返す

★14

夏しらすぎはばたくすがたに

44~47小節



右足を2回あげる
両腕はしらすぎの羽のように大きく振り上げる
左方向にも同じように繰り返す



★15

秋ゆうひに城おもう

48, 49小節



後ろを向き、腰に手を当て一歩進んで
そろえて2歩進む



ゆっくり両手を挙げて回る

50小節

★16

冬まっしろ



優しく胸に手をあてる



両手のひらを見せて
窓ふきをしている様子
右へ左へと繰り返す

★17

雪色肌の

おひめさま

51~54小節



ペンギンの手
ペンギンの手形で
ゆっくり4歩で右回り



ひざを屈伸してポーズ

★5 (55, 56小節)
しろまるひめ
★6 (57, 58小節)
やさしいひとみ
★7 (59, 60小節)
かがやく
繰り返す

★1 (61, 62小節)
★2 (63~66小節)
★3 (67, 68小節)
★4 (69, 70小節)

★5 (71, 72小節)
しろまるひめ
★6 (73, 74小節)
みらいの姫路のきぼうのせて
★7 (75, 76小節)
★8 (77, 78小節)
みんなのしあわせ
★9 (79, 80小節)
みまもって

★5 (81, 82小節)
まんまるもちもち
★6 (83, 84小節)
しろまるひめ
★7 (85, 86小節)
大好き
(後奏)
★3 (87, 88小節)
2回クルッと
回って好きなポーズ
(89, 90小節)

おしまい