

ラウンドダンス指導入門

〈 15のフィギュアで指導する 〉



一般社団法人 日本スクエアダンス協会
技術委員会 ラウンドダンス小委員会

< もくじ >

| | | |
|---|------------------------|---------|
| 1 | はじめに | 1 |
| 2 | ステップ 15 フィギュアとは | 2 |
| 3 | モジュール指導とは | |
| 4 | モジュール例に使用されている その他の略語 | 3 |
| 5 | モジュール例の見方・活用の仕方 | 4 |
| 6 | リズム別 モジュール指導 | |
| | < Waltz > | |
| | ・ワルツ 15 フィギュア | 5 |
| | ・ラウンドダンス 実践 Waltz 編 | 6 |
| | ・Waltz モジュール | 7 - 10 |
| | < Two Step > | |
| | ・トゥーステップ 15 フィギュア | 11 |
| | ・ラウンドダンス 実践 Two Step 編 | 12 |
| | ・Two Step モジュール | 13 - 17 |
| 7 | 指導に適した曲 紹介 | 17 |

はじめに

日本スクエアダンス協会は、スクエアダンスとともにラウンドダンスも楽しむことを推奨しています。そして各地で開催されるスクエアダンスパーティでもラウンドダンスがプログラムに入っています。ところがスクエアダンスサークルの中には、ラウンドダンスを教えられる指導者がいないなどの理由でラウンドダンスをカリキュラムに取り入れていないところも数多くあるようです。

この資料がラウンドダンスの指導者やこれからラウンドダンスの導入を考えているサークルのリーダー、指導者にとって少しでもお役に立てば幸いです。

ここではラウンドダンスを初めて経験する方を対象にした指導法を紹介しています。

また、このテキストはラウンドダンスを学ぶ人にも指導する人にも「初めの一步」になるよう簡単な動作や説明でラウンドダンスの楽しさを体験することを目的としています。

しかし、ダンスを踊るうえでの最低限の用語や約束事などはやはり必要になります。

そのため、指導をするときに活用していただきたい下記の冊子を手ください。

「Roundalab Manuals (ラウンドラブマニュアル)」 日本語版 (日本スクエアダンス協会発行)

ラウンドラブマニュアルを併用することで用語や踊り方、後述のモジュールの読み方なども理解していただけるでしょう。

尚、このテキストではラウンドラブマニュアルの参照頁を記載していますが、この頁番号は2016年7月版のマニュアルのもので、それ以外のマニュアルでは頁番号が違う事があります。

★ Roundalab Manuals (ラウンドラブマニュアル)とは

- ・ 国際ラウンドダンス指導者協会 (ROUNDALAB) が提唱している定義およびスタイリング、フェイズレイティングシステムについて書かれているマニュアルです。
- ・ 日本スクエアダンス協会ではこれに準拠して日本語版を作成しています。
(また、日本スクエアダンス協会のホームページにも掲載されています。)

このテキストで記載している用語、フィギュア等の日本語表記は全て参考です。正しい発音は辞書等で調べて下さい。

2 「ステップ 15 フィギュア」とは

- 初心者にラウンドダンスを指導するリズムとして Waltz (ワルツ)と Two Step (トゥーステップ)を取り上げています。
 - それぞれのリズムの動作(Figure (フィギュア))を、動きやすく組み合わせが容易な順に覚えていくためのリストです。
 - PH1・IIのフィギュアから比較的良好に踊られる動きを15個抜粋した独自のリストにしています。これは、今後違うフィギュアを取り入れることもあります。
 - この順で指導していくことで、少ないフィギュアの組み合わせでも1曲分繰り返すことでダンスを踊った満足感を得られるので、ティーチングオーダーとして活用していきましょう。(ティーチングオーダーとは 15フィギュア・リストの順に指導することです。)
- ★ ラウンドダンスを構成するための挨拶(Apart Point , Together Touch)は、リストには含めていないので、適当な時期に取り入れて指導してください。
- ★ ダンスを構成するための、方向(Direction)組み方(Position)の説明も必要になります。

3. モジュール指導とは

- モジュールとは、フィギュアを組み合わせ、4小節から16小節に構成したものです。
 - 指導しようとするフィギュアを、あらかじめ4小節程度に組み立てたモジュールを数パターン用意しておき、くりかえしダンサーに動いてもらうのをモジュール指導といいます。
 - 「ステップ 15 フィギュア」を順番に覚えていくためにモジュールを構成し指導します。
 - モジュールの組み立て方は、慣れるまでモジュール例を活用してください。
- 慣れてきたら、前回覚えたフィギュアも加えていき、次の16小節のモジュールに進み32小節のダンスとして踊っていくことができます。
- この方法は、スクエアダンスサークルでラウンドダンスのビギナー指導時でもカリキュラムにそって導入することができます。
- 曲に合わせていく場合は、キューイングとして1小節前にフィギュアを伝える必要があります。一般的にラウンドダンス指導者は、キューイング指導が求められてきます。

<ラウンドダンスのキューイングについて>

ラウンドダンスは、キューアが曲に合わせて振付動作の1小節ほど前に踊り方を指示します。

キューイングは、ラウンドダンスを指導する場合でも重要な技法です。

特にモジュール指導の場合、フレーズとのつなぎなどをスムーズに動かす、また曲に合わせて踊るためにはなくてはならないものです。

初めからうまくはいかないけれど、まずは曲をかけずに

- ① Step By Step Cueing … 1, 2, 3 / Fwd, 2, 3 / 横、後ろ、横、タッチ
- ② Phrase Cueing … 2 Fwd Two Steps / Waltz Away & Tog
- ③ Cadence Cueing … 動きと同時にキューイング(事前に Phrase Cueing しておき、Step By Step Cueing するような方法で取り入れる)

慣れてきたら、ダンサーが動く1小節前に指示できるようタイミングをあわせていきます。

曲を使って指導するためには、事前に何度も繰り返し練習してからダンサーの前に立ちましょう。

指導者にはさらにステップアップが課せられるわけですが、少しずつ身につけていきましょう。

4 モジュール例に使用されているその他の略語について

フィギュアの踊り方や略語の読み方はラウンドラブマニュアルを参考にしてください。

ラウンドダンスを踊るときには、下記のようなダンスの方向やパートナーとの組み方も必要です。
また、モジュールリストで使用されている記号があります。

◎ Directions (方向) ラウンドラブ・マニュアル P5、P14、P15

このテキストで使用されている方向は、以下のとおりです。

- Wall (WALL)
- Center of Hall (COH)
- Line of Dance (LOD)
- Reverse Line of Dance (RLOD)

◎ Positions (組み方) ラウンドラブ・マニュアル P6、P16～P20

このテキストで使用されているポジションは以下のとおりです。

- Butterfly (バタフライ) (BFLY)
- Closed (クローズド) (CP)
- Left Open (レフト・オープン) (LOP)
- Open (オープン) (OP)
- Open Facing (オープン・フェイスング) (OP FC)
- Semi Closed (セミ・クローズド) (SCP)
- Wrapped (ラップド) (WRP)

◎ General Terms (一般用語) ラウンドラブ・マニュアル P7～P14

モジュール例で使われている用語、記号について

- Comma (カンマ) (,) P8
- Semicolon (セミコロソ) (;) P12
- Lead Foot (リード・フット) P11
- Trail Foot (トレイル・フット) P13
- Lead Hand (リード・ハンド) P11
- Trail Hand (トレイル・ハンド) P14

指導時に紹介するとよい用語

- Looking Circle (ルッキング・サークル) P11
- Cues (キューズ) P9
- Cue Sheet (キュー・シート) P9

5 モジュール例の見かた・活用の仕方

- ① 各リズムの巻頭「ワルツ 15フィギュア」・「トゥーステップ 15フィギュア」のリスト順に指導していくように、モジュールリストも構成されています。

※モジュール表中のフィギュアの項の数字は、各15フィギュアのNoです

- ② どのリズムも第1回目の導入部は、楽しさとわかりやすい説明で雰囲気づくりを大切に。

- ★ ラウンドダンスはカップルで踊られますが、カップルで踊る緊張感を和らげるためにシングルサークルで始めるパターンとダブルサークルで始める方法を紹介しています。取り組みやすい方法で実践してください。

*シングルサークルは、フォークダンスのように全員で連手し男女とも円心向きで左足から踊り始めます。

*ダブルサークルは、カップルで男性は壁向き、女性は円心向きで手をつなぎ男性は左足、女性は右足から踊り始めます。

※ RDは約束事が多いのですが、初めは最小限にとどめることも1案です。

※ フィギュアは 15 までで構成しています。ポジションや方向も簡素化しています。

- ③ モジュール(ダンスの踊り方の順)は、4小節ごとに区切ってあります。

最低 2小節ごとに区切って動けるように指導したほうが理解しやすいです。

ex.1 WALTZ AWAY & TOGETHER (リード フットから始まりトレイル フットの動きまで)

- ④ モジュール表には、その回で初めて出てくるフィギュア、方向、ポジションを紹介しています。ダンサーの状況、指導時間に応じてモジュールを 2つ、3つ加えてもいいでしょう。

- ⑤ 略語等は、ラウンドラブマニュアルを見てください。(図もありわかりやすく説明しています)

ex.1 方向… WALL (ウォール)… LOD に向かって右の方向。 壁ともいう。

COH (センター・オブ・ホール) …円心 / LOD (ライン・オブ・ダンス) …ライン
FC COH (フェイス・センター・オブ・ホール)は、円心を向くの意。

- ⑥ モジュール中にある、THRU_FC_CL の FC は、パートナーと向き合うようにステップすることです。

- ⑦ ダンスの初めと終わりの挨拶は、習うリズムのタイミングと違うので、回を重ねて慣れてきたころに導入するほうがよいでしょう。

WAIT 2 MEAS ;; APT PT; TOG TCH; (T0 position)

・ 2 小節待つ

・ カウントはTwo Step -(S, S; S, S;) Waltz - (1, 2, 3 : 2, 2, 3)

- ⑧ モジュールは、8小節~16小節で構成していますが、繰り返し踊れるように組み立ててあります。

- ⑨ Position をあえて記載していない場合は、BFLY でも CP でも踊れます。状況に応じて適切に指示してください。

6 リズム別 モジュール指導

ワルツ 15 フィギュア

ワルツは、3 拍子のリズムで踊ります。

このテキストでは比較的やさしい 15 のフィギュアをリストアップしました。

この順で指導していくと動きやすいように構成しましたが、状況に合わせて変えてもいいです。

<Waltz>

| No. | Figure (フィギュア) | 省略形 | キューの例 | ※ページ |
|-----|--------------------------|----------------|----------------------|--------|
| 1 | Forward Waltz | fwd WZ | フォワード・ワルツ | 75 |
| 2 | Back Waltz | bk WZ | バック・ワルツ | 72 |
| 3 | Vine 3 | vin 3 | バイン・スリー | 82 |
| 4 | Thru Side (Face) Close | thru sd(fc) cl | スルー・サイド(フェイス)・クローズ | 79 |
| 5 | Turn Face Close | trn fc cl | ターン・フェイス・クローズ | 80 |
| | < Turn In > | trn in | ターン・イン | |
| 6 | Waltz Away and Together | awy & tog | ワルツ・アウェイ・アンド・トゥギャザー | 70 |
| 7 | Twirl Vine | twrl vin | トゥワール・バイン・スリー | 81 |
| 8 | Box | 省略なし | ボックス | 68 |
| 9 | Dip (Back) / Recover | dp / rec | ディップ / リカバー | 32 /28 |
| 10 | Box Left Turning * | L trng box | レフト・ターニング・ボックス | 72 |
| 11 | Thru Twinkle | thru twkl | スルー・トィンクル | 80 |
| 12 | Balance Side * | WZ bal | バランス・レフト・アンド・ライト | 68 |
| 13 | Canter | 省略なし | キャンター | 74 |
| 14 | Lace | lc | レイス・アクロス、 レイス・バック | 75 |
| 15 | Wrap | wrp | ラップ | 31 |

※ ラウンドラブマニュアルのページです

注) No.5 の Turn In はラウンドラブマニュアルには掲載されていないため Turn Face Close を参照ください。

(実際は Fwd Turn Face Partner , Continue Turn face RLOD , Close という動きです)

★ ラウンドラブマニュアルの P5 ~ P24 に、用語集があります。

方向やポジションなどラウンドダンス指導に必要な内容が示されています。

★ リストにないアクション、ムーブメントで大切な動きがあります。(ラウンドラブマニュアル参照)

- ・ Touch (タッチ) P 26
- ・ Step (ステップ) P 29
- ・ Close (クローズ) P 27

★ ダンスには挨拶があります。挨拶は 15 のフィギュアには加えてありません。

慣れてきたころに挨拶も覚えると、曲としてダンスを楽しめるようになります。

一般的には、Apart Point , Together Touch (2 小節) (1 , 2 , 3 ; 2 , 2 , 3)

< 実践 Waltz 編 >

※モジュール例の第1回目を文章化した項です <WZ・モジュール>1 参照

★ Waltz の第 1 回目の指導例を紹介します。

★ 準備

- ・音源 … パソコン、ウォークマン、ipod、接続機器、スピーカー、マイクほか
- ・音楽 … ゆっくりめでビートがとりやすい曲、なじみがある曲など16小節で繰り返される曲
- ・Talk … マイクを持ってダンサーをリラックスさせる第1声！

*あらかじめ、以下のとりきめをこの回の指導時にはさみこむことを考慮しておいてください。

- ・方向… COH (円の中心へ) WALL (円の外へ) LOD (ライン方向へ) RLOD (リバースライン方向へ)
- ・ポジション… ・シングルサークル(円心向き)連手 ・OP (ライン方向で内側の手を取る)
- ・フィギュア… ・FWD WALTZ (前進のワルツステップ) ・BK WALTZ (後退のワルツステップ)

★ Waltz の特徴

- ・3拍子のリズムです。
- ・膝や足首を使ったゆったりとした上下運動(ライズ・アンド・フォール)があります。

★ ① 近くの人を誘って男性(男性役)、女性と交互になるように1重円を作りましょう

- ② 全員円の中を見て手をつなぎましょう (連帯感)

- ③ この曲でリズムを確認します 1, 2, 3 ; 2, 2, 3 ; …

- ④ ラウンドダンスを踊る時は約束ごとがあります。

この場合は、男性も女性も左足から動き始める例です。

ダンスを踊るときに向く方向があります。今回は円の中心を向く。(fc.center)

「シングルサークル、フェイスセンターと言いましたらこの形になってください」

- ⑤ それでは動いてみましょう。

左足から 1, 2, 3 : 2, 2, 3 と前進します。

左足から 1, 2, 3 : 2, 2, 3 と後退します。前進後退、繰り返して動きましょう。

- ⑥ ワルツの曲にあわせて、膝をゆるめて1歩目をかかとから出してみましょう。

2歩目、3歩目はボール(足の前部分)から出します。(この時点では、とじなくても気にしない)

1, 2, 3 : 2, 2, 3 … ずいぶんよくなりましたね。

後退する時は膝をゆるめてつま先から下がります。2歩目、3歩目はボールから下がります。

(ダンサーの状況を見ながら…)

- ⑦ 今度は2歩目は大きめに出して3歩目をそれに寄せる感じ※にしてみましょう。

左足から 1, 2, 3 : 2, 2, 3 と後退します。前進後退、繰り返して動きましょう。

難しいようなら1歩目だけでも膝をゆるめてかかとから出しましょう。(繰り返す、曲かける)

- ⑧ 次は円の右向け右！こちらがダンスが進んでいくライン方向。フェイスラインといいます。

では、ひとりで心細いですが、1列になって左足から前進ワルツ 2回、後退ワルツ 2回
続けましょう。

- ⑨ では回れ右しましょう。こちらの方向をリバースライン・フェイスリバースといいます。

こちらも、同じように左足からワルツで前進、前進、後退、後退、

※ここからは、カップルになって動きます。センターを向いて、

- ⑩ 男性は右手の平を上に向け、女性はその上に左手をのせます。これがオープン ポジションです。

手をつないだままラインを見ましょう、男性が円の内側、女性が外に出て並びます。

- ⑪ 2 FWD WALTZS 2 BK WALTZS (トゥ・フォワード・ワルツィズ トゥ・バック・ワルツィズ)

FWD WALTZ BK WALTZ FWD WALTZ BK WALTZ (フォワード・ワルツ バック・ワルツ 繰返し)

※ 3歩目を閉じることを強調すると次の足がどちらなのか迷いますので気をつけて！

＜WZ・モジュール＞

| NO | 講習するフィギュア | スターティング ポジション/方向 | 例 | 小節 | キューイング・モジュール | 指導上の注意点 | |
|----|--|--|---|-------|--|---|--|
| 1 | 方向: COH. WALL 隊形: SINGLEサークル 1. FWD WALTZ 2. BK WALTZ | SINGLEサークル FC/COH 男女とも左足 スタート | ① | 1-4 | FWD WALTZ ; FWD WALTZ ; BK WALTZ ; BK WALTZ ; | 男女交互になるように 。リズムに合わせて動く 事を重視。最初は複数 形を使わずFWD WALTZ FWD WALTZ のように言ってリズムに 慣れさせる。慣れたら 複数形の説明をして2 小節単位でキューをし ても可。(例②) | |
| | | | | ② | 1-4 | | 2 FWD WALTZS ; ; 2 BK WALTZS ; ; |
| | 方向: LOD. RLOD ポジション: OP | OP/LOD 男性左足、 女性右足 からスタート | ① | 1-4 | FWD WALTZ ; FWD WALTZ ; BK WALTZ ; BK WALTZ ; | | |
| | | | | ② | 1-4 | | 2 FWD WALTZS ; ; 2 BK WALTZS ; ; |
| | | | | ③ | 1-4 | | 2 FWD WALTZS ; ; 2 FWD WALTZS ; ; |
| | | | | | 5-8 | | 2 BK WALTZS ; ; 2 BK WALTZS ; ; |
| 2 | 3, VINE 3 4, THRU SD(FC) CL (XIF SD CL) | SINGLEサークル FC/COH 男女とも左足 スタート | ① | 1-4 | 2 FWD WALTZS ; ; VINE 3 ; XIF SD CL | XIFは単にクロスとキュー ーをする。笑顔で踊る ように誘導しましょう。 これ以降は カップルで踊ります。 | |
| | | | | 5-8 | 2 BK WALTZS ; ; VINE 3 ; XIF SD CL | | |
| | ポジション BFLY | OP/LOD 男性左足、 女性右足 からスタート | ② | 1-4 | FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (BFLY) VINE 3 ; THRU FC CL ; (OP) | | |
| | | | | 5-8 | FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (BFLY) VINE 3 ; THRU FC CL | | |
| | ポジション LOP 5, TURN FC CL <TURN IN> | OP/LOD 男性左足、 女性右足 からスタート | ③ | 1-4 | FWD WALTZ ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (BFLY) | | |
| | | | | 5-8 | VINE 3 ; THRU FC CL VINE 3 ; THRU FC CL | | |
| 3 | 6, WALTZ AWAY & TOG 7, TWIRL VINE 3 | OP/LOD | ① | 1-4 | FWD WALTZ ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (BFLY) | | |
| | | | | 5-8 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | | |
| | BFLY/WALL | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) VINE 3 ; THRU FC CL | | |
| | | | | 5-8 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (BFLY) | | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | | |
| | | | | 13-16 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; | | |
| 4 | ポジション OP FCG ポジション CP | BFLY/WALL | ① | 1-4 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (CP) | 番外ですが、 APT PT ; TOG TCH ; も この辺で講習して おきます。 APT PT ; TOG TCH ; は INTROで加えます。 | |
| | | | | 5-8 | BOX ; ; DIP (BK) ; REC ; | | |
| | 番外 <APT PT ; TOG TCH ;> 8, BOX 9, DIP (BK) / REC | | | ② | 9-12 | | WALTZ AWAY & TOG ; ; (CP) BOX ; ; |
| | | | | | 13-16 | | DIP (BK) ; REC ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; |
| | | | | | 1-4 | | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) |
| | | | | | 5-8 | | BOX ; ; DIP (BK) ; REC ; |
| | | | | ③ | 9-12 | | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (CP) |
| | | | | | 13-16 | | BOX ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; |
| | | | | | 1-4 | | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) |
| | | | | | 5-8 | | BOX ; ; VINE 3 ; THRU FC CL ; |
| | | | | ④ | 9-12 | | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (CP) |
| | | | | | 13-16 | | DIP (BK) ; REC ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; |
| | | | | | 1-4 | | WALTZ AWAY & TOG ; ; (CP) BOX ; ; |
| | | | | | 5-8 | | DIP (BK) ; REC ; VINE 3 ; THRU FC CL ; |
| | | | | | 9-12 | | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) |
| | | | | | 13-16 | | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; |

| | | | | | | |
|---|------------------|-----------|---|-------|--|--|
| 5 | 10. L TRNG BOX | BFLY/WALL | ① | 1-4 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (BFLY) | BFLY で L TRNG BOX ;;; を練習し、慣れたら CPで練習します。 |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (CP) BOX ; ; | |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) | |
| | | | | 5-8 | BOX ; ; DIP (BK) ; REC ; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | ③ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (CP) BOX ; ; | |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | DIP (BK) ; REC ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| | | CP/WALL | ④ | 1-4 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 5-8 | DIP (BK) ; REC ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) | |
| | | | | 9-12 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 13-16 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (CP) BOX ; ; | |
| 6 | 11. THRU TWINKLE | BFLY/WALL | ① | 1-4 | TWIRL VINE 3 ; THRU TWINKLE LOP ; THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) | |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) | |
| | | | | 13-16 | BOX ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| | | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU TWINKLE LOP ; | |
| | | | | 5-8 | THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) BOX ; ; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) | |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | ③ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (CP) DIP (BK) ; REC ; | |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU TWINKLE LOP ; | |
| | | | | 13-16 | THRU TWINKLE OP;THRU FC CL ;(CP) BOX ; ; | |
| | | OP/LOD | ④ | 1-4 | FWD WALTZ ; THRU TWINKLE LOP ; THRU TWINKLE OP ;THRU FC CL;(CP) | |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | DIP (BK) ; REC ; BOX ; ; | |

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|---|-------|--|
| 7 | 12. BAL L & R | BFLY/WALL | ① | 1-4 | TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) BAL L & R ; ; |
| | | | | 5-8 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; |
| | | | | 9-12 | TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) DIP (BK) ; REC ; |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ; ; ; |
| | | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; |
| | | | | 5-8 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; |
| | | | | 9-12 | TWIRL VINE 3 ; THRU TWINKLE LOP ; THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ; ; ; |
| | | | ③ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; |
| | | | | 5-8 | TWIRL VINE 3 ; THRU TWINKLE LOP ; THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) |
| | | | | 9-12 | DIP (BK) ; REC ; BOX ; ; |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ; ; ; |
| | | | ④ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ; ; ; |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; |
| | | | | 13-16 | TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) BOX ; ; |
| 8 | 13. CANTER | BFLY/WALL | ① | 1-4 | BAL L & R ; ; CANTER TWICE ; ; (CP) |
| | | | | 5-8 | BOX ; ; CANTER TWICE ; ; |
| | | | | 9-12 | L TRNG BOX ; ; ; |
| | | | | 13-16 | DIP (BK) ; REC ; CANTER TWICE ; ; |
| | | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) CANTER TWICE ; ; |
| | | | | 5-8 | TWIRL VINE 3 ; THRU TWINKLE LOP ; THRU TWINKLE OP;THRU FC CL;(CP) |
| | | | | 9-12 | L TRNG BOX ; ; ; |
| | | | | 13-16 | TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) CANTER TWICE ; ; |
| | | | ③ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) |
| | | | | 5-8 | BAL L & R ; ; CANTER TWICE ; ; |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; (CP) |
| | | | | 13-16 | BOX ; ; CANTER TWICE ; ; |
| | | | ④ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; |
| | | | | 5-8 | TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) CANTER TWICE ; ; |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ; ; ; |

| | | | | | | |
|----|--|-----------|---|-------|---|--|
| 9 | 14. LACE (ACROSS/BK) * LACE UP LACE ACROSS FWD WALTZ LACE BK FWD WALTZ | BFLY/WALL | ① | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) | ★ LACE UPを1小節 ずつキューイング する場合は左記 5~8小節のよう にします。 |
| | | | | 5-8 | LACE ACROSS ; FWD WALTZ ; LACE BK ; FWD WALTZ ; (CP) | |
| | | | | 9-12 | L TRNG BOX ; ; ; ; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | BAL L & R ; ; CANTER TWICE ; ; | |
| | | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; | |
| | | | | 5-8 | TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (BFLY) CANTER TWICE ; ; | |
| | | | | 9-12 | LACE UP ; ; ; ; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; BK WALTZ ; BK FC CL ; | |
| | | | ③ | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| | | | | 5-8 | LACE UP ; ; ; ; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | BAL L & R ; ; CANTER TWICE ; ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ; ; ; ; | |
| | | OP/LOD | ④ | 1-4 | FWD WALTZ ; THRU TWINKLE LOP ; THRU TWINKLE OP ; THRU FC CL ; (CP) | |
| | | | | 5-8 | BOX ; ; (BFLY) BAL L & R ; ; | |
| | | | | 9-12 | LACE ACROSS ; FWD WALTZ ; LACE BK ; TURN IN LOP ; | |
| | | | | 13-16 | THRU TWINKLE OP ; THRU FC CL ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| 10 | 15. WRAP | BFLY/WALL | ① | 1-4 | WALTZ AWAY ; WRAP ; FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (CP) | |
| | | | | 5-8 | BOX ; ; CANTER TWICE ; ; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; WRAP ; FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | L TRNG BOX ; ; ; ; | |
| | | | ② | 1-4 | WALTZ AWAY & TOG ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; (CP) | |
| | | | | 5-8 | BOX ; ; (BFLY) CANTER TWICE ; ; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; WRAP ; FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | DIP (BK) ; REC ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| | | | ③ | 1-4 | WALTZ AWAY ; WRAP ; FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | BAL L & R ; ; CANTER TWICE ; ; | |
| | | | | 9-12 | WALTZ AWAY ; TURN IN LOP ; THRU TWINKLE OP ; THRU FC CL ; (CP) | |
| | | | | 13-16 | BOX ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| | | | ④ | 1-4 | WALTZ AWAY ; WRAP ; FWD WALTZ ; FWD FC CL ; (CP) | |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ; ; ; ; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | BAL L & R ; ; TWIRL VINE 3 ; THRU FC CL ; | |
| | | | | 13-16 | LACE UP ; ; ; ; | |

トゥーステップ 15 フィギュア

トゥーステップは、Q,Q,S / S,S / Q,Q,Q,Q のようにいろいろなカウントで動きます。
このテキストでは比較的やさしい 15 のフィギュアをリストアップしました。
この順で指導することで動きやすいように構成していますが、状況に応じて変えてもいいです。

<Two Step>

| No. | Figure (フィギュア) | *カウント | 省略形 | キューの例 | ※ P |
|-----|-------------------------------|---------------|-----------------|--------------------------------|-------|
| 1 | Side Close Side Close | QQQQ ; | sd cl sd cl | サイド・クローズ・サイド・クローズ | 27,28 |
| | Side Thru | SS ; | sd thru | サイド・スルー | 29 |
| 2 | Side Two Step | QQS ; | sd TS | サイド・トゥ・ステップ | 41 |
| 3 | Side Draw Close | SS ; | sd draw cl | サイド・ドロウ・クローズ | 25 |
| 4 | Box | QQS ; QQS ; | 省略形無し | ボックス | 40 |
| 5 | Walk 2 | SS ; | wlk 2 | ウォーク・トゥー/ウォーク・フォー | 29 |
| | Strut 4 | SS ; SS ; | 省略形無し | ストラット・フォー | 29 |
| 6 | Twirl 2 , Twirl Vine 2 | SS ; | twrl 2 | トワール・トゥー、 トワール・バイン・トゥー | 59 |
| 7 | Two Step Forward , | QQS ; QQS ; | fwd TS | トゥー・フォワード・ トゥー・ステップス | 42 |
| | Back | QQS ; QQS ; | bk TS | トゥー・バック・トゥー・ステップス | 42 |
| 8 | Circle Away 2 Two Steps | QQS ; QQS ; | circ away 2 TS | サークル・アウェイ・ トゥ・トゥーステップス | 40 |
| 9 | Circle Away & Together | QQS ; QQS ; | circ away & tog | サークル・アウェイ・ アンド・トゥギャザー | 40 |
| 10 | Lace Across | QQS ; | lc acrs | レイス・アクロス | 54 |
| | Lace Back | QQS ; | lc bk | レイス・バック | |
| 11 | Face to Face | QQS ; | fc-fc | フェイス・トゥ・フェイス | 51 |
| | Back to Back | QQS ; | bk-bk | バック・トゥ・バック | 45 |
| | Face to face and Back to back | QQS ; QQS ; | fc-fc & bk-bk | フェイス・トゥ・フェイス・アンド バック・トゥ・バック | 52 |
| 12 | Thru Scissors | QQS ; | thru scis | シザーズ・スルー | 57 |
| 13 | Hitch Forward & Back | QQS ; QQS ; | htch fwd & bk | ヒッチ・シックス | 52,53 |
| | Hitch 3 | QQS ; | htch 3 | ヒッチ・スリー | |
| 14 | Vine 4 / Vine 8 | Q×4 ; / Q×8 ; | vin 4 / vin 8 | バイン・フォー / バイン・エイト | 61 |
| | Vine 3 | QQS ; | vin 3 | バイン・スリー | |
| 15 | Box Left Turning | QQS ; ×4 ; | box L trng | レフト・ターニング・ボックス | 46 |

※ラウンドラブ マニュアルの ページです

- ★ *カウント欄はキューの例のカウントを示しています。
- ★ リストにないアクション、ムーブメントで大切な動きがあります (ラウンドラブマニュアル参照)
・Touch (タッチ) P26, ・Step (ステップ) P29, ・Close (クローズ) P27
- ★ ラウンドラブ マニュアルの P5 ~ P24に、用語集があります。
方向やポジションなどラウンドダンス指導に必要な内容が示されています。
- ★ ダンスには挨拶があります。挨拶は 15 のフィギュアには加えてありません。
慣れてきたころに挨拶も覚えると、1 曲通してダンスらしく楽しめるようになります。
一般的には、Apart Point , Together Touch (S , S , S , S)

< 実践 Two Step 編 >

※モジュール例の第 1 回目を文章化した項です <TS・モジュール> 1 参照

★ Two Step の第 1 回目の指導例を紹介します。

★ 準備

- ・音源 … パソコン、ウォークマン、ipod、接続機器、スピーカー、マイクほか
- ・音楽 … ビートが取りやすく 16 小節で区切られ繰り返して踊りやすい馴染みのある曲など
- ・Talk … マイクを持ってダンサーをリラックスさせる第 1 声！

*あらかじめ、以下のとりきめをこの回の指導時にはさみこむことを考慮しておいてください。

- ・方向 … COH (円の中) WALL (円の外、壁向き) LOD (ライン) RLOD (リバーライン)
- ・ポジション … ・シングルサークル(円心向き)連手
 - ・BFLY WALL (男性壁向き、女性円心向きで両手を取る)
- ・フィギュア … ・SD CL SD CL / SD - CL - / SD TWO STEP L & R

★ Two Step の特徴

- ・4 拍子のリズムです。
- ・カウントの取り方がいろいろあります。QQQQ ; SS ; QQS ;

- ★ ① 近くの人を誘って男性(男性役)、女性と交互になるように1重円を作りましょう
- ② 全員円の中を見て手をつなぎましょう (連帯感)
- ③ この曲でリズムを確認します (QQ , QQ , / S , S , / S , S ,)
- ④ ラウンドダンスを踊る時は約束ごとがあります。この回は男女とも左足から始める例です。
ダンスを踊るとき向く方向があります。今回は円の中心を向く。(fc. Center)
「シングルサークルフェイスセンターと言いましたらこの形になってください」
- ⑤ 男女とも左足を横に出し、右足をとじます。横、とじ、横、とじ
カウントは、QQQQ ; です。サイド・クローズ・サイド・クローズ と言います。
- ⑥ さらに左足を大きく横に出し、右足を左足の横にゆっくりとじ、体重をその足にかけます。
カウントはSSです。ゆっくり サイド・クローズ と言います。
- ⑦ 組み合わせましょう。SD CL SD CL ; SD - CL - ;
カウントは、QQQQ ; SS ; サイド・クローズ・サイド・クローズ ; サイド・クローズ ;繰り返します。
- ⑧ 次に左足を横へ、右足をとじ、次の左足を出して体重をその足にかけます。
カウントは QQS ; です。サイド・クローズ・サイド。サイド・トゥーステップ(レフト)と言います
- ⑨ 体重のかかっていない右足を横にステップ、左足をとじ、さらに右足を横にステップ。
カウントは QQS ; です。サイド・クローズ・サイド。サイド・トゥーステップ(ライト)と言います
左右を組み合わせると サイド・トゥーステップ・レフト・アンド・ライト QQS ; QQS ;
- ⑩ 更に⑦も組み合わせると SD CL SD CL ; SD - CL ; SD TWO STEP L & R ; ;

※ 今度はカップルでお互いに向き合います。

- ⑪ 男性が壁向き、女性が円心を見て向かい合い、両手を軽く広げて取り合います。
バタフライ ポジションと言います。(ラウンドラブ マニュアル P16 参照)
- ⑫ 男性左足、女性右足から LOD へ SD CL SD CL ; SD - CL - ; SD TWO STEP L & R ; ;
繰り返して動いてみましょう。

※ Two Step ではカウントの違う動きに慣れることがポイントです。

※ 横の動きのフィギュアは比較的覚えやすいので初めの時期に適しています。

※ 最初は、2 歩目を閉じると言わず「小さく、小さく、大きく ステップします」という表現で。

〈TWO-STEP・モジュール〉

| NO | 講習するフィギュア等 | スターティング ポジション/方向 | 例 | 小節 | キューイング・モジュール | 指導上の注意点 | |
|-------|---|--|--|--|---|---|---|
| 1 | 方向: COH. WALL 隊形: SINGLEサークル 1.SD CL SD CL 1.SD & THRU 2.SD TWO-STEP L/R | SINGLE サークル FC/COH 男女とも左足 スタート | ① | 1-4 | SD CL SD CL ; SD - CL - ; SD CL SD CL ; SD - CL - ; | | |
| | | | | ② | 1-4 | | SD CL SD CL ; SD - CL - ; SD TWO-STEP L/R ; ; |
| | | | | | 5-8 | | SD CL SD CL ; SD & THRU ; SD TWO-STEP L/R ; ; |
| | | | | ③ | 1-4 | | SD CL SD CL ; SD - CL - ; SD TWO-STEP L/R ; ; |
| 5-8 | SD CL SD CL ; SD & THRU ; SD TWO-STEP L/R ; ; | | | | | | |
| 2 | 3.SD DRAW CL 4.BOX | SINGLE サークル FC/COH 男女とも左足 スタート | ① | 1-4 | SD CL SD CL ; SD & THRU ; SD DRAW CL TWICE ; ; | 1-③ と 2-② 以降は カップルで踊ります。 SINGLEサークルは 行いません。 | |
| | | | | ② | 1-4 | | SD CL SD CL ; SD & THRU ; BOX ; ; |
| | | | | | 5-8 | | SD DRAW CL TWICE ; ; SD TWO-STEP L/R ; ; |
| | | | | ③ | 1-4 | | SD TWO-STEP L/R ; ; BOX ; ; |
| | | | | | 5-8 | | SD CL SD CL ; SD & THRU ; SD DRAW CL TWICE ; ; |
| | | | | 3 | ポジション: OP 5.WALK 2 5.STRUT 4 6.TWIRL 2 6.TWIRL VINE 2 | | BFLY/WALL |
| ② | 5-8 | STRUT WALK 4 ; ; TO BFLY SD DRAW CL TWICE ; ; | | | | | |
| | 9-12 | BOX ; ; SD CL SD CL ; SD & THRU ; | | | | | |
| | 13-16 | SD DRAW CL TWICE ; ; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | | | | | |
| | 1-4 | SD CL SD CL ; SD & THRU ; SD TWO-STEP L/R ; ; | | | | | |
| ③ | 5-8 | SD DRAW CL TWICE ; ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; (OP) | | | | | |
| | 9-12 | STRUT WALK 4 ; ; (BFLY) BOX ; ; | | | | | |
| | 13-16 | TWIRL 2 ; WALK 2 ; (BFLY) SD DRAW CL TWICE ; ; | | | | | |
| | 1-4 | BOX ; ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; (OP) | | | | | |
| ④ | 5-8 | STRUT WALK 4 ; ; (BFLY) SD CL SD CL ; SD & THRU ; | | | | | |
| | 9-12 | BOX ; ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; (BFLY) | | | | | |
| | 13-16 | SD TWO-STEP L/R ; ; SD DRAW CL TWICE ; ; | | | | | |
| | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ; ; 2 BK TWO-STEPS ; ; | 前進・後退のTWO- STEPの2歩目は最 初は閉じる事を強調 せずに小さく・小さく・ 大きくというように表 現して慣れさせます 番外ですが APT PT ; TOG TCH ; も この辺で講習して おきます。 APT PT ; TOG TCH ; は INTROで加えます。 | | | | |
| ② | 5-8 | 2 FWD TWO-STEPS ; ; 2 BK TWO-STEPS ; ; | | | | | |
| | 9-12 | STRUT WALK 4 ; ; (BFLY) SD DRAW CL TWICE ; ; (CP) | | | | | |
| | 13-16 | BOX ; ; SD TWO-STEP L/R ; ; SD CL SD CL ; SD & THRU ; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | | | | | |
| | ③ | 1-4 | | 2 FWD TWO-STEPS ; ; 2 BK TWO-STEPS ; ; (BFLY) | | | |
| 5-8 | | SD DRAW CL TWICE ; ; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; (SCP) | | | | | |
| 9-12 | | STRUT WALK 4 ; ; (CP) SD TWO-STEP L/R ; ; | | | | | |
| 13-16 | | BOX ; ; SD CL SD CL ; SD DRAW CL ; | | | | | |
| ④ | 1-4 | SD TWO-STEP L/R ; ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; (SCP) | | | | | |
| | 5-8 | 2 FWD TWO-STEPS ; ; STRUT WALK 4 ; ; (BFLY) | | | | | |
| | 9-12 | SD TWO-STEP L/R ; ; SD CL SD CL ; SD DRAW CL ; | | | | | |
| | 13-16 | BOX ; ; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | | | | | |

| NO | 講習するフィギュア等 | スターティング ポジション/方向 | 例 | 小節 | キューイング・モジュール | 指導上の注意点 |
|----|--|---------------------|---|-------|---|--|
| 5 | 8.CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS 9.CIRCLE AWAY & TOG | SCP / LOD | ① | 1-4 | 2 FWD TWO STEPS ;; STRUT WALK 4 ;; | STRUT TOG 4 ;;は パートナーに近づく ように歩く事です。 |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | | | 9-12 | SD CL SD CL ;SD & THRU ; SD TWO-STEP L/R ;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) SD DRAW CL TWICE ;; | |
| | | SCP / LOD | ② | 1-4 | 2 FWD TWO STEPS ;; CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | BOX ;; SD TWO-STEP L/R ;; | |
| | | | | 9-12 | SD CL SD CL ;SD & THRU ; TWIRL VINE 2 ;WALK 2 ;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | SCP / LOD | ③ | 1-4 | 2 FWD TWO STEPS ;; WALK 4 ;; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; (CP) | |
| | | | | 9-12 | BOX ;; TWIRL VINE 2 ;WALK 2 ;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) SD TWO-STEP L/R ;; | |
| | | SCP / LOD | ④ | 1-4 | 2 FWD TWO STEPS ;; STRUT WALK 4 ;; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; (SCP) | |
| | | | | 9-12 | 2 FWD TWO STEPS ;; STRUT WALK 4 ;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| 6 | 10.LACE ACROSS 10.LACE BK *LACE UP LACE ACROSS FWD TWO-STEP LACE BK FWD TWO-STEP | SCP / LOD | ① | 1-4 | 2 FWD TWO STEPS ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | ★LACE UPを1小節 ずつキューイング する場合は左記 5~8小節のように します。 |
| | | | | 5-8 | LACE ACROSS ; FWD TWO-STEP ; LACE BK ; FWD TWO-STEP ; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | SD TWO-STEP L/R ;; SD DRAW CL TWICE ;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | SCP / LOD | ② | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | LACE UP ;;; (CP) | |
| | | | | 9-12 | BOX ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 13-16 | LACE UP ;;; | |
| | | SCP / LOD | ③ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; CIRCLE AWAY & TOG ;; (CP) | |
| | | | | 5-8 | BOX ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 9-12 | LACE UP ;;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | SCP / LOD | ④ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 5-8 | LACE UP ;;; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | SD TWO-STEP L/R ;; SD CL SD CL ; SD & THRU ; | |
| | | | | 13-16 | BOX ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |

| NO | 講習するフィギュア等 | スターティング ポジション/方向 | 例 | 小節 | キューイング・モジュール | 指導上の注意点 |
|----|----------------------------|---------------------|---|-------|--|---------|
| 7 | 11.FC TO FC 11.BK TO BK | BFLY / WALL | ① | 1-4 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) TWIRL 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 5-8 | LACE UP ;;; (SCP) | |
| | | | | 9-12 | 2 FWD TWO-STEPS ; (CP) BOX ; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ; STRUT TOG 4 ; | |
| | | BFLY / WALL | ② | 1-4 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ; STRUT TOG 4 ; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) SD DRAW CL TWAICE ; | |
| | | | | 13-16 | LACE UP ;;; | |
| | | SCP / LOD | ③ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ; CIRCLE AWAY & TOG ; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | FC TO FC ; BK TO BK ; (OP) STRUT WALK 4 ; | |
| | | | | 9-12 | LACE UP ;;; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) SD TWO-STEP L/R ; | |
| | | SCP / LOD | ④ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ; CIRCLE AWAY & TOG ; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) SD DRAW CL TWAICE ; | |
| | | | | 9-12 | BOX ; SD TWO-STEP L/R ; | |
| | | | | 13-16 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) SD CL SD CL ; SD DRAW CL ; | |
| 8 | 12.SCIS THRU | BFLY / WALL | ① | 1-4 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) SD DRAW CL TWICE ; | |
| | | | | 5-8 | SCIS THRU TWICE ; (OP) CIRCLE AWAY & TOG ; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | LACE UP ;;; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | 1/2 BOX ; SCIS THRU ; SD TWO-STEP L/R ; | |
| | | BFLY / WALL | ② | 1-4 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ; STRUT TOG 4 ; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | SCIS THRU TWICE ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; (SCP) | |
| | | | | 9-12 | 2 FWD TWO-STEPS ; CIRCLE AWAY & TOG ; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | SCIS THRU TWICE ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; | |
| | | BFLY / WALL | ③ | 1-4 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ; STRUT TOG 4 ; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | SCIS THRU TWICE ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 13-16 | LACE UP ;;; | |
| | | SCP / LOD | ④ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY & TOG ; (BFLY) SD DRAW CL TWICE ; | |
| | | | | 9-12 | SCIS THRU TWICE ; BOX ; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ; STRUT TOG 4 ; | |

| NO | 講習するフィギュア等 | スターティング ポジション/方向 | 例 | 小節 | キューイング・モジュール | 指導上の注意点 |
|----|--|---------------------|---|-------|---|--|
| 9 | 13.HITCH FWD & BK 13.HITCH 3 | SCP / LOD | ① | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ;; | ★HITCH FWD & BK は FWD HITCH 3 ; BK HITCH 3 ; で キューの仕方は HITCH 6 ;; 又は DBL HITCH ;; です。 |
| | | | | 5-8 | 2 FWD TWO-STEPS ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 9-12 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | 1/2 BOX ; SCIS THRU ; SD DRAW CL TWICE ;; | |
| | | BFLY / WALL | ② | 1-4 | BOX ;; 1/2 BOX ; SCIS THRU ; (OP) | |
| | | | | 5-8 | HITCH 6 ;; CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | SD DRAW CL TWICE ;; 1/2 BOX ; SCIS THRU ; | |
| | | | | 13-16 | SD TWO-STEP L/R ;; SD CL SD CL ; SD DRAW CL ; | |
| | | SCP / LOD | ③ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ;; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) SD TWO-STEP L/R ;; | |
| | | | | 9-12 | 1/2 BOX ; SCIS THRU ; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | SCP / LOD | ④ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ; (OP) | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | BOX ;; HITCH APT ; SCIS THRU ; | |
| | | | | 13-16 | LACE UP ;;; | |
| 10 | 14.VINE 4 / 8 14.VINE 3 | SCP / LOD | ① | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; VINE APT 3 ; VINE TOG 3 ; (OP) | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) VINE 8 ;; | |
| | | | | 9-12 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) VINE 4 ; SD DRAW CL ; | |
| | | | | 13-16 | BOX ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |
| | | SCP / LOD | ② | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ;; | |
| | | | | 5-8 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | VINE 4 ; SD DRAW CL ; BOX ;; | |
| | | | | 13-16 | VINE 8 ;; SD DRAW CL TWICE ;; | |
| | | SCP / LOD | ③ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ;; | |
| | | | | 5-8 | VINE APT 3 ; VINE TOG 3 ; (OP) CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) | |
| | | | | 9-12 | FC TO FC ; BK TO BK ; (BFLY) VINE 8 ;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | BFLY / WALL | ④ | 1-4 | SD TWO-STEP L/R ;; VINE 4 ; WALK 2 ; (SCP) | |
| | | | | 5-8 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ;; | |
| | | | | 9-12 | VINE APT 3 ; VINE TOG 3 ; (OP) CIRCLE AWAY & TOG ;; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | VINE 8 ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |

| NO | 講習するフィギュア等 | スターティング ポジション/方向 | 例 | 小節 | キューイング・モジュール | 指導上の注意点 |
|----|---------------|---------------------|---|-------|--|---|
| 11 | 15.L TRNG BOX | SCP / LOD | ① | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; (BFLY) | BFLYで L TRNG BOX ;;; を練習し、慣れたら CPで練習します。 |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | LACE UP ;;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | BFLY / WALL | ② | 1-4 | FC TO FC ; BK TO BK ; SD DRAW CL TWICE ;; (CP) | |
| | | | | 5-8 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 9-12 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; (BFLY) | |
| | | | | 13-16 | 1/2 BOX ; SCIS THRU ; TWIRL 2 ; WALK 2 ; | |
| | | SCP / LOD | ③ | 1-4 | 2 FWD TWO-STEPS ;; HITCH 6 ;; (BFLY) | |
| | | | | 5-8 | SD DRAW CL TWICE ;; (CP) BOX ;; | |
| | | | | 9-12 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 13-16 | CIRCLE AWAY 2 TWO-STEPS ;; STRUT TOG 4 ;; | |
| | | BFLY / WALL | ④ | 1-4 | SD TWO-STEP L/R ;; BOX ;; | |
| | | | | 5-8 | VINE 8 ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; (CP) | |
| | | | | 9-12 | L TRNG BOX ;;; | |
| | | | | 13-16 | SD DRAW CL TWICE ;; TWIRL VINE 2 ; WALK 2 ; | |

7 指導に適した曲

<曲を選択する時に 考慮するとよい点>

- ・ イントロが4小節で、2小節待つて2小節で挨拶ができる
- ・ 8小節、16小節のように4小節ごとに区切られている曲
- ・ ボーカルがある曲も楽しいが、初期では演奏だけのほうが合わせやすい
- ・ テンポがゆっくりめでリズムが取りやすい曲
- ・ CDなど複数曲ある場合、どちらの曲も使えるのを選ぶとお得

★ インターネットでラウンドダンス指導に適した音源を入手するならスクエアダンス用レコード会社を紹介するウェブサイト「Music For Callers」が便利です。「Grenn」のアイコンをクリックしてラウンドダンス曲紹介ページ「View All Round Dance Music」を開けば試聴して購入することが出来ます。お薦めの曲を少しご紹介します。

| No. | CD / MP3 No. | 曲名 | リズム |
|-----|-----------------------------|--|-------------------|
| 1 | SI0CD - 2016 SI0MP3-2016 | ・ Barbie ・ Red Carnation | Two Step Waltz |
| 2 | SI0CD - 2038 SI0MP3-2038 | ・ Little Bit South ・ Hi Lili Hi Lo | Two Step Waltz |
| 3 | SI0CD - 2023 SI0MP3-2023 | ・ Every Body's Do In It ・ Forgotten Waltz | Two Step Waltz |

一般社団法人日本スクエアダンス協会

技術委員会 ラウンドダンス小委員会

(ラウンドダンス指導法タスクチーム)

委員長 丸山 一雄

委員 黒崎 啓子

委員 勝亦 由利

委員 仲 順子

委員 菊地 博美

発行日 初版 2017年4月25日

発行者 一般社団法人日本スクエアダンス協会

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町1-7 神田ミハマビル

TEL 03-6240-6560 FAX 03-6240-6561

<http://www.squaredance.or.jp>

E-mail:squaredance@giga.ocn.ne.jp
