

中学校学習指導要領解説 保健体育編 Gダンス

「リズムに乗って全身で踊る」とは、この段階では、体幹部でリズムをとって全身で自由に弾んで踊ることを発展させ、体の各部位の動きをずらしたり連動させたりして踊ることや、ダイナミックなアクセントを加えたり違うリズムを取り入れたりして、変化を付けて連続して踊ることである。