

.....指導者のみなさまへ.....

スポーツのフォームが登場！

イージー，スタンダード，エキスパート共通で，最後のサビの部分に，「空手・剣道・水泳・シンクロ・陸上・ボート・サッカー・野球」のポーズが入っています。

- Point**
- ・指導の際に，「ここは空手だよ」「ここは野球だよ」など，声かけすることにより指導がしやすくなります。
 - ・歌詞の内容やそれぞれのスポーツをイメージしながら踊ることにより，見ている相手に動きが伝わります。また視線も意識するとより一層良いでしょう。
 - ・好きなスポーツに置き換えて表現することも可能です。



投稿した映像を茨城国体ホームページで紹介

茨城国体ホームページへ投稿いただいたダンスや合唱の映像は，ホームページ内で紹介できます。

- ◆児童生徒の皆さんの活動を紹介することで，やる気も高まりますので，是非投稿をお願いいたします。
- ◆撮影した動画の送り方で困っている方は，下記の問い合わせ先までご連絡ください。

★動画の送り先はこちら

〒310-8555 水戸市笠原町 978 番 6
茨城県国体・障害者スポーツ大会局 総務企画課
「イメージソング&ダンス 動画投稿」係

踊りやすくアレンジしてもOK！

振付内容については，スタンダードバージョンを基本とし，イスに座って踊ることや振付をより簡単にアレンジして踊ってもOKです。

フェスティバル・ダンスバージョンについて

振付はフリーとなっておりますので，自由な振付・構成で楽しく表現し，地元のお祭りや各種イベント等で積極的に活用いただければ幸いです。

学校の様々なシーンでのイメージソング・ダンスの活用について

踊る以外にも，給食の時間，そうじの時間，休み時間，業間運動等の BGM として，積極的な活用をお願いいたします。また，イメージソングは吹奏楽編曲版，合唱（女声・混声用）編曲版も制作しましたので，校内合唱コンクールや吹奏楽部での活用も可能です。（楽譜は公式ホームページからダウンロードできます。）

様々なシーンで，イメージソング&ダンスをご活用ください。いきいき茨城ゆめ国体・いきいき茨城ゆめ大会を盛り上げていきましょう。

＜投稿方法＞

- ① ダンスの映像を独自で YouTube に公開。そのアドレスを教えてください。
（1 番だけでも OK！）



<https://www.youtube.com/>.....



- ② 収録した映像を DVD などの記憶媒体にコピーしてお送りください。（スマートフォンで撮影したものでも OK！）

※動画は，必ず映っているご本人の承諾を得てください。



校内合唱
コンクール

給食
の
時間

そうじ
の
時間

休み
時間



お問い合わせ先
第 74 回国民体育大会茨城県準備委員会事務局
（国体・障害者スポーツ大会局 総務企画課内）
〒310-8555 茨城県水戸市笠原町 978 番 6
電話：029-301-5402 / FAX：029-301-5399

ダンスの振付けや曲については茨城国体ホームページをご覧ください。

■茨城国体公式ホームページ
<http://www.ibarakikokutai2019.jp/>

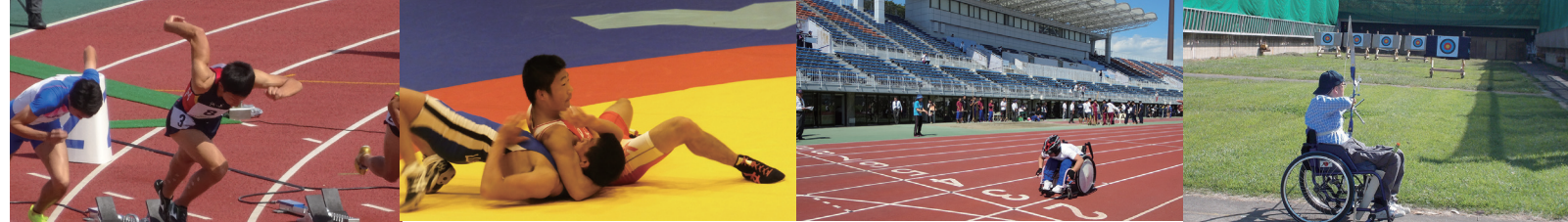




いきいき茨城ゆめ国体 2019
第74回国民体育大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ



いきいき茨城ゆめ大会 2019
第19回全国障害者スポーツ大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ



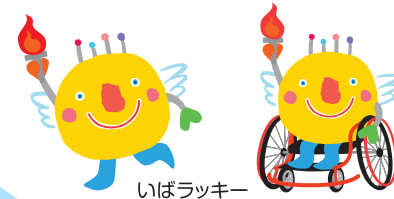
2019 年に、茨城県で国体と全国障害者スポーツ大会が開催

平成 31（2019）年に、茨城県で第 74 回国民体育大会「いきいき茨城ゆめ国体」が開催されます。本県での開催は，昭和 49（1974）年の「水と緑のまごころ国体」以来，45 年ぶりとなり，県内の全市町村で競技が行われます。また，国体の後には，第 19 回全国障害者スポーツ大会も開催されます。大会運営ボランティアへの参加や来県者へのおもてなしなど，皆さんもさまざまな活動に積極的に参加し，一緒に大会を盛り上げていきましょう。



みんなで盛り上げよう！

いきいき茨城ゆめ国体 いきいき茨城ゆめ大会



国体・大会クイズ !?

- レベル 1** 国体・大会のイメージソングの曲名は？
- レベル 2** 今回の国体開催は，前回の国体開催から何年ぶりの開催でしょうか？
- レベル 3** 2019 年の国体・大会の総合開会式や閉会式の会場はどこか調べてみよう。
- レベル 4** 自分の住んでいる市町村では，どんな競技が開催されるか調べてみよう。
- レベル 5** 前回の「水と緑のまごころ国体」での炬火リレーの距離と参加人数を調べてみよう。

※レベル 3，4，5 については茨城国体 H P や，当時の人の話を聞いて調べましょう。

スタンダード

小学校の中・高学年
中学生向け。幅広い
年齢層で楽しめる
ダンスです。

イージー

小学校低学年や
幼稚園，保育園向け。
スタンダードの振付を
さらに簡単にしました。

エキスパート

ダンス教室に通う経験者
向け。スタンダードの
振付を高度にしました。
Let's チャレンジ！



一緒に歌おう♪

イメージソング&ダンス 「そして未来へ」を覚えよう！



○ 体育の授業で踊ろう

- ・授業前の準備運動や授業の中で振付を覚えて茨城国体を盛り上げよう。

○ 運動会や体育祭でみんなで踊ろう

- ・ダンスを披露し，地域の方にも「そして未来へ」を知ってもらおう。
- ・運動会や体育祭の BGM として活用し「そして未来へ」を知ってもらおう。

○ クラブ活動や部活動等で踊ろう

- ・クラブや部活の時間に練習し，校内の発表会などで披露し茨城国体を盛り上げよう。

○ 各種団体主催のダンスコンテストへの出場や校内のダンス大会等で踊ろう

- ・クラスで力を合わせて振付を覚え，みんなの前で発表しよう。クラスの絆も強くなります！

