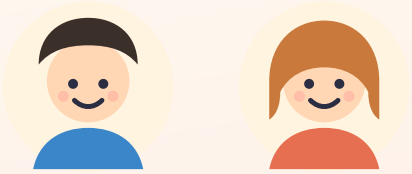
Season 4 | No.37



日本舞踊

扇と着物で表す、しなやかな舞の世界



全30ページ | 無料教材

一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の使い方

1 **見て・ふれて・感じる**
写真や実物、動画でも確かめてみましょう。身近な行事や食べ物の中にも、日本文化はたくさんあります。

2 **「なぜ？」を考える**
行事やしきたりには、それぞれ意味や願いがこめられています。由来を知ると、ぐっと面白くなります。

3 **「やってみよう」で体験する**
答えは30ページにあります。家族や地域の人に話を聞くのもおすすめです。地域によるちがいも楽しみましょう。



Ken（ケン）
日本の中学生。地元のお祭りが大好き。



Emma（エマ）
カナダから来た留学生。日本文化を勉強中。

もくじ

日本舞踊の入り口 …… 3〜4
型と心を学ぶ …… 5〜8
日本舞踊を味わう …… 9〜15
確かめよう …… 16〜19
くらべる・疑問 …… 20〜22
おさらい …… 23〜25
つたえる …… 26〜28
まとめ …… 29〜30

Lesson 1

日本舞踊ってなに？

日本舞踊がどんな芸能なのか、まず全体をつかみましょう。

日本舞踊とは、着物を着て、扇などを使いながら、音楽に合わせて舞う日本の伝統的な踊りです。
手や指先の細かい動き、足の運び方など、1つ1つの所作に意味がこめられています。



日本舞踊
にほんぶよう／nihon buyo
着物と扇を使って舞う日本の伝統的な踊り

所作
しょさ／sosa
決められた形をもつ、体の動き

ポイント

- 日本舞踊には、静かで上品な動きが多く見られます。
- 流派によって、同じ演目でも表現のしかたにちがいがあります。

やってみよう

1. 日本舞踊と聞いて、どんなイメージを持ちますか。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 2

日本舞踊の歴史

日本舞踊がどのように育まれてきたのかを学びます。

日本舞踊は、江戸時代に発展した歌舞伎の踊りをもとに、独自に育まれてきたといわれています。
長い年月の中で、多くの師匠から弟子へと技が受け継がれ、今の形になってきました。



ポイント

- 日本舞踊の演目には、能や歌舞伎から取り入れられたものもあります。
- 時代とともに、新しい演目も生み出されてきました。

やってみよう

1. 昔から続く芸能が今も見られることについて、どう思いますか。

書いて覚えよう

Lesson
3-4

歌舞伎との関係・流派

歌舞伎とのつながりと、日本舞踊の流派を学びます。

日本舞踊と歌舞伎

日本舞踊は、歌舞伎の舞台で発展した踊りがもとになっているといわれています。今では、歌舞伎とは別に、日本舞踊だけの発表会も行われています。

花柳流

多くの門下生を持つ大きな流派の1つ

藤間流

歌舞伎の振付とも関わりが深い流派

西川流

古くから続く流派の1つ

ポイント

- 流派によって、動きの特徴や表現の重んじ方が少しずつちがいます。
- 流派は師匠から弟子へと、稽古を通して受け継がれています。

やってみよう

1. 歌舞伎と日本舞踊、どちらに興味がありますか。理由も書いてみよう。

_____

書いて覚えよう

Lesson
5-6

扇の使い方・手の動き

日本舞踊で使われる扇と、手の動きの意味を学びます。

舞扇

まいおうぎ／mai-ougi

日本舞踊で使う専用の扇

手の内

てのうち／te-no-uchi

指先までを意識した手の動きや表現

ポイント

- 扇は、開いたり閉じたりする動きで、花や風、水など、さまざまなものを表します。
- 指先までていねいに動かすことで、動きに美しさが生まれるといわれています。

やってみよう

1. 扇で何かを表すとしたら、あなたは何を表現したいですか。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 7

足の運び

日本舞踊ならではの、足の動かし方を学びます。

足の運びの特徴

すり足　体の軸を保つ　静かに移動する　重心を低く保つ

着物姿でも美しく動けるように、独特の足運びが工夫されています。

ポイント

- 「すり足」とは、足の裏を床からあまり離さずに進む歩き方です。
- 足の運びを練習することで、体全体の動きが安定するといわれています。

やってみよう

1. すり足を家で少しまねしてみよう。感じたことを書こう。

書いて覚えよう

Lesson
8-9

目線と表情・着物での踊り

目線や表情、着物を着て踊るときの工夫を学びます。

ポイント

- 目線の動かし方1つで、遠くの景色や人の存在を表すことができます。
- 表情は、大げさにせず、おさえた表現が好まれることが多いです。
- 着物姿では、動ける範囲がかぎられるため、それに合わせた美しい所作が生まれてきました。



Emma
着物を着て踊るのは、動きにくくないのかな？



Ken
着物だからこそ美しく見える動きが工夫されているんだよ。

やってみよう

1. 目線や表情で何かを伝えた経験はありますか。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 10

踊りの音楽

日本舞踊を支える音楽について学びます。

三味線
多くの日本舞踊で使われる弦楽器

唄
物語や情景を歌で伝える

鳴り物
太鼓や笛などで場面を盛り上げる

ポイント

- 音楽の速さやリズムに合わせて、踊りの動きも変化します。
- 唄の歌詞には、物語の内容や登場人物の気持ちがこめられています。

やってみよう

1. 三味線の音を聞いたことがあれば、感想を書いてみよう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 11

長唄・清元・常磐津

日本舞踊で使われる音楽の種類を学びます。

種類	特徴
長唄	三味線と唄を中心とした、はなやかな音楽
清元	細やかで色っぽい表現が特徴の音楽
常磐津	物語をゆったりと語るような音楽

ポイント

- 演目によって、合わせる音楽の種類が選ばれています。
- 音楽の種類ごとに、独特の雰囲気や味わいがあります。

やってみよう

1. 3つの音楽の中で、聞いてみたいものを1つえらぼう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson
12-13

有名な演目・踊りで表す物語

日本舞踊で伝えられる演目と物語を学びます。

日本舞踊には、歴史上の出来事や物語、四季の風景などを題材にした演目が数多くあります。
「藤娘」のように花や自然を表す演目や、歌舞伎の名場面をもとにした演目もあるといわれています。



ポイント

- 同じ演目でも、踊り手によって表現の仕方が少しずつちがいます。
- 演目の背景を知ってから見ると、より楽しめるといわれています。

やってみよう

1. 踊りで表してみたい物語や場面を1つ考えてみよう。

書いて覚えよう

Lesson
14-15

季節の踊り・日本舞踊の見方

季節を表す踊りと、舞台を見るときのポイントを学びます。



春

はる／haru

桜や花をテーマにした演目

3〜5月ごろ



夏

なつ／natsu

涼しさや水辺を表す演目

6〜8月ごろ



秋

あき／aki

紅葉や月をテーマにした演目

9〜11月ごろ



冬

ふゆ／fuyu

雪景色を表す演目

12〜2月ごろ

ポイント

- 舞台を見るときは、衣装や扇の動きにも注目すると発見が増えます。
- 音楽と動きの組み合わせを楽しむのも、鑑賞のポイントの1つです。

やってみよう

1. 今の季節に合う演目があるとしたら、どんな題材がよいと思いますか。

_____

書いて覚えよう

Lesson 16

おさらい会

稽古の成果を発表する「おさらい会」を学びます。

おさらい会とは

おさらい会とは、日ごろの稽古の成果を発表する会のことです。師匠や仲間の前で、練習してきた演目を披露します。

ポイント

- おさらい会は、家族や友人が見に行けることもあります。
- 発表を通して、踊り手自身の成長にもつながるといわれています。

やってみよう

1. あなたが何かを発表するとしたら、どんな気持ちになりそうですか。

書いて覚えよう

Lesson
17-18

日本舞踊を体験しよう・所作の美しさ

実際に所作を体験し、その美しさを感じてみましょう。

体験してみよう

扇の開き方・閉じ方　おじぎの所作　すり足を少し歩いてみる　指先を意識して動かす

むずかしい動きでなくても、意識するだけで所作は美しく見えます。

ポイント

- 所作の美しさは、動きの速さよりも、ていねいさから生まれるといわれています。
- 日常の立ち居振る舞いにも、日本舞踊の所作の考え方は生かせます。

やってみよう

1. 簡単な所作を1つまねしてみて、気づいたことを書こう。

書いて覚えよう

Lesson 19

日本舞踊の魅力

日本舞踊のどんなところに魅力を感じるか、考えてみましょう。

ポイント

- 静かな動きの中に、感情や物語が表現されているところが日本舞踊の魅力の1つです。
- 着物や扇など、美しい道具とともに楽しめる芸能です。

やってみよう

1. 日本舞踊のどんなところに興味を持ちましたか。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

ワンポイント 次のページからは、実際に見て、体験しながら、日本舞踊への理解を深めていきましょう。

書いて覚えよう

Lesson 20

写真や実物を見てみよう

見て、日本舞踊をもっと身近に感じましょう。

見てみよう

舞台写真・映像　舞扇などの道具　着物の展示　発表会のチラシ

実物の扇や着物を見ると、写真だけではわからない大きさや質感に気づけます。

ポイント

- 映像で見るときは、手先や足の運びにも注目してみましょう。
- 地域の発表会のポスターやチラシも、身近な資料になります。

やってみよう

1. 日本舞踊の写真や映像を見て、印象に残ったことを書こう。

書いて覚えよう

Lesson 21

体験してみよう

実際に体験すると、日本舞踊はもっと楽しくなります。

やってみよう

扇を開く・閉じる　おじぎの所作　すり足を歩く　簡単な手の型

多くは、家や学校でも安全に体験できます。

ポイント

- 体験すると、本や映像だけではわからない発見があります。
- 広い場所で行い、まわりにぶつからないよう注意しましょう。

やってみよう

1. この中から1つえらんで、実際に体験してみよう。
2. 体験してみて気づいたことを書こう。

書いて覚えよう

Lesson 22

由来と意味をおさらい

学んだ日本舞踊の由来や意味を確かめましょう。

ことば	由来・意味
所作	決められた形をもつ、体の動き
すり足	足の裏を床から離さずに進む歩き方
手の内	指先までを意識した手の動きや表現
おさらい会	稽古の成果を発表する会

ポイント

- 由来を知ると、舞台をより深く楽しめるようになります。
- 「なぜそうするのか」を調べる習慣を大切にしましょう。

やってみよう

1. この中から1つえらび、家族に説明してみよう。

書いて覚えよう

Lesson 23

地域によるちがい

日本舞踊には、流派や地域によるちがいもあります。

共通すること

多くの流派に見られる考え方

扇や着物を使う
表現の道具として大切にする

稽古を通して技を伝える
師匠から弟子へ受け継ぐ

ちがうこと

流派によって形がちがうもの

動きの特徴
流派ごとに個性がある

演目の選び方
得意とする題材がちがう

ポイント

- 「日本舞踊は必ず〜」と決めつけず、流派によるちがいを大切にしましょう。
- 地域のお祭りなどで、独自の踊りが受け継がれていることもあります。

やってみよう

1. あなたの地域にある踊りや芸能を1つ書こう。

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜日本舞踊　個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 24

昔と今をくらべよう

日本舞踊は、時代とともに少しずつ変わってきました。

昔

以前のようす

限られた場での稽古
師匠のもとで学ぶ

決まった演目が中心
伝統的な題材が多い

今

今のようす

教室や発表会が身近に
習い事として学べる

映像で学ぶ機会も増加
動画で舞台を見られる

ポイント

- 形が変わっても、所作を大切にする考え方は受け継がれています。

やってみよう

1. 日本舞踊にふれる機会が増えたら、見てみたいですか。

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜日本舞踊　個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 25

よくある疑問

日本舞踊について、よくある疑問を確認しましょう。

よくある疑問

Q. 日本舞踊と歌舞伎は同じものですか？
A. ちがいます。歌舞伎から発展した踊りがもとになっていますが、別の芸能として親しまれています。
Q. 子どもでも習うことができますか？
A. 教室によっては、子ども向けの稽古を行っているところもあります。

ポイント

- わからないことは、そのままにせず、本や詳しい人に聞いてみましょう。

やってみよう

1. 日本舞踊について疑問に思うことを1つ書こう。

書いて覚えよう

Lesson 26

マナーと注意点

日本舞踊にふれるとき、気をつけたいことがあります。

ポイント

- 舞台を見るときは、静かに、まわりの人への配慮を大切にしましょう。
- 写真や動画を撮るときは、撮影してよい場所かを確認しましょう。
- 稽古で扇などの道具を扱うときは、ていねいに大切に扱いましょう。

ワンポイント わからないマナーがあるときは、まわりの人を見てまねたり、そっとたずねたりすると安心です。

やってみよう

1. 舞台を見に行くときに気をつけたいことを1つ書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 27

用語をおさらい

この教材に出てきたことばを確認しよう。

動きのことば

- ☐ **所作**
  決められた形をもつ体の動き
- ☐ **すり足**
  足を床から離さず進む歩き方
- ☐ **手の内**
  指先までを意識した動き

舞台のことば

- ☐ **舞扇**
  日本舞踊で使う専用の扇
- ☐ **長唄**
  三味線と唄を中心とした音楽
- ☐ **おさらい会**
  稽古の成果を発表する会

ワンポイント 覚えたことばに✓をつけよう。ことばを知ると、日本舞踊がもっと身近に感じられます。

書いて覚えよう

Lesson 28

復習クイズ

ここまでの内容をチェックしよう。

1. 言葉と意味を線でむすぼう

所作	●	● ア. 日本舞踊で使う専用の扇
すり足	●	● イ. 指先までを意識した動き
手の内	●	● ウ. 足を床から離さず進む歩き方
舞扇	●	● エ. 稽古の成果を発表する会
おさらい会	●	● オ. 決められた形をもつ体の動き

2. 正しいほうに○をつけよう

1. 日本舞踊は歌舞伎の踊りから発展したといわれている →（ 正しい ／ まちがい ）
2. 流派がちがっても、動きの特徴はすべて同じである →（ 正しい ／ まちがい ）

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜日本舞踊　個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 29

ふり返りチェック

できるようになったことを確かめよう。

☐	日本舞踊の特徴を1つ以上言える	所作・扇・着物など
☐	日本舞踊で使われる音楽を1つ言える	長唄・清元など
☐	流派によるちがいを説明できる	動きや演目の個性
☐	所作を1つ体験した	扇の扱い・すり足など

ポイント

- ✓がつかなかった項目は、もう一度そのページを読み返してみましょう。

書いて覚えよう

Lesson 30

家族や友だちに話してみよう

学んだ日本舞踊のことを、自分のことばで伝えてみよう。

伝えたいこと

由来や意味

自分が感じたこと

相手に聞いてみたいこと

Ken の例

伝えたいこと すり足／由来や意味 足を床から離さず進む、日本舞踊独特の歩き方／自分が感じたこと まねしてみると体の軸を意識することに気づいた／聞いてみたいこと 他にどんな所作があるか

ポイント

- 聞いてもらう相手に合わせて、ことばを選んでみましょう。

書いて覚えよう

Lesson 31

英語で紹介してみよう

日本舞踊を、短い英語でも紹介できるようにしよう。

日本舞踊

にほんぶよう／Japanese classical dance

着物と扇を使って舞う日本の伝統的な踊り

扇

おうぎ／folding fan

日本舞踊でさまざまなものを表す道具



Emma

日本舞踊を英語で紹介するとき、どう説明する？



Ken

扇や着物を使って物語を表す踊り、と簡単に伝えるようにしているよ。

ポイント

- すべてを直訳しようとせず、意味を簡単なことばで伝えることが大切です。

やってみよう

1. 紹介したい日本舞踊の見どころを1つ選び、短い英語で説明してみよう。

書いて覚えよう

Lesson 32

もっと知りたい人へ

日本舞踊の世界は、ここからどんどん広がります。

調べる方法

図書館で
日本舞踊の本を借りる

劇場へ
発表会や公演を見に行く

動画で
舞台の映像を見る

次に学びたいテーマ

歌舞伎
舞台芸能のはなやかな世界

能・狂言
静かで格式高い舞台芸能

着物と和の装い
衣装のひみつ

ポイント

- 日本舞踊を学んだ次は「歌舞伎」もあわせて学ぶと、つながりが見えてきます。

書いて覚えよう

Lesson 33

学んだことをまとめよう

この教材で学んだことを、自分の言葉でまとめよう。

まとめ　自分の言葉で書こう

1. 日本舞踊とは、どんな芸能だと思いますか。＿＿＿＿＿＿＿＿
2. 学んだ中でいちばん印象に残ったことは？＿＿＿＿＿＿＿＿
3. これから知りたいことは？＿＿＿＿＿＿＿＿

日本舞踊ミッションカード

MISSION 1
扇の開き方・閉じ方をまねしてみる

MISSION 2
家族に日本舞踊について1つ質問する

MISSION 3
日本舞踊の映像や写真を1つ見る

MISSION 4
好きな日本舞踊の話題を友だちに紹介する

できたミッションに✓をつけよう：　☐1　☐2　☐3　☐4

書いて覚えよう

Lesson 34

日本舞踊チャレンジ

教室の外でも、日本舞踊の魅力はすぐに見つけられます。

見つけよう

所作の美しさを感じる場面を1つ探す

聞いてみよう

家族に**踊りや芸能**について質問する

伝えよう

日本舞踊の魅力を**友だちや家族に紹介**する

こたえ

L28 所作→オ すり足→ウ 手の内→イ 舞扇→ア おさらい会→エ
2. 正しい ／ まちがい

L33 （例）日本舞踊とは、着物と扇を使い、音楽に合わせて物語や情景を表す日本の伝統的な踊りのこと。

書いて覚えよう

日本舞踊（Season 4 ｜ No.37）
発行：一般社団法人文化芸術支援協会
この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。
有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。
くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。