

しろくま忍者の手あらいソング 振りつけ解説

いっしょにおどろう!



*イラストは、鏡に映したように左右逆になっています。

<p>さあ しろくま忍者の手あらい忍法はじまるよ〜</p> <p>1</p> <p>スタート</p>	<p>ヤーッ!</p> <p>2</p> <p>左手を上げて「ヤーッ!」</p>	<p>(前奏)</p> <p>3</p> <p>リズムに合せて、ひざをまげのぼし</p>	<p>しろくま</p> <p>4</p> <p>その場で足ぶみ</p>	<p>しろくま</p> <p>5</p> <p>くまのポーズ</p>	<p>忍者だ</p> <p>6</p> <p>忍者のポーズ</p>	<p>円山ZOO</p> <p>7</p> <p>右・左に4回ゆれる</p>	<p>手あらい忍法</p> <p>8</p> <p>親指と人差し指を立てて</p>	<p>お手のも</p> <p>9</p> <p>刀をふって</p>	<p>の</p> <p>10</p> <p>決めポーズ!</p>	<p>ばいきん</p> <p>11</p> <p>ばいきんのポーズ</p>	<p>忍者は</p> <p>12</p> <p>忍者のポーズ</p>	<p>1番: 指がくれ</p> <p>13</p> <p>両手で目かくし 右・左に4回ゆれる</p>	<p>2番: のどがくれ</p> <p>14</p> <p>両手でのどをかくし 右・左に4回ゆれる</p>	<p>石けん</p> <p>15</p> <p>しりけんを投げるかまえ</p>	<p>しりけん</p> <p>16</p> <p>石けんをあわ立てて</p>
<p>シュシュシュの</p> <p>16</p> <p>右から左へしりけんを4つ投げる</p>	<p>シュツ</p> <p>17</p> <p>5つ目のしりけんを投げきる</p>	<p>ツ〜ルツルツル にんにん</p> <p>18</p> <p>右手のひらを左手でツルツル</p>	<p>ツ〜ルツル</p> <p>19</p> <p>左手のこうを右手でツルツル</p>	<p>ガ〜リガリガリ にんにん</p> <p>20</p> <p>右足一步前、出した右足をもどす</p>	<p>ガ〜リガリ</p> <p>21</p> <p>左足一步前、出した左足をもどす</p>	<p>ム〜ギ ムギ ムギ ムギ</p> <p>22</p> <p>指をくんでムギ ムギ、右足のかかとを2回、出して</p>	<p>ム〜ギ ムギ ムギ</p> <p>23</p> <p>左足のかかとを2回、出して</p>	<p>ネ〜ジネジネジ にんにん</p> <p>24</p> <p>右手の親指を左手でネジネジ (右から左へ)</p>	<p>ネ〜ジネジ</p> <p>25</p> <p>左手の親指を右手でネジネジ (左から右へ)</p>	<p>ゲ〜ルゲルゲル にんにん</p> <p>26</p> <p>右手首を左手でグルグル (右に一回り)</p>	<p>ゲ〜ルゲル</p> <p>27</p> <p>左手首を右手でグルグル (左に一回り)</p>	<p>クチュクチュ</p> <p>28</p> <p>顔の横で手でクチュクチュ</p>	<p>ガラガラ</p> <p>29</p> <p>上を向いてガラガラ</p>		
<p>ブクブク</p> <p>30</p> <p>両手をぐるっとまわ回して</p>	<p>ペー</p> <p>31</p> <p>右足のかかとを出してポーズ!</p>	<p>ばいきん忍者</p> <p>32</p> <p>パンザイをして</p>	<p>バ〜イ</p> <p>33</p> <p>バ〜イ (右へ)</p>	<p>バイ!</p> <p>34</p> <p>バイ! (左へ)</p>	<p>(間奏)</p> <p>35</p> <p>おしりを右・左に4回ふる</p>	<p>にんにん にんむの</p> <p>36</p> <p>左手でぐるっと指さす (右から左へ)</p>	<p>そのあとは</p> <p>37</p> <p>右手でぐるっと指さす (左から右へ)</p>	<p>ピッカピカの手</p> <p>38</p> <p>手のひらキラキラ</p>	<p>子サン</p> <p>39</p> <p>しゃがんで</p>	<p>子ショー!</p> <p>40</p> <p>ジャンプ!</p>	<p>たまねぎ 2番: こまつな</p> <p>41</p> <p>とんがりたまねぎ</p>	<p>かぼちゃ レタス</p> <p>42</p> <p>まんまるかぼちゃ</p>	<p>ブロッコ とう</p> <p>43</p> <p>指をくんで</p>	<p>リー きび</p> <p>44</p> <p>うでを下にのぼす</p>	
<p>ぬき足 さし足 しのび足</p> <p>45</p> <p>「しー!」のポーズ、右に4歩</p>	<p>(間奏)</p> <p>46</p> <p>もとの位置にもどって</p>	<p>ドロコン!</p> <p>47</p> <p>忍者のポーズでジャンプ!</p>	<p>(間奏)</p> <p>48</p> <p>2人1組で向かいあう</p>	<p>(ツルツルツルツル ガリガリガリガリ)</p> <p>49</p> <p>手をあわせて上下に</p>	<p>(ムギ ムギ ムギ ムギ)</p> <p>50</p> <p>手をつないで右に一回り</p>	<p>(ネジネジネジネジ ゲルゲルゲルゲル)</p> <p>51</p> <p>手をはなしてグルグル</p>	<p>(間奏)</p> <p>52</p> <p>大きく右回りでもとの位置にもどって</p>	<p>ドロコン!</p> <p>53</p> <p>忍者のポーズでジャンプ!</p>							