

T. CLADLE DANCE



テイク・クレードルダンス

テイク・クレードルダンス

第十二期



Faint vertical text columns, likely a list of names or a table of contents.

▽注 意△

テイククレードルダンスは程度の高いもので尋常五學年以上、高女五年まで適用出来る、極めて優美な……教育的ダンスである。

此ダンスは歐羅巴ものであるが原舞に面白くない點が多々あつたから……骨子を取つけない程度で著者が改竄した。それでもまだ複雑な動作がある。そこで先づ歩法だけを教へ十分之れが出来るとなつたら、上肢の動作を教ゆる方がよい。

此ダンスの拍子は三拍子である……『ダンスの眞の價値は三拍子ものに由て見出すことが出来る』……と或原書に書いてあつたが實に至言だと思ふ。どうか其の積りで十分味はつて貰ひたい。殊にテイククレードルダンスは或程度まで巧にやらぬと、眞の價値は表はれない。それには足尖の使ひ方・膝の屈伸・頭・

顔の向け方、眼のつけ方、體のこなし・兩臂の動かし方。其の他手首の動かし方・五指の開閉・屈伸の微に至るまで、繊細な技巧と圓滑な動作によつて、演出することが肝要である。

▽準 備△

一組を四列に編成して列と列との間を大間隔に整頓し、整頓が出来たら之れを正面向きとして又大間隔に開かすのである。即ち四人重なるやうにして縦・横共に大間隔に排列すればよい、若し人員が多ければ六人若しくは八人重なるやうに排列するがよい。

第 一 節

【兩臂を側方肩の高さに舉げて軽く動かしながら右側方へ、ガロツプ及び手を上下しながら右
テイククレードルダンス

【動作の説明】

(一)(二)(三)

(一) 兩臂を側方肩の高さに舉げて之れを軽く動かしながら(肱及び手首を軽く

屈げて、すぐ伸ばす) 右足

を半歩右側方へ踏出すと同

時に左足を右足に引きつけ

る。(第七十三圖參照)

(二) 以上の動作を繰り返す。

ガロツプは踵を充分舉げて

足尖のみで極めて軽く行ふ

と共に、歩幅をせまく且つ

圖 三十七 第



(一)(二)(三)の動作にしてガロツプ行ひ兩足を揃へて兩臂を伸ばした所。

足尖を引き摺らぬやう特に注意せねばならぬ。

(二)(二)(三)

(二) 右足を一步正しく右側方へ踏出して

兩膝を屈けると同時に左足を地から

はなして右斜前方へ舉げる。(即ち右

足の右斜前方へ舉げる)(第七十四圖

參照)

(二) 左足を進めた場所に下ろし膝を伸ば

して足尖で立つと同時に、右足を(現

在の位置で)地から僅かに舉げる。

(三) 右足を其の場に下ろして膝を屈けると同時に、左足を地から舉げる。

圖 四十七 第



げ舉ぐ輕へ方前斜右を足左てしに作動の(三)°(二)(二)所たけ向に上を掌てへ副に前體を手左、に上頭を手右

以上三呼の動作と共に右手を側方から上方へ高く舉げて掌を頭上に翳し、左手を體前に持つて來つて掌を上向きにする。さうして頭を後ろに屈けて右掌に目を注ぐ。(第七十四圖参照)

(三)(三)は(二)(二)と同じ要領で左手を頭に翳し、右手を體前に副へながら左足から始めて左側方へ搖籃歩を行ふのである。

(四)(三)は(二)(二)と全然同じ事を行へばよし。

第一節

【兩臂を側方肩の高さに舉げて軽く動かしながら左側方へガロツプ及び手を上下しながら左へ右へ交互に搖籃歩……十二呼】

【動作の説明】

第一節と同じ動作を左足から始めて左側方へ行へばよいのである。

第三節

【兩手を胸側に副へて斜前方へ踏替歩……及び臂を上下に伸ばしながら體を前方に倒して跳躍……十二呼】

【動作の説明】

(一)(二)(三)

(一)兩掌を下に向け……右手を左胸側乳の高さに副へ、左手を右手の下約一尺の所に副へると同時に、右足を一步右斜前方へ踏出す。此の場合體を少し左

第七十五圖



第三節(二)の動作を側面から撮影したものである……
……兩手の位置……頭の屈げ方……體のまはし方等に注意。

へまはし且つ進む方向へ傾けながら頭を進む方向へまはして眼を上方に注

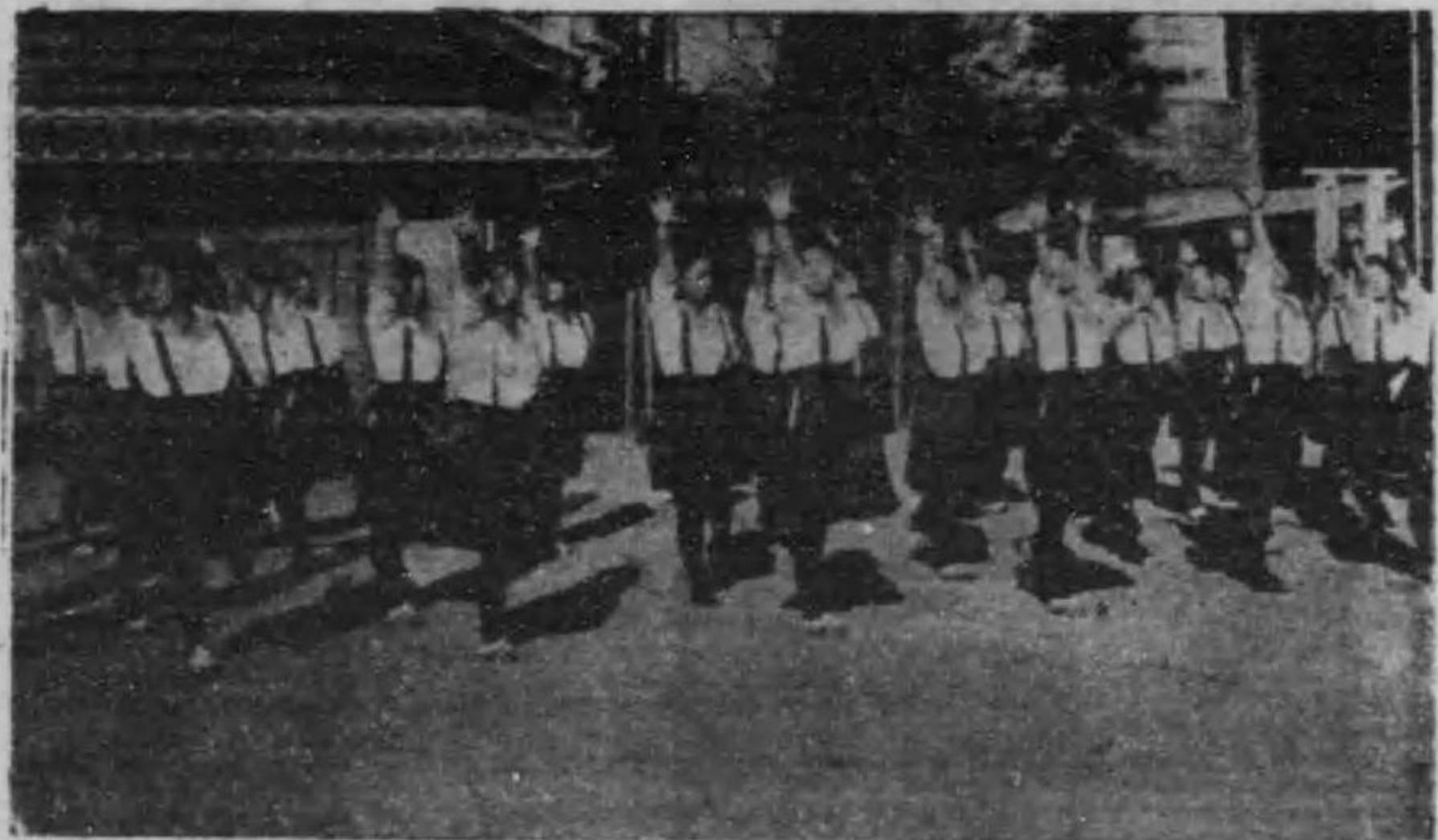
ぐ。(第七十五圖手及び體參照)

(二)以上の姿勢を保つたまゝ左足を右足に引きつけると同時に、右足を大きく一步右斜前方へ出し膝を深く屈けて體を其の方向へ倒す。

(三)左脚を伸ばしたまゝ後方へ擧げると同時に、右足で跳躍をする。此の場合胸を十分張り頭を後方に屈げ、且つ腰を充分伸ばすやう注意せねばならぬ。

以上の動作と共に右臂を前上方へ

圖六十七第



右右……でのもたし影撮らか面正を作動の(三)節三第
げ擧に方後を脚左てしば伸へ方下後を手左に方上前を
。所たし躍跳で足右

高く、左臂を後下方へ左脚と平行に伸ばしながら、顔を上向きにして目を右手に注ぐ。(第七十六圖參照)

(二)(三)は(一)(二)(三)と同じ要領で左足から始めて左斜前方へ行ふのである。此の場合(三)で左臂を前上方へ、右臂を右斜後下方へ伸ばすのは言ふまでもないが、(二)(三)の手の副へ方は左手を上にして右手を下にして右胸側に副へるのである。

(三)(二)(三)は(一)(二)(三)と同じ動作を、(四)(二)(三)は(二)(二)(三)と同じ動作を繰り返す。

第四節

【臂を側方・胸側・體前に動かしながら兩膝立……十二呼】

【動作の説明】

(一)(二)(三)

テイクレールドダンス

(一) 先きに後ろに擧げた右足を左足に引きつけて直立すると共に、兩臂を側方肩の高さに擧げて軽く動かす。

兩臂の動かし方は最初兩腕を軽く屈げて、之れを側方肩の高さに擧げなが

ら兩掌を側方に向けて五指を充分開く。さうして兩腕を直ちに伸ばしながら兩手首を折つて下に向けると共に、中指と拇指とで軽く輪を作つて他の三指は十分そらすのである。此の場合兩



圖七十七第

第四節(二)の動作にして兩手を胸側に翻へた所……腕の高さに注意。

手を頭の高さ位まで上げる。

要するに腕・手首・指を出来るだけ優美にふんはりと動かすので、大いに技

巧を要する所である。而し妙にひねくると却て此のダンスの眞價を取つける事になるから特に此の點注意せねばならぬ。(以上、以下共兩臂の動かし方此の注意に準ず)

(二) 兩腕を屈げ兩手を軽く動かしながら胸の兩わきの所へ副へる。此の場合拇

指を體に軽く接して兩掌を下に向ける。(第七十七圖参照)

(三) 兩手を更に軽く動かしながら右手を胸前に、左手を右手の約一尺下の所に副へる。(第七十八圖参照)



圖八十七第

第四節(三)の動作にして右手を胸前に……左手を其の下方約一尺の邊に副へた所。

第九十七圖



第四節(三)(二)(三)の動作の時に、両膝の立まの、
手前を動かすにしかた。

に保つやう特に注意せねばならぬ。

(二)

(二)直立のまま、両手を體前にて一回軽く動かす。

動かす。

(二)両手を更に軽く動かして胸のわきに副へる。

副へる。

(三)更に両手を動かしながら両腕を十分伸ばして側方頭の高さに挙げる。

伸ばして側方頭の高さに挙げる。

(三)

(三)兩臂を側方に挙げたまゝ一回動かすと共に兩膝を地につける。此の場合體が前に屈がり勝ちであるから眞直

體が前に屈がり勝ちであるから眞直

(二)兩膝立のまま、體を起すと共に、両手を胸側に副へる。

(三)更に両手を動かしながら體前に持ち來る。(第七十九圖参照)

(四)(二)(三)

兩膝立のまま、(二)(三)の要領で両手を側方へ戻す。

第五節

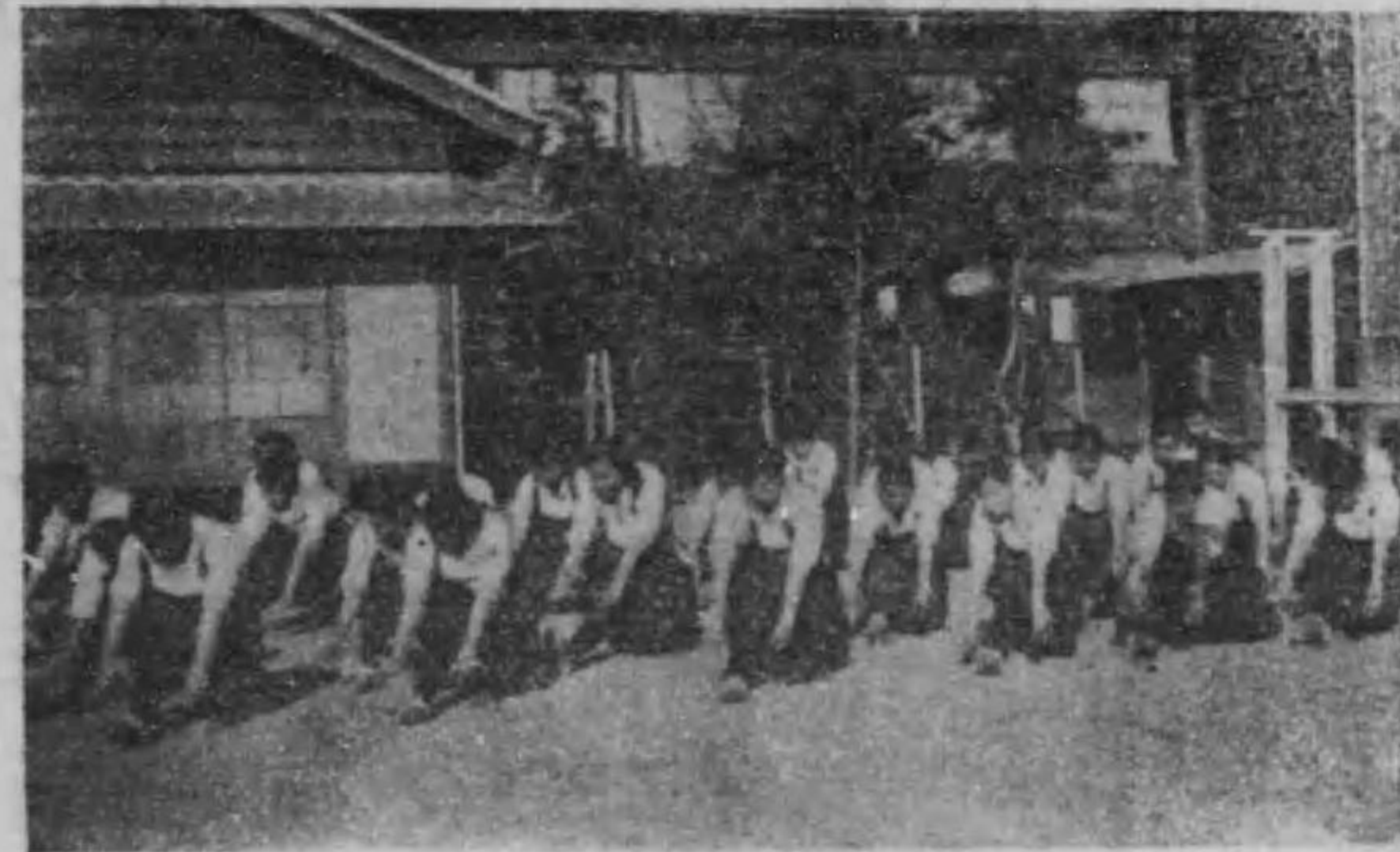
【足の右斜前出、及び両手を斜前下方から上に舉げて體を前後に倒す……十二呼】

【動作の説明】

(一)(二)(三)

(一)兩膝立の姿勢から右足を右斜前方へ出し脚を伸ばして足尖だけ地につけると同時に、體を其の方向へ屈指、臂と手とを軽く動かしながら両手を右斜前下方へ下ろして、目を足尖に注ぐ。(第八十圖参照)

圖 十八 第



を體・し出へ方前斜右を足右てしに作動の(一)節五第
。所たしろ下を手兩てげ屈に向方の其

に上方へ高く舉げて兩掌を頭上に翳す。以上の動作と共に體を後ろへ倒し

- (二) 右足を右斜前方へ踏出した時足尖を地につけるやう解説したが、下級生に課す場合は之れと反對に足尖を上げて踵を地につけさす方がよい。
- (三) 先に右斜前方へ出した兩手を徐々に途中まで舉げる、従つて體を徐々に起す。此の場合目を兩掌の間に注ぐ。
- (二) 先に途中まで舉げかけた兩手を更
- (三)

頭を後ろに屈けて目を兩掌の中間に注ぐ。(第八十一圖参照)

圖 一十八 第



兩し倒にる後を體てしに作動の(三)°の(三)°(二)(二)
所たし翳に上頭を手

- (三) 解説の便宜上(一)(二)(三)・(二)(二)(三)に別けて説明したが、實際は判然區別する事は出来ない。要するに六呼間に以上の動作を行へばよいのである。
 - (二) (三)
 - (三) (二)(三)の三呼間に兩手を腰にとると同時に、體を正面に復し右足を膝立の姿勢に戻す。
 - (四) (二) (三)
- 以上の姿勢のまゝ休止。

第六節

【足の左斜前出、及び両手を斜前下方から上方に上げて體を前後に倒す……十二呼】

【動作の説明】

左脚を左斜前方へ出して第五節と同じ動作を行へばよいのである。

第七節

【臂を側方・胸側・體前に動かしながら直立す……十二呼】

【動作の説明】

- (一)(二)(三)

兩膝立のまゝ、兩臂を第四節(一)(二)(三)と同じ要領で側方から體前へ動かすのである。

- (二)(一)(三)

以上の姿勢のまゝ、兩臂を體前から側方へ動かす。

- (三)(二)(三)

臀部を兩踵の上を下ろし次いで直立しながら前と同じ要領で兩臂を側方から體前へ動かす。

- (四)(二)(三)

直立のまゝ、兩臂を體前から側方へ動かすのである。

第八節

【兩手を腰にとつて後方へ膝屈踏替跳躍……十二呼】

【動作の説明】

- (一)(二)(三)

圖二十八第



第八節(一)(二)(三)(四)の動作にして左膝を擧げて右足で跳躍した所。

のである。

- (一) 両手を腰にとると同時に、右足を一步後方へ踏出す。
- (二) 左足を後ろの右足に引きつけると同時に、右足を更に後方へ踏出す。

(三) 左膝を高く擧げながら右足で跳躍をする。(第八十

二圖参照)

(二)(三)は左足から(三)(二)(三)は右足から(四)(二)(三)は左足から始めて以上と同じ動作を繰り返して舊位に戻る

第九節

圖三十八第



【右側方へ交叉回轉及び手を交互に上下しながら搖籃歩……十二呼】

【動作の説明】

- (一)
- (二)
- (三)

- (一) 右足を一步右側方へ踏出し體を少し左側方へ傾けると同時に、右掌を下に向けて胸前に副へ、左掌は上向きにして右手の下約一尺の所に副へる。(第八十三圖参照)
- (二) 左脚を右脚の前に交叉するとすぐ兩足尖で右轉回して背面向きとなる。

左脚を右脚の前に交叉して正に轉回せんとする所、但し手も又現在の位置から左右に開かんとする所、但し體はもう少し左側方へ傾けるのがよい。

以上の動作と共に先きに上下に向き合はした両手を體からはなして、體前

約五六寸の所で左右に開き右掌を左に、左掌を右に向ける。即ち兩掌を體前に於て左右に向き合はすのである。此の場合兩掌の距離は體の幅位がよ

す。

(三)兩足尖で更に右轉回して正面向きとなる。以上の動作と共に先きに體前に於て左右に開いた兩手を、兩掌を向き合はしたまゝ、腰に副へるのである。

(二)(一)(三)

右手を頭上に翳し左手を體前に副へながら右斜へ搖籃歩を行ふ。

(三)(二)(三)は左斜へ、(四)(二)(三)は右斜へ手を上下しながら搖籃歩を繰り返すのである。

第十節

【左側方へ交叉回轉……及び手を上下しながら搖籃歩……十二呼】

【動作の説明】

第九節の動作を左足から始めて左側方へ繰り返せばよい。

第十一節

【兩手を胸側に副へて斜前方へ踏替歩……及び臂を上下に伸ばしながら體を前方に倒して跳躍……十二呼】

【動作の説明】

第三節と全然同じ動作を繰り返して前方へ進む。

第十二節

【兩臂を側舉して動かしながら右側方へガロツプ……及び足の側出……手を上下しながら體の轉向前後屈……十二呼】

【動作の説明】

(一)(二)(三)

兩臂を側方肩の高さに舉げて軽く動かしながら、右足から始めて右側方へガロツプを行ふ。即ち第一節(一)(二)(三)と同じ動作を行ふのである。

圖四十八第



第十二節(一)(二)(三)の動作にして右足を右側方へ出して其の方向へ體を深く屈げた所……體、頭、右手の位置に注意。

…右膝深くを屈けると同時に、體を左に向け且つ其方向へ深く屈げる。以上の動作と共に右手を腰にとり左手を左側方、殆んど地につく位の所に出

(二)左足を大きく一歩左側方へ踏出し、脚を十分伸ばして足尖だけ地につけ…

して之れに注目するのである。(第八十四圖參考)

(二)左手を高く舉げると共に、體を左に向けたまゝ起す。

(三)左掌を頭上に翳すと同時に體を正面に復し頭を後方に屈げて目を左掌に注ぐのである。(第八十五圖參考)

(三)(二)(三)

(三)兩足の位置は前のまゝとして右足尖を右側方へ向けると同時に、體を右に向け且つ其の方向へ深く屈げる。以上の動作と共に左手を腰にとり、右手を右側方、殆

圖五十八第



(三)(二)(三)の動作にして……兩足の位置を其のまゝとし體を起し右手を頭上に翳した所。

んど地につく位のところに出して之れに目を注ぐ。(第八十四圖參照)

(二) (三)は前の(二) (三)の要領で體を起しながら右手を頭上に翳す。(第八十五圖參照)

(四) (二) (三)

(四) 右手を腰にとると同時に、左足を右足に引きつけて直立する。

(二) (三)以上の姿勢のまま、休止。

第十三節

【兩臂を側舉して動かしながら左側方へガロッパ……及び足の側出……手を上下しながら體の轉向前後屈……十二呼】

【動作の説明】

第十二節と同じ動作を左足から始めて左側方へ行へばよい。

第十四節

【兩手を斜上方へ舉げながら後方へ膝屈踏替跳躍……十二呼】

【動作の説明】

(一) (二) (三)

(一) 掌を前に向けて左手を頭の高さに、右手を目の高さ位に左斜前方へ舉げると同時に、右足を一步後方へ踏出す。此の場合兩手の間は一尺乃至一尺四五寸位がよい。さうして左手に目を注ぐ。

(二) 先きに左斜前方へ舉げた兩手を少し下げながら(胸の前位まで)……左足を後方の右足に引きつけると同時に、右足を直ちに後方へ踏出す。

(三) 兩手を右斜前方へ舉げながら(右手を頭の高さに左手を目の高さに)……左膝を高く舉げて、右足で跳躍をする。此の場合體を少し右に向けて右手に

目を注ぐ。(第八十六圖参照)

両手の挙げ方を(一)(二)(三)に分けて説明したが、實際は判然區別する事は出来ない。要するに三呼間に左斜上方から右斜上方へ移るのである。

(二)
(三)

左足から始めて後方へ以上と同じ動作を行ひながら、両手を左斜上方へ移す。

(三)
(二)(三)は(一)(二)(三)と同じ動作を、(四)(二)(三)は(二)(二)(三)と同じ動作を繰り返して最初の位置に戻るのである。

圖六十八第



第十四節(一)(二)(三)の(三)の動作にして……右手を頭の高さ、左手を目の高さにして右斜上方へ挙げ……左膝を高く挙げ、右足で跳躍した所……體の向け方、眼のつけ方に注意。

の位置に戻るのである。

第十五節

【兩臂を側舉して動かしながら側方へガロツプ……及び片手を頭上に翳して搖籃歩……十二呼】

【動作の説明】

(一)
(二)
(三)

第一節(一)(二)(三)と同じ動作を行へばよろ。

(二)
(三)

右斜へ搖籃歩を行ひながら右臂を肩の高さに挙げたまゝ軽く動かし、左手を頭上に翳すと同時に、頭を右に

圖七十八第



第十五節(一)(二)(三)の(三)の動作にして右手を肩の高さに保ち左手を頭上に翳し……頭を右に向けて右手に目をつけた所。

テイクレールドダンス

向けて右手に注目をするのである。(第八十七圖参照)

此の場合の右手の動かし方は(一)で手を側舉のまゝ軽く一回動かし(二)で手首を下方に屈指腕を軽く屈げる。(三)で直ちに腕を伸ばすと同時に手首を起して掌を下に向ける。

左手は(一)で右手同様側舉のまゝ一回軽く動かし(二)で腕及び手首を下方に屈指ながら頭上に挙げ(三)で直ちに手首を起して掌を下に向ける。以上の動作も便宜上分けて説明したが、實際は判然區別しにくいのである。

(三)(二)(三)は左側方へガロップを行ひ、(四)(二)(三)は左臂側舉のまゝ右手を頭にかざして左側方へ搖籃歩を行ふ。

第十六節

【兩臂を側舉して動かしながら側方へガロップ……及び片手を頭上に翳して搖籃歩……十二呼】

【動作の説明】

第十五節と全然同じ動作を更に十二呼間繰り返せばよい。

第十七節

【手を上下しながら搖籃歩……右側方へ歩行回轉及び兩手を頭上に翳して左足を右斜後方へ引く……十二呼】

【動作の説明】

(一)(二)(三) 右手を頭上に翳し、左手を體前に副へながら右斜へ搖籃歩を行ふ。

(二)(二)(三) 左手を頭上に翳し、右手を體前に副へながら左斜へ搖籃歩を行ふ。

(三)(二)(三)

- (三) 右足を一步右側方へ踏出し、體を少し左側方へ傾けると同時に第九節交叉回轉(一)の要領で両手を體前に副へる。
- (二) 左足を右側方へ踏出し兩足尖で右轉回して背面向きとなる。以上の動作と共に両手を交叉回轉(二)の要領で體前に左右に開く。



圖八十八第

此の寫眞の體の向け方、左足の引き方は本文と違つてゐるが……此の要領で半ば左向きをし左足を右足の右斜後方へ引けばよいのである。

半ば左向きのまゝ、左足を一步後方へ引き、足尖を僅かに地につけ兩脚を十

(三) 更に右轉回し正面向きと

なり乍ら右足を一步右側

方へ敏捷に踏出す。但し

此の場合體を真正面向き

にしないで半ば左向の程

度に轉回するがよい。

(四)(二)(三)

- 分伸ばすと同時に、両手を側下方に出すとすぐ途中まで上げかける。
- (二) 以上の姿勢を保つたまゝ、先きに途中まで挙げかけた両手を頭上へ高く舉げる。(第八十八圖参照)
- (三) 以上の姿勢を保つたまゝ、先きに頭上に舉げた両手を頭上に翳すと同時に、胸を十分張り頭を後方に屈けて目を兩掌の中間に注ぐ。

第十八節

【手を上下しながら搖籃歩……左側方へ歩行回轉及兩手を頭上に翳し右足を左斜後方へ引く……十二呼】

【動作の説明】

(一)(二)(三)

左手を頭上に翳し右手を體前に副へ乍ら左足から始め左斜へ搖籃歩を行ふ。

(二)
(二)
(三)

右手を頭上に翳し左手を體前に副へながら、右足から始めて右斜へ搖籃歩を行ふ。

(三)
(二)
(三)

前節(三)(二)(三)と同じ要領で左側方へ歩行回轉を行ふ。

(四)
(二)
(三)

體を右斜に向け右足を一步左斜後方へ引いて前節(四)(二)(三)と同じ動作を行ふのである。

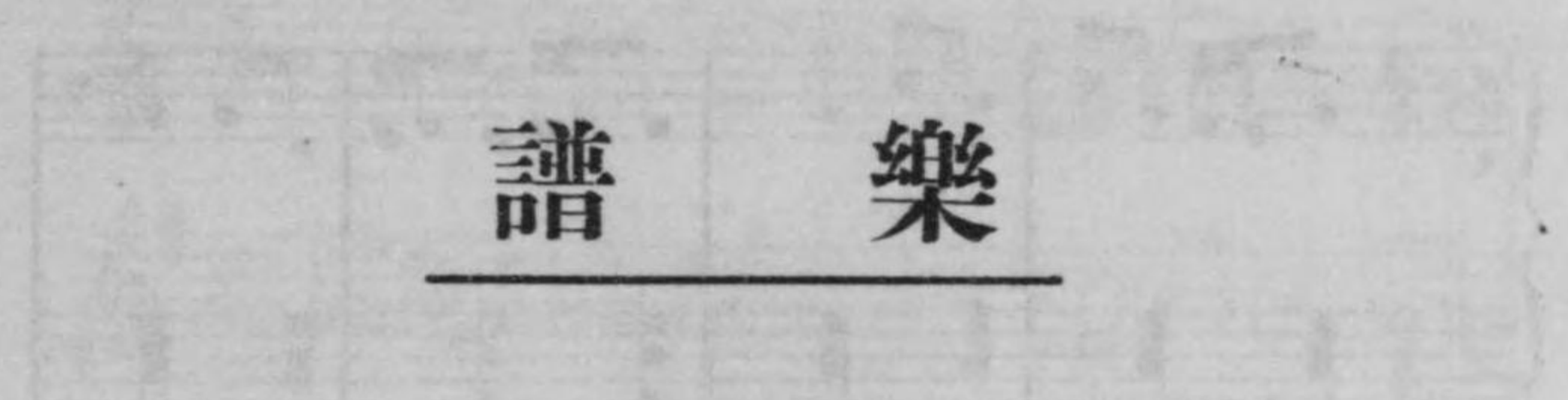
以上十八節二百十六呼の動作を更に一回繰り返すのが正式であるが、かなり長いものであるから一回だけで終りとした方がよい。

教育的體育ダンス

——終——



樂 譜



ウインターダンス

The first system of musical notation for 'Winter Dance' consists of two staves. The upper staff is in treble clef and the lower staff is in bass clef. The music is in 2/4 time and features a simple melody in the right hand and a harmonic accompaniment in the left hand.

The second system of musical notation for 'Winter Dance' continues the piece with two staves, maintaining the same melodic and harmonic structure as the first system.

The third system of musical notation for 'Winter Dance' continues the piece with two staves, showing the progression of the melody and accompaniment.

The fourth system of musical notation for 'Winter Dance' concludes the piece with two staves, ending with a final chord.

ダンス・エンジョイメント
ティー・クレドルダンス

The first system of musical notation for 'Dance Enjoyment' consists of two staves. The upper staff is in treble clef and the lower staff is in bass clef. The music is in 3/4 time and features a lively melody in the right hand and a rhythmic accompaniment in the left hand.

The second system of musical notation for 'Dance Enjoyment' continues the piece with two staves, maintaining the same melodic and harmonic structure.

The third system of musical notation for 'Dance Enjoyment' continues the piece with two staves, showing the progression of the melody and accompaniment.

The fourth system of musical notation for 'Dance Enjoyment' concludes the piece with two staves, ending with a final chord.

スラヴニアホルカ
ガリチアダンス

The first system of musical notation for 'Slavonic Polka' consists of two staves. The upper staff is in treble clef and the lower staff is in bass clef. The music is in 2/4 time and features a fast, rhythmic melody in the right hand and a harmonic accompaniment in the left hand.

The second system of musical notation for 'Slavonic Polka' continues the piece with two staves, maintaining the same melodic and harmonic structure.

Page 4 of a musical score. It contains five systems of piano accompaniment. Each system consists of a treble and bass staff. The music is in G major (one sharp) and 2/4 time. The first system features a complex, rhythmic melody in the treble and a steady bass line. The second system continues the melody with some chromaticism. The third system shows a more active treble line. The fourth system has a melodic line with some grace notes. The fifth system concludes with a final cadence. The page number '4' is centered at the bottom.

ダンシングベース
マッチェンタンツ

Page 5 of a musical score, titled "ダンシングベース" (Dancing Bass) and "マッチェンタンツ" (Matchentanz). It contains five systems of piano accompaniment. Each system consists of a treble and bass staff. The music is in G major (one sharp) and 2/4 time. The first system features a rhythmic melody in the treble and a bass line with some syncopation. The second system continues the melody with some chromaticism. The third system shows a more active treble line. The fourth system has a melodic line with some grace notes. The fifth system concludes with a final cadence. The page number '5' is centered at the bottom.

The first system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef and contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The lower staff is in bass clef and contains a sequence of chords: G2-B2, A2-C3, B2-D3, C3-E3, B2-D3, A2-C3, G2-B2.

The second system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef and contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The lower staff is in bass clef and contains a sequence of chords: G2-B2, A2-C3, B2-D3, C3-E3, B2-D3, A2-C3, G2-B2.

The third system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef and contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The lower staff is in bass clef and contains a sequence of chords: G2-B2, A2-C3, B2-D3, C3-E3, B2-D3, A2-C3, G2-B2.

The fourth system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef and contains a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The lower staff is in bass clef and contains a sequence of chords: G2-B2, A2-C3, B2-D3, C3-E3, B2-D3, A2-C3, G2-B2.

大正十四年九月廿五日印刷
 大正十四年十月廿五日發行



— 宗教的體育のダス —

著者	寺岡英吉
發行者	東京市神田區表神保町十番地 坂本篤
印刷者	東京市麹町區飯田町二ノ六十八 松平末五郎
發行所	東京市神田區表神保町十番地 坂本書店 振替名古屋一五三五番

・定價金二圓・

(行印所屬印堂額文)

276
379

終

