

ボクと一緒にチャレンジしてみよう



「うまいして！大湊海軍コロッケ」ダンス

(ママー、(はーい)お腹すいた！)

伴奏時は行進



歌：下北コロッキーズ with ゆきのこキッズ

作詞：mammy Sino

作曲：板橋かずゆき

編曲：たいぞう

振付：サイコロ

隊形・・・自由

対象・・・年長

コロコロコロッケ



腕を腕の前でぐるぐる回す。

海軍



きれい

コロッケ！（繰り返し）× 4



両腕を上へあげ、手を合わせる。

今日のおかずは



胸の前で両腕を2回交差
(膝もリズムに合わせて曲げる)



何が



両手を腰にあてる。

いい？



右耳に手を沿そえ右足を横に出す。

野菜に



胸の前で手を「Y(ワイ)」の字にする。
(芽が出たイメージ)

お肉に



ガッツポーズ

お魚



両手、両足を左右にこすり合わせる。
(魚がクネクネと泳いでいるイメージ)

そうだわ



相づちを2回打つ
(膝もリズムに合わせて曲げる)



決めたわ



人差し指を前に2回つきだす

何?



右耳に手をあて、右足を右へ一歩踏み出す。

海軍コロッケよ



口に手を当あて、叫ぶまね。

昔 海軍



右回りに1周

コック



がね



腰に両手をあて、右足・左足を交互に一步踏み出す。

牛のあぶらで



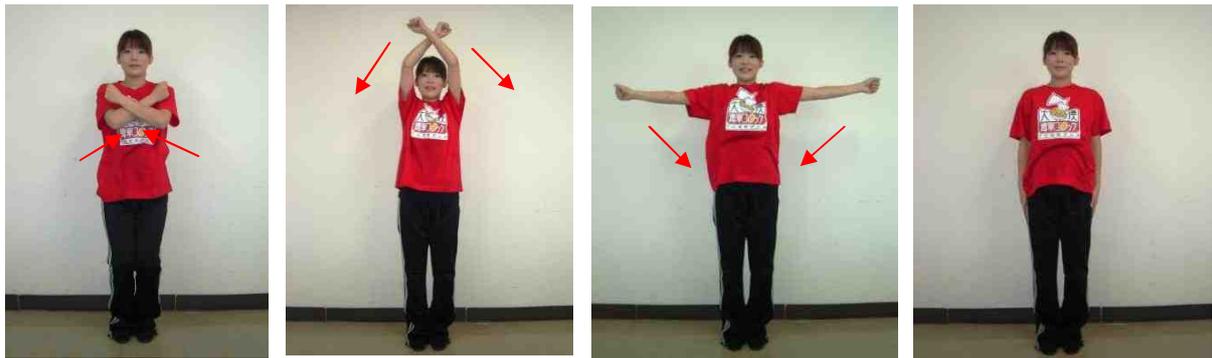
左回りに1周

カリっと

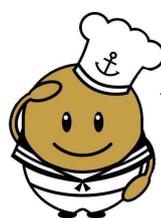


両腕を胸の前で交差

揚げた



両腕を内側から外側へ大きく回し、両足にそえる。



もう一息!

下北の食材



ほっぺを2回、パンパンたたく。

たっぷり入れて



両腕を内側から外側へ大きく回し、腰にもどす。

みんな

大好き



胸に右・左の順に手をあてる。合わせて、首もふる。

大湊

海軍

コロッケ



腕を胸の前でぐるぐる回す。

けいれい

両腕を上へあげ、手を合わせる。

以下、 ~ 繰り返し

最後の「(うまいして)」は、皆で叫びながら片手を上げ、元気にジャンプ!(やったー!のポーズ)