

科目名	CONTEMPORARY 4							年度	2026	
英語科目名	Contemporary 4							学期	後期	
学科・学年	ダンスパフォーマンス科	2年次	必/選	必	時間数	30	単位数	1	種別※	実技
担当教員	坂田直也		教員の実務経験		有	実務経験の職種		プロダンサー		

**【科目の目的】**

この科目ではコンテンポラリーダンスを通して自己の体(骨格や関節、筋肉などのメカニズム)を学び基本的な体のエクササイズ、ストレッチ法を修得します。一つ一つの動き(踊り)を解体し理解する事で自己の動きに対する深い意識を育て、バレエの基礎的な動きに対する学びを深くします。動きに意味を持たせ創造性や感覚を磨く事目的としたレッスンをを行います。

**【科目の概要】**

この科目ではコンテンポラリーダンスの基礎技術を理解するとともに体の構造を理解したアライメントの意識、体の動きを理解した上での表現方法を学びます。体の中からの動きや可動域を上げるエクササイズによってダンス表現のイメージの幅を広げます。

**【到達目標】**

- A. 各部位のアイソレーション技術を理解、習得している。
- B. ストレッチの動きを理解しダンスの表現に活かせる。
- C. コンテンポラリーの基礎的な動作を理解、習得している。
- D. 振付に合わせた最適な表現方法、グループを身に付けている。
- E. 音楽に合わせて何通りもフリースタイルで踊る事が出来る

**【授業の注意点】**

身体のラインが見えるレッスン着を着用し髪の毛が長い学生は結ぶ事。授業時数の4分3以上出席しない者は定期試験を受験することができない。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック評価	レベル5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力
到達目標 A	受講態度も良く各部位のアイソレーション技術を理解、習得している。	受講態度も良く各部位のアイソレーション技術をやや理解、習得している。	各部位のアイソレーション技術を理解、習得しているが受講態度が良くない。	各部位のアイソレーション技術の理解、習得度が低い。	受講態度も悪く各部位のアイソレーション技術の理解、習得ができていない。
到達目標 B	受講態度も良くストレッチの動きを理解しダンスの表現に活かせる。	受講態度も良くストレッチの動きを理解、習得している。	ストレッチの動きを理解、習得しているが受講態度が良くない。	ストレッチの動きの理解、習得度が低い	受講態度も悪くストレッチの動きの理解、習得度が出来ていない。
到達目標 C	受講態度も良くコンテンポラリーの基礎的な動作を理解、習得している。	受講態度も良くコンテンポラリーの基礎的な動作をやや理解、習得している。	コンテンポラリーの基礎的な動作をやや理解、習得しているが受講態度が良くない。	コンテンポラリーの基礎的な動作の理解、習得度が低い。	受講態度も悪くコンテンポラリーの基礎的なステップの理解、習得ができていない。
到達目標 D	受講態度も良く振付に合わせた最適な表現方法を身に付けている。	受講態度も良く振付に合わせた表現方法を身に付けている。	振付に合わせた最適な表現方法を身に付けているが受講態度が良くない。	振付に合わせた最適な表現方法の習得度が低い。	受講態度も悪く振付に合わせた最適な表現方法の習得が出来ていない。
到達目標 E	受講態度も良く音楽に合わせて何通りもフリースタイルで踊る事が出来る	受講態度も良く音楽に合わせて1～2通りでフリースタイルで踊れる	音楽に合わせて1～2通りであればフリースタイルで踊れる	短い時間でであればフリースタイルを踊れる	フリースタイルで踊る事が出来ない

**【教科書】**

適時レジュメ・資料を配布する

**【参考資料】**

**【成績の評価方法・評価基準】**

成果発表 50% 授業時間内に行われる発表方法、内容について評価する  
 平常点 50% 積極的な授業参加度、授業態度によって評価する

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		CONTEMPORARY 4			年度	2026
英語表記		Contemporary 4			学期	後期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	講師A 応用1	表現力向上	1 テーマ理解	表現テーマへの理解を深める	2	
			2 楽曲理解	楽曲が持つ意味への理解を深める		
			3 反復練習	テーマ・楽曲の意味へ重点を置き反復練習		
2	講師A 応用2	表現力向上	1 規定課題	ユニゾンのコンビネーションを实践	2	
			2 反復練習	ユニゾンにおいての共振体験		
			3 発表	グループごとに発表		
3	講師A 応用3	表現力向上	1 動作の準備	動作の準備を理解し実践する	2	
			2 コンビネーション	課題となるコンビネーションを習得		
			3 準備+コンビネーション	動作の準備からコンビネーションをつなげる		
4	講師B 応用1	表現力向上	1 空間把握	空間を広く使うコンビネーションを实践	2	
			2 空間把握	複数人で空間を使うコンビネーションを实践		
			3 反復練習	空間の遣い方を意識しコンビネーションを实践		
5	講師B 応用2	表現力向上	1 動作への理解	課題となるムーブメントの動作を理解する	2	
			2 呼吸	ムーブメントと呼吸の合わせ方を实践		
			3 反復練習	規定課題+呼吸の合わせ方を反復練習		
6	講師B 応用3	表現力向上	1 フロア導入	フロアへの導入となるムーブメントを实践	2	
			2 フロアから立ち踊り	フロアから立ち踊りへつなげる動きを实践		
			3 連続ムーブメント	フロアと立ち踊りの連続したムーブメント		
7	講師C 応用1	表現力向上	1 身体のアライメント	身体のアライメントを意識した動きを实践	2	
			2 フィードバック	留意すべきポイントを理解する		
			3 反復練習	身体のアライメントを意識し反復練習		
8	講師C 応用2	表現力向上	1 リリーステクニック	リリーステクニックを理解し実践する	2	
			2 フィードバック	留意すべきポイントを理解する		
			3 反復練習	リリーステクニックに重点を置き反復練習		
9	講師C 応用3	表現力向上	1 フォール	フォールの動作を理解し実践する	2	
			2 リカバリー	リカバリーの動作を理解し実践する		
			3 反復練習	フォール・リカバリーを反復練習		
10	卒業公演 振付1	テーマ理解	1 作品テーマ	振付師が表現する作品テーマへの理解を深める	2	
			2 楽曲	使用する楽曲への理解を深める		
			3 表現内容	振付イメージ等表現内容を理解する		
11	卒業公演 振付2	ユニゾン	1 振り落とし	ユニゾンパートの振付を習得する	2	
			2 反復練習	反復練習を行い全員が振付を習得する		
			3 確認	振付師イメージを落としこみをおこなう		
12	卒業公演 振付3	立ち位置・構成	1 レベルチェック1	ユニゾン振付を全体で発表	2	
			2 レベルチェック2	ユニゾン振付を少人数で発表		
			3 立ち位置・構成	レベルチェックを基に立ち位置・構成を決定		
13	卒業公演 振付4	少人数・ソロ パート	1 振り落とし	少人数・ソロパートの振付を習得する	2	
			2 オーディション	振付師の指示に従いオーディションを行う		
			3 出演者確定	少人数やソロパート出演者を確定する		
14	卒業公演 振付5	全体構成	1 全体構成	全体の流れ・立ち位置を確認、習得する	2	
			2 反復練習1	反復練習を行い全員が振付を習得する		
			3 反復練習2	反復練習を行い全員が振付・構成を習得する		
15	レベルチェック	レベルチェック	1 ユニゾン	ニュアンス・振付の正確性を確認	2	
			2 パート	ニュアンス・振付の正確性を確認		
			3 構成	ニュアンス・振付の正確性を確認		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他  
自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等