

2021年度 日本工学院専門学校											
ダンスパフォーマンス科											
CONTEMPORARY 1											
対象	1 年次	開講期	前期	区分	必修	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	松本大樹/廣田あつ子 有香/坂田直也			実務 経験	有	職種	プロダンサー				
授業概要											
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。											
到達目標											
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。											
授業方法											
この科目ではストレッチや基本エクササイズを通して自己の身体を理解、アライメント理解を深めます。その上でエクササイズを細分化し自己の動きを意識する事を学び、振付の中でテクニックへの理解や創造性を深めます。											
成績評価方法											
成果発表 平常点	50% 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 積極的な授業参加度、授業態度によって評価する									
履修上の注意											
身体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。											
教科書教材											
適時レジュメ・資料を配布する											
回数	授業計画										
第1回	松本先生 ストレッチ・エクササイズの動きの意味を知る v										
第2回	松本先生 立ち方と体の意識と脱力										
第3回	松本先生 体の軸の取り方										
第4回	鈴木先生 インナーマッスル・体幹の意識										
第5回	廣田先生 アライメントを整える										
第6回	廣田先生 アライメント 重心移動を学ぶ										

2021年度 日本工学院専門学校	
ダンスパフォーマンス科	
CONTEMPORARY 1	
第7回	有香先生 コンテンポラリーの表現方法を理解するためのガイダンス
第8回	有香先生 コンテンポラリー パーレッスンによるエクササイズ
第9回	有香先生 アライメントの整え方 重心移動
第10回	松本先生 筋肉を使っての呼吸の体得
第11回	松本先生 体の内側から動きを行う動作
第12回	松本先生 背面筋肉の使い方と呼吸法
第13回	坂田先生 オフバランスの動きを学ぶ
第14回	坂田先生 激しい動きの中での動作のコントロール
第15回	坂田先生 エクステンション 自由な体の動きを体験