

科目名	ダンスⅡ							年度	2025
英語科目名	DanceⅡ							学期	後期
学科・学年	声優・演劇科 1 年次	必／選	選	時間数	40	単位数	1	種別※	実技
担当教員	佐藤千絵		教員の実務経験		有	実務経験の職種		ダンス教師	
【科目の目的】									
バレエ・ジャズダンスなどを通じて、身体表現方法を学びながら柔軟性、体幹を鍛え、美しい姿勢を目指す。 筋力及び柔軟性を強化し、しっかりとした体幹しなやかな肉体を作る。 健康の基本である姿勢を改善し重力の方向へのまっすぐな重心を作る。									
【科目の概要】									
グループ練習による協調性やダンスの振り付けなど創造力を養いまた肉体表現の楽しさ面白さを受け取る。 バーを補助に体幹、脚、腰を鍛えどんな状況にも耐え得る強い軸を造る。 鏡を活用し常にみせている自分が意識できるよう導き、肉体、心を研いていく。 バレエレッスンの積み重ねで全身を使い切った動きが出来るようになる。									
【到達目標】									
クラシックバレエの入門レベルの技術を身につけ、ダンスの知識やテクニックを今後必要とされるであろう様々なダンスシーンに活かせるようになること。また、毎回の授業で取り組むストレッチと筋力トレーニングにより柔軟性が向上し、身体に対する関心や意識が高まることが望ましい。それにより、身体を動かすこと・体力の強化の必要性や重要性を認識し、継続してトレーニングをする意欲に繋がることを目標としている。									
【授業の注意点】									
多人数のグループの中で個々の差に対応するため、コミュニケーションを重視する。疑問点は教員が直接指導できる授業内での解決を目指し、積極的に質問するよう心がける。バレエのレッスンでは怪我の可能性も含むため、周りの生徒との接触には十分配慮し、スムーズな授業進行に協力すること。怪我をしている場合は予め申し出をし、担当教員の判断で授業見学を認める。									
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	柔軟な身体である (柔軟性がとても向上した)		柔軟性が少し向上した		身体に柔軟性がない				
到達目標 B	美しい姿勢を保つことができる		姿勢がよい		姿勢がよくない				
到達目標 C	バレエの基本動作を美しく行うことができる		バレエの基本動作が分かる		バレエの基本動作を理解していない				
到達目標 D	体幹がしっかりとしており、筋力のバランスがよい		筋力が向上している		筋力バランスが悪い (筋力が向上していない)				
到達目標 E									
【教科書】									
特になし									
【参考資料】									
参考書（バレエの教則本）を紹介									
【成績の評価方法・評価基準】									
平常点	60%	授業を受ける姿勢、積極性、アプローチ							
課題	30%	アピールの仕方、表現力、ダンス及び音楽センス、基本（学んだこと）を活かしているか							
出席	10%	特にグループ発表での欠席の減点							
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		ダンスⅡ				年度	2025
英語表記		DanceⅡ				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	バーレッション/ センターレッション①	バーを頼らずに 片足立ちができる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	アラベスクの習得		
2	バーレッション/ センターレッション②	バーを頼らずに 片足立ちができる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	アラベスクの習得		
3	バーレッション/ センターレッション③	真っ直ぐなバラ ンスで回転できる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	ターンの習得		
4	バーレッション/ センターレッション④	真っ直ぐなバラ ンスで回転できる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	ターンの習得		
5	バーレッション/ センターレッション⑤	様々なステップが スムーズにできる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	ステップの習得		
6	バーレッション/ センターレッション⑥	様々なステップが スムーズにできる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	ステップの習得		
7	バーレッション/ センターレッション⑦	テクニックを 身に付ける		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	美しくみせる顔や胸の方向		
8	バーレッション/ センターレッション⑧	テクニックを 身に付ける		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	美しくみせる体の角度		
9	バーレッション/ センターレッション⑨	繊細かつ大きな 動きができる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	気持ちと動きの一致		
10	バーレッション/ センターレッション⑩	繊細かつ大きな 動きができる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	足先まで意識の届いた繊細な動き		
11	バーレッション/ センターレッション⑪	他人を観察できる 余裕を持つ		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				センターレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				基礎レッション	他人の観察する余裕が持てる		
12	バーレッション/ 課題ダンス	1分程度の振り付け を授業内で覚えきる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				振り付け覚え	1分程度の振り付けを授業内で覚えきる		
13	バーレッション/ グループ分け/ 作品仕上げ	個性が光る振り付けで 各グループ独自の 作品に仕上げる		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				振り付け練習	メンバー同士協力して作品を仕上げる		
14	バーレッション/ ダンス練習	バランスを整え より楽しめる 作品を目指す		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				振り付け練習	メンバー同士協力して作品を仕上げる		
15	バーレッション/ 各グループ発表	1年間の集大成 授業で学んだこと を全て発揮する		バーレッション	スムーズに基本レッスンを進める		
				ダンス発表	各グループダンス発表		

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