

科目名	ダンスⅢ							年度	2025
英語科目名	Dance Ⅲ							学期	前期
学科・学年	声優・演劇科 1 年次	必／選	選	時間数	60	単位数	2	種別※	実技
担当教員	秋山夏菜		教員の実務経験		有	実務経験の職種		ダンス講師	
【科目の目的】									
挨拶、時間を守る、仲間との協調性、柔軟性や対応力、表現力、思考力、発想力を身につける。									
【科目の概要】									
正しいアップ、ストレッチ、筋カトレーニング、リズムトレーニング、アイソレーション、コンビネーションを行う。 ダンスは振り付けだけでなくフォーメーションなどの構成もつけ、1 つの作品として造っていく。									
【到達目標】									
ダンスを通して体を動かすことの楽しさと柔軟性の大切さを学ぶこと、仲間との協調性を身に付けること。 また、オーディションでのダンス審査などにもしっかり対応できるようなダンススキルを身につけること。									
【授業の注意点】									
運動着、スニーカーの着用を義務付け、理由のない見学・遅刻・欠席は認めない 授業中の私語や受講態度には厳しく対応する									
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	自分に合ったウォーミングアップができる		挨拶することができる		適当なウォーミングアップができない				
到達目標 B	その場に相応しい挨拶することができる		柔軟性が少し向上した		挨拶することが全くできない				
到達目標 C	柔軟な身体である (柔軟性がとても向上した)		リズム		身体に柔軟性がない				
到達目標 D									
到達目標 E									
【教科書】									
特になし									
【参考資料】									
特になし									
【成績の評価方法・評価基準】									
成果発表	3 0 %	授業内に行われる作品発表より評価							
平常点	7 0 %	通常授業の態度							
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

科目名		ダンスⅢ				年度	2025
英語表記		Dance Ⅲ				学期	前期
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	ダンスの授業メニュー説明	準備運動（アップ）を覚える		アップ①	まずは体を動かしてみる		
				アップ②	簡単なアップを覚える		
2	ストレッチ・筋トレ	正しい体の使い方を覚える		ストレッチ	正しいストレッチを覚える		
				筋トレ	正しい筋トレを覚える		
3	アップ・ダンスコンビネーション	アップ・コンビネーションの振りを覚える		アップ	アップをひと通り覚える		
				コンビネーション	コンビネーションの振りを覚える		
4	アイソレーション・ダンスコンビネーション	体の各部分を動かすトレーニング（アイソレーション）		アイソレーション	首・胸・腰の3か所を動かす		
				コンビネーション	コンビネーションの練習		
5	リズムトレーニング	細やかな動きと形を学ぶ		リズムトレーニング	リズムに乗って体を動かす		
				コンビネーション	コンビネーションの練習		
6	アップ・ストレッチ・筋トレ	基礎練習を流れて行う		アップ	アップメニューをこなす		
				ストレッチ	ストレッチメニューをこなす		
				筋トレ	筋トレメニューをこなす		
7	アイソレーション・ダンスコンビネーション	基礎練習を流れて行う		アップ	アップメニューをこなす		
				アイソレーション	アイソレーションメニューをこなす		
				コンビネーション	新しいコンビネーションの練習		
8	リズムトレーニング	基礎練習を流れて行う		アップ	アップメニューをこなす		
				リズムトレーニング	リズムトレーニングメニューをこなす		
				コンビネーション	新しいコンビネーションの練習		
9	ダンスコンビネーション	グループに分かれて構成を考える		アップ	アップメニューをこなす		
				コンビネーション	新しいコンビネーションの練習		
				グループワーク	グループに分かれて細かく構成を考える		
10	ダンスコンビネーション	グループに分かれてフォーメーションを考える		アップ	アップメニューをこなす		
				コンビネーション	新しいコンビネーションの練習		
				グループワーク	フォーメーションを考える		
11	ダンスコンビネーション	ダンスコンビネーション練習		アップ	アップメニューをこなす		
				グループワーク	ダンスの練習を繰り返す		
				グループワーク	全体の流れを確認する		
12	ダンスコンビネーション	ダンスコンビネーション練習		アップ	アップメニューをこなす		
				グループワーク	ダンスの練習を繰り返す		
				グループワーク	ダンスの衣装決め		
13	ダンスコンビネーション	ダンスコンビネーションリハーサル		アップ	アップメニューをこなす		
				グループワーク	ダンスの練習を繰り返す		
				グループワーク	ダンスのリハーサル		
14	ダンスコンビネーション	ダンスコンビネーション発表		アップ	アップメニューをこなす		
				グループワーク	ダンスの発表		
15	ダンスコンビネーション	ダンスコンビネーションまとめ		アップ	アップメニューをこなす		
				フィードバック	発表の振り返りをする		

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