

日本工学院八王子専門学校	開講年度	2019年度（平成31年度）	科目名	ダンスフィットネス4	
科目基礎情報					
開設学科	スポーツ健康学科	コース名	スポーツインストラクターコース	開設期	後期
対象年次	2年次	科目区分	選択	時間数	30時間
単位数	1単位	授業形態	実技		
教科書/教材	必要に応じて配布します				
担当教員情報					
担当教員	高橋	実務経験の有無・職種	有・スタジオインストラクター		
学習目的					
<p>「ダンスフィットネスプログラム」とはどのようなジャンルなのか、また、どのような面白さ、効能があるのかなど、実際に様々なジャンルのダンスフィットネスプログラムを経験することで、その素晴らしさを感じ取ることを目的とします。</p> <p>後期では、Japan Wellness Innovationが開発または提供しているZUMBA®以外の様々なダンスフィットネスプログラムを経験し、それぞれの動きや特徴の違いを実際に経験しながら学んでいきます。</p>					
到達目標					
<p>各ダンスフィットネスプログラムの基本動作を学びます。</p> <p>各ダンスフィットネスプログラムの正しいアライメントを学び、修正、改善することが出来ます。</p>					
教育方法等					
授業概要	・スポーツクラブや小学校でも必須となっているダンスにおいて「ダンスフィットネスプログラム」の観点から、対象者に合わせた正しい知識・技術を幅広く学んでいきます				
注意点	<ul style="list-style-type: none"> ・授業時数の4分の3以上出席しない者は評価をすることができません ・動きやすい服装で参加して下さい ・毎回の授業では、屋内用の運動シューズ、タオル、飲み物、筆記用具を持参して下さい ・インストラクターの動きに従い、安全で効果的な動きとなるよう、意欲的に参加して下さい 				
評価方法	種別	割合	備 考		
	試験・課題	0%			
	小テスト	0%			
	レポート	0%			
	成果発表 (口頭・実技)	25%	プログラムの属性やそれに合わせた動作をしっかりと理解しているかで評価します		
	平常点	75%	積極的な授業参加度、授業態度、正しい振付を覚えるための努力と工夫しているかで評価します		
授業計画（1回～15回）					
回	授業内容	各回の到達目標			
1回	DISCO WORLD	DISCO WORLDとはどのようなプログラムなのかを実際に経験し、理解します			
2回	DISCO WORLD	どのような振付け(ステップ)があるのかを考察しながら経験し、理解します			
3回	DISCO WORLD	どのようなプログラム構成なのかを考察しながら経験し、理解します			
4回	DISCO WORLD	どのようなルールがあるのかを考察しながら経験し、理解します			
5回	DISCO WORLD	インストラクターとしてどのような指導スキルが必要なのかを考察しながら経験し、理解します			
6回	DISCO WORLD	安全で効果的な指導とはどのようなものなのかを考察しながら経験し、理解します			
7回	DISCO WORLD	1曲の振付けを覚え、その理解度、完成度を確認することができます			
8回	天空大河	天空大河とはどのようなプログラムなのかを実際に経験し、理解します			
9回	天空大河	どのようなプログラム構成なのかを考察しながら経験し、理解します			
10回	天空大河	どのような振付けがあるのかを考察しながら経験し、理解します			
11回	天空大河	インストラクターとしてどのような指導スキルが必要なのかを考察しながら経験し、理解します			
12回	太極舞	太極舞とはどのようなプログラムなのかを実際に経験し、理解します			
13回	太極舞	どのようなプログラム構成なのかを考察しながら経験し、理解します			
14回	太極舞	どのような振付けがあるのかを考察しながら経験し、理解します			
15回	太極舞	インストラクターとしてどのような指導スキルが必要なのかを考察しながら経験し、理解します			