愛知東邦大学 シラバス

開講年度(Year)	2020年度	開講期(Semester)	後期
授業科目名(Course name)	【対面】専門スポーツ実習（ダンス）		
担当者(Instructors)	石原 弘恵	配当年次(Dividend year)	2
単位数(Credits)	1	必修・選択(Required / selection)	選択

■授業の目的と概要(Course purpose/outline)

指導対象者の技術水準に合わせた練習法や指導法を身につけ、ダンスにおけるトレーニング方法（体幹・筋トレ・リズム感）を学ぶ。ダンスの特徴を理解した上で、生涯スポーツ・健康増進に向けて、ダンスの要素（音楽、振付など）がふくまれた基本動作の創作、指導を行う。一方で、子どもから高齢者まで、障害のある・なし、また男女が共に学ぶことが出来るダンス指導を行うための組織力・運営力を備えた実践力を養う。

■授業形態・授業の方法(Class form)

授業形態(Class form)	実験・実習
授業の方法(Class method)	・エアロビクスの基本的なステップを習得し、デモンストレーションすることができる ・創作ダンスにおける自己表現を探求すると同時に自己の責任を果たす指導実践ができる ・ダンス指導の留意点を理解し、自身で考え工夫しながら創作活動、指導実践ができるようになる

■各回のテーマとその内容(Each theme and its contents)

回数(Num)	テーマ(Theme)	内容(Contents)	メディア区分(Media)
第1回	オリエンテーション	授業のねらいと計画の説明、諸注意の確認	□
第2回	ダンス指導の基本的なウォーミングアップ	ストレッチ・体幹・リズム感を養うメニューを行う	□
第3回	エアロビクスの基本理解Ⅰ	ローインパクトステップ（常に片足が床についている状態のステップで構成）の種類を習得する	□
第4回	エアロビクスの基本理解Ⅱ	ハイインパクトステップ（両足が床から離れるステップで構成）の種類を習得する	□
第5回	エアロビクスプログラム作成	ローインパクトステップ＋ハイインパクトステップを組み合わせてオリジナルのプログラムを作成をする	□
第6回	エアロビクス発表	オリジナルのプログラムを発表（ソロ）	□
第7回	ダンスの指導Ⅰ	エアロビクスのステップを習得することで、創作ダンスに対しての苦手意識を克服させる	□
第8回	ダンスの指導Ⅱ	エアロビクスのステップから振付を考える	□
第9回	ダンスの指導Ⅲ	音楽に合わせてダンスを考える（指定音源有）	□
第10回	創作ダンスⅠ	イメージと即興表現を習得する	□
第11回	創作ダンスⅡ	テーマ・構成立案・群構成と空間の使い方を習得する	□
第12回	創作ダンスⅢ	内容検討と練習法	□
第13回	創作ダンスⅣ	発表準備	□
第14回	創作ダンス発表	創作ダンスを発表（グループ）	□
第15回	まとめ	15回の授業を終えて	□

■授業時間外学習（予習・復習）の内容(Preparation/review details)

自分で授業前にインターネット等でエアロビクスの用語を予習し（１時間程度）、授業中に実技できること。

■課題とフィードバックの方法(Assignments/feedback)

発表後は、グループ発表をまとめてフィードバックし、全体で共有する機会を持つ。

■授業の到達目標と評価基準(Course goals)

区分(Division)	DP区分(DP division)	内容(DP contents)
知識・技能	◆ 2019人間健康DP1	創作（ステップ）に対して、ダンス（エアロビクス）指導ができるか

■成績評価(Evaluation method)

筆記試験(Written exam)	実技試験(Practical exam)	レポート試験(Report exam)	授業内試験（in-class exam)	その他(Other)
				100%

授業内試験等(具体的内容)(Specific contents)

その他（授業内で６回目エアロビクス発表・14回目創作ダンス発表で実技試験を行う）

■テキスト(Textbooks)

No.(No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1	なし	
2		
3		
4		
5		

■参考図書(references books)

No.(No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1		
2		
3		
4		
5		