

2010年度

科目名	ダンス		
担当教員	亀井 安子		
配当	人社2	コード	45190
開期	前期	講時	木曜日5限
		単位数	1
授業テーマ	ダンスを通して個々の自己表現力と感性を磨く。リズムカルな音楽にあわせた多様な動きに挑戦し、ストレッチングや筋力トレーニングなどを交えながら、健康的な身体作りを目指す。		
目的と概要	様々なダンスの簡単なテクニックやステップを用いて、踊ることの楽しさと非日常を経験する。自分自身の身体と感性を知ることを目指す。		
成績評価法	出席点20% ダンス創50% 平常点30%の総合評価を行います。		
テキスト	特になし		
参考書			
履修に当たっての注意・助言	ダンスを恥ずかしがらずに、いろいろな表現を楽しむことを望みます。		
講義計画			
<ol style="list-style-type: none"> 1. オリエンテーション 2. 柔軟とストレッチ(仲間とストレッチ) 3. 自分と仲間を知るダンス 4. 自分と仲間を知るダンス 5. 歩く、曲げる、伸ばす 6. 基本ステップ I 7. 基本ステップとコンビネーション 8. 基本ステップとコンビネーション 9. さまざまなダンス(フォークダンス) 10. さまざまなダンス(リズムダンス) 11. グループでダンス作り 12. グループでダンス作り 13. 発表会 14. 発表会 15. ビデオ鑑賞会・ディスカッション 			