科目番号	0A00611
授業科目名（和文）	バレエ
授業科目名（英文）	Ballet
授業形態	3 実習・実技
標準履修年次	0A00611(修士 1)、0A00614(修士 2)、0A00617(博士 1)、0A0061A(博士 2)、0A0061D(博士 3)
開設学期	春 AB・秋 AB
曜時限	火曜 5 時限
教室	第 1 および 2 ダンス場
単位数	1
担当教員	教員名：平山　素子 所属：体育系 学務担当：人間総合科学学術院人間総合科学研究群 主実施組織：人間総合科学学術院人間総合科学研究群
TF・TA	TF：なし TA：なし
オフィスアワー等	
学位プログラム・コンピテンスとの関係	修士レベル　知の活用力・マネジメント能力 博士レベル　知の創成力・マネジメント能力
授業の到達目標	・バレエの基礎テクニックから基本的な身体の使い方を学ぶ ・バレエの歴史及びテクニックや用具などに関する知識、バレエ作品鑑賞方法について学び、バレエ文化に関するリテラシーを培う ・バレエの技法を用いて自己表見をする ・正しい姿勢や美しいボディーラインを作ると共に健康的な身体を保つ ・生涯スポーツとして打ち込める趣味を見つけるきっかけを与える
授業概要	ジャイロキネシスなどの身体調整理論も用いながら、身体の深部の意識を高め、優雅な動きを生み出す仕組みを自らの身体を以て学ぶ。バーを用いた基本的な動きの確認から、センターでのステップや、ターン、ジャンプを連続性を持った動きの中で音楽とともに実施できるように学ぶ。初級レベルを目標とする。 また、様々なバレエ作品の中のシーンを体験することで、振付や音楽のアプローチ、役の解釈など、バレエ文化の歴史や多様性を理解する。 While using theories such as Gyrokinesis, you will learn with your own body the mechanism that raises awareness of the deep part of the body and creates

	graceful movements. Learn from checking basic movements using the barre so that you can perform steps, turns, and jumps in the center with music in a continuous movement. Aim for beginner level. In addition, you will understand the history and diversity of ballet culture by experiencing various ballet works.
キーワード	
授業計画	春学期 第 1 回　オリエンテーション＆基本理念と姿勢の紹介 第 2 回　身体のアライメントの確認と呼吸法 第 3 回　腕と上半身の動き、Romeo&Juliet より「Dance of the Knights」 第 4 回　各ステップの基礎、Romeo&Juliet より「Dance of the Knights」 第 5 回　身体の方向、3 拍子の違いの解説、Coppelia:より「Mazurka」 第 6 回　Ballet body Position、Coppelia:より「Mazurka」 第 7 回　Ballet body Position、Coppelia:より「Mazurka」 第 8 回　Ballet body Position、Coppelia:より「Mazurka」 第 9 回　Coppelia:より「Mazurka」構成 第 10 回　実技テスト（成果チエック） Spring semester 1st Orientation & Introduction to basic principles and postures 2nd Confirmation of body alignment and breathing exercises 3rd Arm and upper body movements, "Dance of the Knights" from Romeo&Juliet 4th Basics of each step, "Dance of the Knights" from Romeo&Juliet 5th Body direction, explanation of the difference of 3 beats, "Mazurka" from Coppelia 6th Ballet body Position, "Mazurka" from Coppelia Ballet body Position, "Mazurka" from Coppelia 8th Ballet body Position, "Mazurka" from Coppelia 9th Composition of "Mazurka" from Coppelia 10th Practical test (check of results) 秋学期 第 1 回　基本動作の確認 第 2 回　身体の方向と小さなジャンプ、Swan Lake より 第 3 回　腕と上半身の動き、Swan Lake より 第 4 回　バーレッスンの方法と回転の基礎 第 5 回　スペイン風バレエの体験、Don Quixote より「Seguidilla」前半 第 6 回　スペイン風バレエの体験、Don Quixote より「Seguidilla」後半 第 7 回　The Nutcracker より「花のワルツ」基本ステップ 第 8 回　The Nutcracker より「花のワルツ」フォーメーション

	第 9 回　The Nutcracker より「花のワルツ」まとめ 第 10 回　実技テスト（成果チエック） Fall semester 1st Confirmation of basic movements 2nd Body direction and small jumps, from Swan Lake 3rd Arm and upper body movements, from Swan Lake 4th Barre lesson method and basics of turns 5th Spanish ballet experience, the first half of "Seguidilla" from Don Quixote 6th Spanish ballet, the second half of "Seguidilla" from Don Quixote 7th Basic steps of "Waltz of the Flowers" from The Nutcracker 8th "Waltz of the Flowers" formation from The Nutcracker 9th "Waltz of the Flowers" from The Nutcracker 10th Showing
履修条件	なし
成績評価方法	出席 80%、実技テスト 20%で、評価する。 Evaluate with 80% attendance and 20% practical test.
教材・参考文献・配布資料	
授業外における学習方法	適時、バレエ作品の動画紹介や、書籍紹介を行っていく。自宅で簡単にできるエクササイズも紹介していく。 We will introduce videos of ballet and books in a timely manner. We will also introduce some exercises that you can easily do at home.
その他	履修登録は初めての履修の方は Ia で行ってください。すでに Ia を履修済みの学生は II a で登録してください。詳細は Manaba 上で連絡をしますので、ご確認ください。4 月 15 日に第 1 回目のオリエンテーションを行います。火曜 15:15～16:30 に中央体育館の第 1 ダンス場に来てください。 Please register at Ia for course registration. Students who have already taken Ia should register at　II a. Please contact Manaba for details. The first orientation will be held on April 15th. Tuesdays are from 15:15 to 16:30.
開講情報	オリエンテーション・授業日程（体育センターHP）
備考	対面で実施