

# 講座内容

| 講座名                            | 講師名                                                   | 内 容                                                                                                               |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| クラシックバレエ                       | 渡辺 碧<br>(本学ダンス学科教員)                                   | 様々なジャンルのダンスの基礎であるクラシックバレエ。基本的なバレエのエクササイズを通して、正しい身体の使い方を学びます。                                                      |
| モダンダンス                         | 中村 恩恵<br>(本学ダンス学科教員)                                  | コントラクションやリリース、サスペンションなどのモダンダンスの基礎を丁寧に学びます。コンテンポラリーダンスや、即興、創作にも応用の効く汎用性の高いモダンダンスのテクニックを身につけることを目指します。              |
| レパートリー<br>(コンテンポラリーダンス)        |                                                       | コンテンポラリーダンスの作品を実際に踊ってみるクラスです。確かな技術に裏付けられた豊かな表現力を身につけることを目指します。                                                    |
| レパートリー<br>(コンテンポラリーバレエ)        |                                                       | クラシックバレエの技法にモダンダンスやコンテンポラリーダンスの要素を取り入れた、発展的かつ現代的な舞踊表現を学びます。実際に作品を踊ってみることを通じて表現の幅の拡大を図ります。                         |
| コンタクトワーク                       | 岩淵 多喜子<br>(本学ダンス学科教員)                                 | パートナーリングによって生じる即興的な動き、その動きの重力、弾み、抵抗などの身体運動と感性との力学的な関係や法則をわかりやすく指導していきます。                                          |
| コンテンポラリーダンス                    |                                                       | コンテンポラリーダンスの基礎として、フロアテクニックと体の構造やアライメントを意識したニュートラルな体の動きについて学び、後半は振付フレーズを通して動きから生まれる楽しさを味わいます。                      |
| インプロヴィゼーション                    | 高野 美和子<br>(本学ダンス学科教員)                                 | 様々な設定に基づく即興ダンスを通じて、新たな動きや身体感覚と出会う体験をします。本学入試で必要となる即興的に踊る力、創る力を伸ばす内容も含めてクラスを展開します。                                 |
| ジャズダンス                         | 石川 浩子<br>(本学ダンス学科教員)                                  | ジャズダンスの基礎的な要素は残しつつ、独自の新しい発想を取り入れたダンスを展開します。                                                                       |
| ソロの作品作り                        | 坂本 秀子 / 渡辺 碧<br>(本学ダンス学科教員)                           | ソロによる作品作りの基本を丁寧に指導します。本学の入試課題でもありますので、そのための準備にもなるでしょう。講師によって異なる内容を教授します。                                          |
| イベントダンス                        | ソングリーディング部                                            | リズムカルな曲に合わせて、ソングリーディングの基礎となる動きやステップを組み合わせたダンスを一緒に踊ります。                                                            |
| HIPHOP (初級)                    | KIDO ●<br>(TRIBAL DANCE COMPANY<br>studio KAJIMAYA代表) | HIPHOPの基礎部分から振付までひと通り体験できる内容です。体の使い方やリズムを意識しながら振付をこなしていきます。                                                       |
| Theater Dance                  | 仙名 立宗 ●<br>(ミュージカル俳優)                                 | 現代ミュージカルをやるために必要なシアターダンスの基礎を指導します。リズムトレーニング、振付を通して物語を伝える踊りを体験していただきます。                                            |
| モダンダンス                         | 荒澤 来瞳<br>(坂本秀子舞踊団所属<br>本学卒業生)                         | 基本を見直したうえで、いろいろな技に挑戦し、動きのボキャブラリーを拡げていくことを目指します。                                                                   |
| Jazz                           | 原田 薫<br>(Dancer/Choreographer)                        | 基礎的なウォームアップの後、スローな曲でのコンビネーションをしっかりと身体に落とし込んで「表現」するところまでを目指します。                                                    |
| SOUL PUNKING WAACK             | MEDUSA<br>(Dancer/Choreographer)                      | 腕を巧みに使い音を表現するダンスです。リズムダンスの基礎からアームズの基礎を行いコンビネーションまで丁寧に指導します。                                                       |
| テーマパークダンス                      | rino<br>(Dancer)                                      | ジャズとバレエの基礎をメインにアップ・トレーニングをし、テーマパークの曲で振付をして技術面や魅せ方について指導します。                                                       |
| HIPHOP (中級)                    | Ren Konno<br>(Dancer/Choreographer)                   | HIPHOPの基本的なアイソレーション、リズムトレーニング、ボディコントロールやステップを伝えます。最後はそれらを使ったルーティンを踊るように練習します。                                     |
| ピラティス・マットエクササイズ<br>for dancers | 杉本 亮子<br>(Certified Movement Analyst)                 | ダンスを踊るために必要な体幹の強さについて知識を得て、自分の姿勢の癖を理解しながら身体を動かすためのエクササイズを行います。                                                    |
| (バレエ)ダンサーの<br>ための身体作り          | 佐藤 甘夏<br>(KANNA BALLET TRAINING代表)                    | バレエ解剖学を用いた筋力トレーニング。様々なダンスジャンルの基礎となるバレエの立ち方やターンアウトを理解し、踊りやすい身体をつくります。<br>※この講座は「バレエ解剖学(基礎)」とのセット受講をお勧めします。         |
| バレエ解剖学(基礎)                     |                                                       | 様々なダンスジャンルの基礎となるクラシックバレエ。バレエにおける正しい身体配置と筋肉の使い方など、座学と実践を交えながら確認していきます。<br>※この講座は「(バレエ)ダンサーのための身体作り」とのセット受講をお勧めします。 |
| ダンサーのための<br>コンディショニング          | 板倉 尚子<br>(理学療法士※本学常勤)                                 | ダンスは芸術性を高めるために長時間の技術練習を行い心身の鍛錬を要します。そのため怪我のリスクを伴います。怪我の予防のためのセルフチェックとコンディショニングを紹介します。                             |
| 講義 リズム・スタディ                    | 森 立子<br>(本学ダンス学科教員)                                   | 舞曲のリズムを中心に、さまざまなリズムパターンについて紹介します。実際の作品例にそって、実践も交えながら学んでいきます。                                                      |
| 講義 ダンスを「見る」                    | 渡沼 玲史<br>(本学ダンス学科教員)                                  | 脳科学の知見を交えながらダンスを見るときのメカニズムを紹介します。ダンスの鑑賞・創作にも役立つ知識になるはずです。                                                         |

【●は本学非常勤講師】

★内容欄に添付しているQRコードを読み取ると、講師の先生がどのようなダンスや活動をされているか見ることができます。講座選びの参考にしてください。