

2026 年度 授業計画(シラバス)

学 科	看護学科		科 目 区 分	基礎分野	授業の方法	講義演習
科 目 名	音楽とダンス		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位)
対 象 学 年	2学年		学期及び曜時限	前期	教室名	主に体育館
担 当 教 員	谷 理香 浅野 晴美	実務経験と その関連資格	大阪保健福祉専門専門学校非常勤講師。、環太平洋大学で教育経営学科音楽科講師として勤務していた。 保健体育教員免許 スポーツクラブ、企業、地域での運動指導を実施			
《科目目標》 合唱や創作ダンスを通してチーム力、表現力を養う。また、アメリカ研修での交流会、施設実習でのレクリエーションに活用できる。						
《成績評価の方法と基準》 【評価方法】授業中の参加姿勢30%、実技テスト70 % 【評価基準】優:80点以上、良:70点以上80点未満、可:60点以上70点未満、不可:60点未満 【担当配点】谷:40点 浅野:60点						
《使用教材(教科書)及び参考図書》 女子音楽カンターレ 女子高校・短大・大学・看護・福祉学校副教材集(教科書) 日本童謡選集 みんなの歌ベストテン 歌謡曲のすべて上下巻						
《授業外における学習方法》 合唱や創作ダンスの練習はチームで団結し主体的に行う。						
《履修に当たっての留意点》 合唱やダンスなどチームで創作活動をおこなうことは表現力やチーム働く上での団結力につながります。						
授業の方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容	
第1回	講義演習形式 授業を通じての到達目標	呼吸の仕組みを理解し、正しい姿勢で自然な発声ができるようになる。		女子音楽カンターレ他配布プリント	教科書を前もって、読んでおく。	
	各コマにおける授業予定	身体をほぐすストレッチ、ゆっくりと深い呼吸を意識的に実践。発声練習。基礎音楽理論を学ぶ。				
第2回	講義演習形式 授業を通じての到達目標	胸式呼吸と腹式呼吸の理解と実践。使い分けができるようにしていく。自律神経と呼吸の関係を理解する。		女子音楽カンターレ他配布プリント	毎日どこかで腹式呼吸による深呼吸及びストレッチを実践しておく。	
	各コマにおける授業予定	胸式呼吸と腹式呼吸の実践。腹式呼吸による発声練習。基礎音楽理論を学ぶ。				
第3回	講義演習形式 授業を通じての到達目標	腹式呼吸のメリットを理解し、無理なく自然に深い呼吸ができるようにつなげていく。		女子音楽カンターレ他配布プリント	毎日どこかで腹式呼吸による深呼吸及びストレッチを実践しておく。	
	各コマにおける授業予定	腹式呼吸による発声練習。ロングトーン練習。基礎音楽理論を学ぶ。				
第4回	講義演習形式 授業を通じての到達目標	課題曲の合唱①		女子音楽カンターレ他配布プリント	毎日どこかで腹式呼吸による深呼吸及びストレッチを実践しておく。	
	各コマにおける授業予定	呼吸法。発声法を活用し課題曲の各パートを練習				
第5回	講義演習形式 授業を通じての到達目標	課題曲の合唱②		女子音楽カンターレ他配布プリント	毎日どこかで腹式呼吸による深呼吸及びストレッチを実践しておく。	
	各コマにおける授業予定	呼吸法。発声法を活用し課題曲のパートを合わせて練習				

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	課題曲の合唱③	女子音楽カンターレ他配布プリント	グループごと集まり、練習をしておくことが望ましい。
		各コマにおける授業予定	課題曲の合唱を発表 実技評価		
第7回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	コミュニケーション力とチーム力を高める		
		各コマにおける授業予定	バレーボール、レクリエーションゲーム		
第8回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	エアロビクス、チェアーエクササイズ①	資料	チェアーエクササイズについて復習する。次回までに具体的にどのようなものがあるか調べていく。
		各コマにおける授業予定	いろいろな体の動きの練習、チェアーエクササイズ 健康づくり体操創作		
第9回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	チェアーエクササイズ②	計画表	チームで創作したチェアーエクササイズを次回発表までに練習してく。
		各コマにおける授業予定	チェアーエクササイズ 健康づくり体操創作・練習		
第10回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	チェアーエクササイズ③	計画表	他のチームの発表も参考にしながら改善点を考え追加修正したものを指定された期日に提出する。
		各コマにおける授業予定	チェアーエクササイズ発表 実技評価		
第11回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	創作ダンス	資料	チームで創作ダンス作成に取り組む。
		各コマにおける授業予定	テーマ決定・選曲・ダンスの創作		
第12回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	創作ダンス	計画表	チームで発表までに創作したダンスを練習しておく。
		各コマにおける授業予定	ダンスの創作・練習		
第13回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	創作ダンス発表	計画表	他のチームの発表も参考にしながら改善点を考え追加修正したものを指定された期日に提出する。
		各コマにおける授業予定	各チーム創作ダンスの発表 実技評価		
第14回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	創作ダンス	計画表	クラス全体でアメリカ研修で発表するダンスを考え練習する。
		各コマにおける授業予定	アメリカ研修 プレゼン用ダンスの全体練習		
第15回	講義 演習形式	授業を通じての到達目標	発表	計画表	
		各コマにおける授業予定	アメリカ研修 プレゼン用ダンス発表 実技評価		