

Integrated Seminar on Wellness

Integrated Seminar on Wellness

(工((建)1年))

Hisako Nakamura · PROFESSOR / INSTITUTE OF SOCIO-ARTS AND SCIENCES

2 units 後期 水 7・8

(平成 19 年度以前の授業科目: 『ウェルネス総合演習』) (平成 16 年度以前 (医保は 17 年度以前) の授業科目: 『健康スポーツ実習』)

Target) 心身の健康とともに社会生活においても健康な人間関係を構築することの必要性を社交ダンスを学習するなかで知ること, さらにダンスと生産形態が関連性もっていることについて学習することを目的とする

Outline) 講義ではウェルネスについて概説し, 生産形態とダンスとの関連性について学習することによって, 運動の文化と健康について理解する. 実習ではワルツ, ジルバ, ブルース, スクエア・ルンバなどの簡単なフィガーを習得し, 簡単なアマルガメーションを踊ることができるように実践を通して学習する.

Keyword) 健康な生活, ダンス, 生産形態

Goal)

1. ダンスと生産形態の関連性について理解を深める
2. 社交ダンスの各フィガーをリズムに合わせて踊れるようにし, それぞれのダンスの文化的背景を知る

Schedule)

1. ガイダンス
2. ウェルネスとは何か
3. ジルバのリズムとフィガーを実習する
4. ジルバの簡単なアマルガメーションを踊る
5. ワルツのリズムの取り方を実習する
6. ワルツのフィガーを実習する
7. ワルツの簡単なアマルガメーションを踊る
8. スクエア・ルンバのリズムとフィガーを実習する
9. スクエア・ルンバの簡単なアマルガメーションを踊る
10. ブルースのリズムとフィガーを実習する
11. ブルースの簡単なアマルガメーションを踊る
12. 五つの生産形態とリズムについて
13. 海洋漁労民のリズムとダンス, 狩猟民のリズムとダンス
14. 牧畜民のリズムとダンス, 山村畑作民のリズムとダンス
15. 水田稲作農耕民のリズムとダンス, まとめ
16. 総括授業

Textbook) 教科書は使用しない. 適宜プリントを配布する. 参考書等は適宜紹介する.

介する.

Evaluation Criteria) 授業への取り組み状況 (20%), 実技試験 (50%), レポート (30%) と併せて総合的に評価します.

Re-evaluation) 無

Contents) <http://cms.db.tokushima-u.ac.jp/cgi-bin/toURL?EID=221123>

Contact (Office-Hour, Room, E-mail)

⇒ Nakamura (3120, +81-88-656-7209, nakamura@ias.tokushima-u.ac.jp) MAIL