

## 日本学ユニバーシティ (JU) 専門課程 シラバス

|               |  |      |                       |
|---------------|--|------|-----------------------|
| 教授氏名          | 南出千賀子  | 専門分野 | 新日本舞踊                 |
| 講座名           | 日常で活かす日本舞踊の所作 しぐさ美人  |      |                       |
| 難易度           | ○専門課程 A  |      |                       |
| 講座概要          | <p>新日本舞踊を踊ることで、自分の体と心と対話していき、自分軸を整え 日常に活かすことを指導していきます。</p> <p><b>体で表現すること</b>⇒日本舞踊のしぐさや体の使い方をマスターするために四季の歌を踊り、オリジナルしぐさポーズもマスターして頂きます。</p> <p><b>心で感じる</b>⇒曲の人物の感情の表現をすることでたおやかさや、しっとりした情緒を味わえます。体がどのように変容していくのかを体感して頂きます。</p> <p>自由に自分らしく生きていい、自己肯定感を高める内容になっています。</p> |      |                       |
| 受講者に向けてのメッセージ | <p>日本舞踊は遠い世界だと思いませんか？</p> <p>この講座では、パソコンの前で実技として踊ります。</p> <p>難しく考えないで、まずは動いてみましょう。</p> <p>しぐさポーズもマスターして頂きます。</p> <p>発表会で、マスターしたお稽古の曲を、ご披露して頂きます。</p> <p>オンラインで皆さんと一緒に楽しく踊りましょう！</p>  |      |                       |
| 講座回数(コマ数)     | 6 コマ   | 講座時間 | 90 分                  |
| 受講料 (会員)      | 39,600 円 (税込)  |      |                       |
| 受講料 (一般)      | 55,440 円 (税込)  |      |                       |
| 受講料 (学割)      | 大学生 11,000 円 (税込) 高校生以下 5,500 円 (税込)   |      |                       |
| 講座頻度          | 月 1 回  | 期間   | 2022 年 3 月～2022 年 8 月 |
| 課外授業 (リアル)    | あり   | テキスト | なし                    |
| 課外授業 (リアル) 概要 | <p>お稽古した踊りをご披露するおさらい会を開催します</p> <p>皆様に成果を見ていただきます (参加費 6,600 円)</p> <p>見学者は無料</p>  |      |                       |
| 受講者が必要なもの     | <p>湯呑 ハンカチ 徳利かペットボトル お扇子</p> <p>着物と羽織(※発表会用、お持ちでない方はリユース着物 10,000 円、リユース羽織 5,000 円でご購入いただけます)</p>  |      |                       |

|     | 内容  | 日程／場所   | 備考   |
|-----|---|---|--|
| 第1回 | <p><b>【身体に意識を向ける】</b></p> <p>導入紹介 花か条・日常7か条の説明</p> <p><b>実技1</b> 座る姿勢 目線 体操 ねじりのポーズ<br/>仕草ポーズ その1 コップの飲み方</p> <p><b>実技2</b> 四季の歌 春バージョン<br/>新日本舞踊の動き振り付けを覚え<br/>感情入れて表現をする</p> <p><b>座学</b> 新日本舞踊と日本舞踊の違いや歴史</p>                                      | <p>オンライン</p> <p>3/8 (火)</p> <p>19:30~21:00</p>  | <p>用意：湯呑か<br/>コップ</p> <p>宿題：四季の歌<br/>春バージョン<br/>踊っている映像</p>              |
| 第2回 | <p><b>【体の軸を意識する】</b></p> <p>導入紹介 花か条 日常7か条日常で活かしてみた経験談</p> <p><b>実技1</b> 指先 体の軸の回転の仕方体操<br/>仕草ポーズ その2 汗の拭き方</p> <p><b>実技2</b> 四季の歌 夏バージョン<br/>夏らしい気分で表現する</p> <p><b>座学</b> 日本舞踊 古典的楽曲の種類<br/>長唄 常磐津 清元 大和唄 端唄 小唄</p>                                  | <p>オンライン</p> <p>4/5 (火)</p> <p>19:30~21:00</p>  | <p>用意：ハンカチ</p> <p>宿題：四季の歌<br/>夏バージョン<br/>踊っている映像</p>                     |
| 第3回 | <p><b>【指先と目線で感情を表す】</b></p> <p>導入紹介 花か条 日常7か条日常で活かしてみた経験談</p> <p><b>実技1</b> 歌舞伎役者なりきりポーズ 女性花魁立ち姿<br/>仕草ポーズ その3 お酒の注ぎ方</p> <p><b>実技2</b> 四季の歌 秋バージョン<br/>秋の切ない心を目線指先で表現をする</p> <p><b>座学</b> 新日本舞踊的つやっぱい江戸情緒</p>  | <p>オンライン</p> <p>5/10 (火)</p> <p>19:30~21:00</p> | <p>用意：徳利かベ<br/>ットボトルかビ<br/>ール瓶</p> <p>宿題：四季の歌<br/>秋バージョン<br/>踊っている映像</p> |
| 第4回 | <p><b>【立ち姿 足の裏の重心のかけ方】</b></p> <p>導入紹介 花か条 日常7か条日常で活かしてみた経験談</p> <p><b>実技1</b> 感情を込めた指先手先の表現の仕方<br/>寒い暑い嬉しい切ない凛とした立ち姿足の運び方<br/>仕草ポーズ その4 お扇子の扇ぎ方</p> <p><b>実技2</b> 四季の歌冬バージョン<br/>自然の状況を身体で表現する</p> <p><b>座学</b> 新日本舞踊の舞台の衣装 本衣装の種類<br/>舞台の着方 裾合せ</p> | <p>オンライン</p> <p>6/7 (火)</p> <p>19:30~21:00</p>  | <p>用意：お扇子</p> <p>宿題：四季の歌<br/>冬バージョン<br/>踊っている映像</p>                      |
| 第5回 | <p><b>【曲のストーリーを通して踊る】</b></p> <p>導入紹介 花か条 日常7か条日常で活かしてみた経験談</p> <p><b>実技1</b> 四季の歌を通して踊る（各人にアドバイス）<br/>間奏の部分を合わせて踊る<br/>仕草ポーズ その5 困ったとき つやっぱい可愛<br/>らしい</p> <p><b>実技2</b> 曲を通して踊る 一曲完成した喜びを味わう</p>  | <p>オンライン</p> <p>7/5 (火)</p> <p>19:30~21:00</p>  | <p>用意；あれば踊<br/>りの扇</p> <p>宿題；四季の歌<br/>一曲バージョン<br/>踊っている映</p>             |

|     |   |  |                                      |
|-----|---|--|--------------------------------------|
|     | <p>座学 舞踊小道具の効果とお扇子の多様な見せ方<br/>新日本舞踊から学ぶ日本の歴史と時代背景<br/>女性史</p>   |  |                                      |
| 第6回 | <p>【自分の体と心の変容を知る】<br/>導入紹介 5ヶ月間習ってきた感情表現で心と体が変わった感想</p> <p>実技1 四季の歌を、立姿で感情を自由に表現して踊ってみる<br/>日常で活かす花か条しぐさの復習</p> <p>座学 日本の国に生まれたことを意識する<br/>自由に生きていい自分らしく生きていい<br/>アウトプットすることで新しい世界が開ける、自己肯定感を高める<br/>日常7か条を日常で活かしてみたいこと、経験談</p> | <p>オンライン<br/>8/2 (火)<br/>19:30~21:00</p>         | <p>可能であれば<br/>着物を着用</p>              |
| 第7回 | <p>【おさらい会練習会】 (任意参加)<br/>おさらい発表会に向けての練習会 場所：東京都<br/>後日連絡<br/>着物か羽織を着て来てください (羽織ご用意いたします)</p>  | <p>リアルお稽古<br/>8/20 (土)<br/>13:00~15:00</p>       | <p>服装自由<br/>参加費:2,000円</p>           |
| 第8回 | <p>【おさらい会】 (任意参加)<br/>新日本舞踊 四季の歌 発表お披露目会 全員で東京音頭<br/>新日本舞踊鑑賞 お扇子体験会 東京音頭マスター講習会<br/>皆さんで楽しくカラダを使って踊ります</p>  | <p>池袋辺り<br/>8/27 (土)<br/>発表会<br/>13:00~15:00</p> | <p>着物か羽織を着て来てください<br/>参加費:6,600円</p> |