

領域	科目名	単位	時間数	対象学年	開講時期	担当講師
基礎分野	健康と癒し	1	30	1年次	4月	平和孝嗣(音楽) 城 弘子(体育)
授業概要 音楽やスポーツを通し、心と体を癒すことが健康の保持増進につながることを理解できる。健康的な生活を送るためのレクリエーション活動の実際について学ぶ。						
到達目標 1.音楽をとおして創造性や自己表現力を養い、完成を高めることができる。 1)自分の体を使っての音楽表現ができる。 2)鑑賞や実践をとおして感性を高めることができる。 3)心と音楽について理解できる。 2.健康管理と運動について理解し、運動を通して身心の保持・健康の増進を図る。 1)楽しく活動できる。 2)自ら進んで活動に取り組むことができる。 3)仲間とのコミュニケーション力を高めることができる。						
使用教材 教科書：なし その他：必要に応じて指示する						
評価 健康と癒し（音楽）と健康と癒し（体育）との総合評価で単位を認定する。						
授業計画						
健康と癒し（音楽）						
時間・回数	授業内容					方法
2時間・1回	楽典基礎知識 楽典ミニテスト。呼吸法及び発声法の実践					講義 校内演習
2時間・1回	音階及び調と調号 音名、階名、音階の確認と調や調号の理解。校歌の練習。					講義 校内演習
2時間・1回	声帯と声 声のしくみについてのDVDを見る。発声のメカニズムの理解 呼吸や発声の実践を通して体の動きと自分の声を認識					講義 校内演習
2時間・1回	歌唱の実践 「第九」をドイツ語で歌う。グレゴリオ聖歌の 「アヴェ・マリア」をラテン語で歌う。					講義 校内演習
2時間・1回	リズム練習 基礎的なリズム練習。「第九」の発音と歌唱練習。 鑑賞：ヴィヴァルディの作品、他。					講義 校内演習
2時間・1回	両手でのリズム練習。「校歌」「第九」「アヴェ・マリア」の練習 日本の伝統音楽 鑑賞：「声明」「謡曲」「狂言」「民謡」等々					講義 校内演習
2時間・1回	オーケストラでの楽器の種類と編成 オーケストラやブラスバンドでの使用楽器。声や楽器の種類と音域幅。 鑑賞：声楽曲、ピアノ曲、ヴァイオリン曲、オーケストラ曲等々					講義 校内演習
1時間・1回	筆記試験（45分間）					

領域	科目名	単位	時間数	対象学年	開講時期	担当講師
基礎分野	健康と癒し	1	30	1年次	4月	平和孝嗣(音楽) 城弘子(体育)
健康と癒し (体育)						
時間・回数	授業内容					方法
2時間・1回	健康生活と運動 適切な運動と健康増進					講義
2時間・1回	気軽に取り組める運動の実際 運動の種類と効果					講義 学外演習
2時間・1回	コミュニケーションワーク1 レクリエーションの意義と必要性					講義 学外演習
2時間・1回	コミュニケーションワーク2 活動の実際					講義 学外演習
2時間・1回	運動を楽しもう					講義 学外演習
2時間・1回	仲間をつくるゲーム					講義 学外演習
2時間・1回	仲間と楽しむゲーム					講義 学外演習
1時間・1回	筆記試験 (45分間)					
備考 体育は学外施設を使用するため、状況によっては授業進度が前後することもある。						