

## 臺南市立永仁高級中學(國中部)108 學年度第一學期 九年級彈性學習 芭蕾舞課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週 (2) 節 本學期共 (42) 節
課程目標	1 理解動作規範及操作方法並有效的運用 2 未來學習方向確立 3 心理素質強化及自我價值觀確立		
能力指標 (總綱核心素養)	1-1 課程概述、術語解說 1-2 本學期學習目標定立,動作練習強度定立,學習自律 1-3 動作單一分解練習,術語解說 1-4 芭蕾舞基礎能力及完全解決所有 Turn out 問題 2-1 增加身體基本能力強度 2-2 在穩定的身體基本能力基礎下,落實正確的肌肉運用 2-3 動作中持續提跨及腿的外開		

2-4 掌握重心的放置與轉移

3-1 動作出發時至結束始終維持 Turn out 的習慣，達到芭蕾舞開、繃、直的目地

3-2 提升肌肉控制能力,動作協調性,穩定性,Turn Out

3-3 協調性與音樂

3-4 能獨立完成小品練習

4-1 統整課堂動作並於段考中呈現與評分

4-2 芭蕾舞考級動作分解練習,認識動作要點

4-3 芭蕾舞考級動作組合練習,動作要點加強訓練

4-4 並能用腳尖鞋完成部分或所有課堂上之動作

5-1 能以芭蕾舞術語闡述動作之能力

5-2 舞蹈與音樂相結合

5-3 藝術性提升

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

		5-4 提升動作中情感表達能力				
教學期程		能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
週次	日期起迄					
1	08/30-08/31 8/30 開學	1-1, 1-2, 1-3	課程內容及對應術語解說	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
2	09/01-09/07	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
3	09/8-09/14	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
4	09/15-09/21	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
5	09/22-09/28	2-3, 2-4, 3-1, 3-2	動作組合式練習(扶把練習,中間練習,流動練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
6	09/29-10/05	2-3, 2-4, 3-1, 3-2	月考動作總複習	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
7	10/06-10/12 10/7-10/9 第一次定期評量	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
8	10/13-10/19	1-1, 1-3, 1-4	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
9	10/20-10/26	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
10	10/27-11/02	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	

## C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

11	11/03-11/09	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
12	11/10-11/16	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
13	11/17-11/23	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4	月考動作總複習	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
14	11/24-11/30 11/27-11/29 第二次 定期評量	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
15	12/01-12/07	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
16	12/08-12/14	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
17	12/15-12/21	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
18	12/22-12/28	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
19	12/19-01/04	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
20	01/05-01/11	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4	月考動作總複習	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
21	01/12-01/18 1/14-1/15 第三次定 期評量 1/16 修業式	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標(學習重點)序號」,及是否為「自編」單元,或主題課程。

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立永仁高級中學(國中部)108 學年度第二學期 九年級彈性學習芭蕾舞課程計畫

教材來源	自編	教學節數	每週(2)節 本學期共(42)節
課程目標	1:了解芭蕾舞發展概況與各不同時期排別差異性 2: 以芭蕾舞術語來闡述動作之能力		
能力指標 (總綱核心素養)	1-1 課程概述、術語解說 1-2 本學期學習目標定立,動作練習強度定立,學習自律 1-3 動作單一分解練習,術語解說 1-4 芭蕾舞基礎能力及完全解決所有 Turn out 問題 2-1 增加身體基本能力強度 2-2 在穩定的身體基本能力基礎下，落實正確的肌肉運用		

2-3 動作中持續提跨及腿的外開

2-4 掌握重心的放置與轉移

3-1 動作出發時至結束始終維持 Turn out 的習慣，達到芭蕾舞開、繃、直的目地

3-2 提升肌肉控制能力,動作協調性,穩定性,Turn Out

3-3 協調性與音樂

3-4 能獨立完成小品練習

4-1 統整課堂動作並於段考中呈現與評分

4-2 芭蕾舞考級動作分解練習,認識動作要點

4-3 芭蕾舞考級動作組合練習,動作要點加強訓練

4-4 並能用腳尖鞋完成部分或所有課堂上之動作

5-1 能以芭蕾舞術語闡述動作之能力

5-2 舞蹈與音樂相結合

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

教學期程		能力指標-代號 (學習內容、學習表現)	單元名稱	節數	表現任務(評量方式)	備註 融入議題能力指標
週次	日期起迄					
1	02/09-02/15 2/11 開學	1-1, 1-2, 1-3	課程內容及對應術語解說	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
2	02/16-02/22	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
3	02/23-02/29	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
4	03/01-03/07	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
5	03/08-03/14	2-3, 2-4, 3-1, 3-2	動作組合式練習(扶把練習,中間練習,流動練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
6	03/15-03/21	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4	月考動作總複習	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
7	03/22-03/28 3/23-3/25 第一次定期評量	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
8	03/29-04/04	1-1, 1-3, 1-4	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
9	04/05-04/11	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
10	04/12-04/18	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作分解練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
11	04/19-04/25	1-3, 1-4, 2-1, 2-3	動作組合式練習(扶把練習,中間練習)	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習	

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

			練習)		態度 服裝儀容 作品呈現	
12	04/26-05/02	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4	月考動作總複習	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
13	05/03-05/09 11/27-11/29 第二次 定期評量	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
14	05/10-05/16 5/16-5/17 會考	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
15	05/17-05/23	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
16	05/24-05/30	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
17	05/31-06/06	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
18	06/07-06/13 6/12 畢業典禮	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	芭蕾舞小品	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
19	06/14-06/20	2-3, 2-4, 3-1, 3-2, 4-2	月考動作總複習	2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
20	06/22-06/27 6/22-6/24 第三次定 期評量	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	
21	06/29-06/30 06/30 修業式	4-1, 3-3, 5-1, 5-2, 5-3, 5-4		2	實作評量 觀察評量 舞蹈日誌 學習 態度 服裝儀容 作品呈現	

◎「備註」欄請填入可融入教學之重大議題的「能力指標(學習重點)序號」,及是否為「自編」單元,或主題課程。

◎表現任務(評量方式)請具體敘寫。

◎教學期程請敘明週次起訖,如行列太多或不足,請自行增刪。



C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)