

臺南市永康區復興國民小學 109 學年度第一學期 3 年級彈性學習 現代舞蹈 課程計畫  
 (  普通班 /  藝才班 /  體育班 /  特教班 )

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. 了解身體部位和使用的過程，並能熟悉舞蹈術語 2. 敏銳觀察老師的示範與分解動作，並確實做出動作。 3. 察覺身體與地板相互對立與支撐的關係，靈活運用軀幹與脊椎的關係。 4. 跳躍動作能感受肌肉與利用地板的反作關係，掌握身體肌肉的控制力且同時注意腿部肌肉及延伸及落地的正確位置。 5. 搭配音樂旋律與節奏的多變性去轉換動作及質地。					
相關領域	現代舞 彈性					
能力指標 (總綱核心素養)	藝才 E-A1 啟發藝術潛能，認識個人特質。 藝才 E-B3 藉由多感官的運用與聯結，促發藝術感知與實作的潛在能力，培養日常生活中的美感素養。 藝才 E-C2 在藝術專業學習與日常生活的歷程中，樂於與他人合作與分享。					
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	無					
教學期程	能力指標-代號 學習表現                      學習內容		單元名稱	節數	表現任務 (評量方式)	備註 融入議題能力 指標
第一週	舞才 II-P1 能依指令完整呈現動作。	舞才 II-P1-1 身體動作的體驗與探索。 舞才 II-P1-2 身體各部位名稱認	認識現代舞	2	實作評量	無
第二週			認識身體的構造	2	實作評量	無
第三週			暖身動作的單一講解	2	實作評量	無
第四週			躺姿腿部訓練	2	實作評量	無

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

第五、六、七週	舞才 II-K1 能認識舞蹈常用術語。	識與運用。 舞才 II-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。 舞才 II-K1-2 各類舞蹈動作術語與適切的身體回應。	躺姿骨盆脊椎收縮延展訓練	6	實作評量	無	
第八、九週			認識在地舞蹈家與其舞團和作品	4	口頭發表 作業單	無	
第十、十一、十二週			跪姿脊椎收縮與延展	6	實作評量	無	
第十三、十四、十五週			站姿脊椎收縮與延展	6	實作評量	無	
第十六、十七週			站姿腿部訓練	4	實作評量	無	
第十八、十九週			舞才 II-K2 能了解並熟悉舞蹈與伴奏樂曲的關係。	舞才 II-K2-3 舞蹈動作與步法於伴奏樂曲的韻律感知。	協調性訓練	4	實作評量
第二十週	舞才 II-C1 能說出 1 至 2 位在地舞蹈家與其代表作品。  舞才 II-C2 能清楚說明 1 至 2 個具有代表性的在地舞蹈團體名稱與其特色。	舞才 II-C1-1 在地舞蹈家作品文化背景的认识。 舞才 II-C1-2 在地舞蹈家作品風格的认识。 舞才 II-C2-1 具有特色的在地舞蹈團體簡介。	綜合學習評量	2	實作評量	無	
第二十一週			評量後討論	2	口頭發表	同儕互評	無

◎「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。

臺南市永康區復興國民小學 109 學年度第二學期 3 年級彈性學習 現代舞蹈 課程計畫  
普通班/ 藝才班/ 體育班/ 特教班)

教材來源	自編	教學節數	每週 ( 2 ) 節 本學期共 ( 40 ) 節			
課程目標	1. 了解身體部位和使用的過程，並能熟悉舞蹈術語 2. 敏銳觀察老師的示範與分解動作，並確實做出動作。 3. 察覺身體與地板相互對立與支撐的關係，靈活運用軀幹與脊椎的關係。 4. 跳躍動作能感受肌肉與利用地板的反作關係，掌握身體肌肉的控制力且同時注意腿部肌肉及延伸及落地的正確位置。 5. 搭配音樂旋律與節奏的多變性去轉換動作及質地。					
相關領域	現代舞 彈性					
能力指標 (總綱核心素養)	藝才 E-A1 啟發藝術潛能，認識個人特質。 藝才 E-B3 藉由多感官的運用與聯結，促發藝術感知與實作的潛在能力，培養日常生活中的美感素養。 藝才 E-C2 在藝術專業學習與日常生活的歷程中，樂於與他人合作與分享。					
融入議題之能力指標 (議題實質內涵)	無					
教學期程	能力指標-代號 學習表現                      學習內容		單元名稱	節數	表現任務 (評量方式)	備註 融入議題能力 指標
第一週	舞才 II-P1 能依指令完整呈現動作。	舞才 II-P1-1 身體動作的體驗與探索。 舞才 II-P1-2	複習上學期重點	2	實作評量	無
第二、三週			swing	2	實作評量	無
第四、五週			重心轉移	2	實作評量	無

C6-1 彈性學習課程計畫(九貫版)

第六、七週	舞才 II-K1 能認識舞蹈常用術語。	身體各部位名稱認識與運用。	認識在地舞蹈家與其舞團和作品	2	口頭發表	無		
第八、九週		舞才 II-K2 能了解並熟悉舞蹈與伴奏樂曲的關係。	舞才 II-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	藉由輔具訓練腿部肌肉	6	實作評量	無	
第十、十一週			舞才 II-K1-2 各類舞蹈動作術語與適切的身體回應。	跳躍訓練	4	實作評量	無	
第十二、十三、十四週			舞才 II-K2-3 舞蹈動作與步法於伴奏樂曲的韻律感知。	跳躍組合訓練	6	實作評量	無	
第十五、十六週			舞才 II-C1 能說出 1 至 2 位在地舞蹈家與其代表作品。	舞才 II-C1-1 在地舞蹈家作品文化背景的认识。	流動訓練	6	實作評量	無
第十七、十八、十九週			舞才 II-C2 能清楚說明 1 至 2 個具有代表性的在地舞蹈團體名稱與其特色。	舞才 II-C1-2 在地舞蹈家作品風格的认识。	流動組合訓練	4	實作評量	無
第二十週	舞才 II-C2-1 具有特色的在地舞蹈團體簡介。			綜合學習評量	4	實作評量	無	
第二十一週			評量後討論	2	口頭發表 同儕互評	無		

◎「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)