

臺南市公立中山國民中學 112 學年度第一學期八年級(藝術才能專長領域)課程計畫

課程名稱		芭蕾舞	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(42)節		
課程規範		◎ ☒ 領域學習課程-部定專長領域 ☒ 藝術才能班部定專長領域 ☐ 體育班部定體育專業 ◎ ☐ 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程： ☐ 藝術才能班校訂專長領域 ☐ 體育班校訂體育專業						
設計理念		1. 培育藝術才能優異的學生，養成藝術與文化發展之基礎人才。 2. 啟發具有舞蹈優異潛能之學生，施予適性之系統化教育。 3. 透過創意教學，提昇表演、賞析與創造力。 4. 結合社群資源，進行多元藝術交流，拓展文化視野。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		藝才 J-A1 開展藝術潛能，展現個人特質，培養良好藝術學習習慣。 藝才 J-A3 精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力。 藝才 J-C2 在藝術相關環境、團隊與人際互動中，具備同理心與觀察力，積極與人協調和合作。						
課程目標		學習芭蕾舞硬鞋的技巧,掌握芭蕾舞的把杆基本動作與肢體的運用，學習正確的運動傷害與防護觀念。						
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週~ 第 3 週	6	軟鞋把杆 “Battement” 動作練習(單手扶把)	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	能正確找到身體重心並完成單一動作之能力。	1.Plié與 Relevé動作組合練習 2.Battement Tendu 動作組合練習 3.Battement Jeté動作組合練習 4.Battement Fondu 組合動作練習 5.Battement Frappé組合動作練習	☒ 作業單 ☒ 同儕評量 ☒ 觀察評量	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

第4週~ 第6週	6	芭蕾舞鞋的訓練 (point shoese)	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	正確應用身體動能，熟練各種舞蹈技能。	一系列硬鞋暖身練習	■觀察評量 ■實作評量	自編
第7週~ 第10週	8	硬鞋“Battement”動作組合練習(單手扶把)	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	能正確找到身體重心，完成單一動作及組合動作之能力。	1.Pliés 與 Relevé動作組合練習 2.Battement Tendu + Jeté動作組合練習 3.Battement Fondu + Relevé動作組合練習 4.Battement Frappé + Petit battement動作組合練習	■觀察評量 ■實作評量 ■作業單	自編
第11週~第 12週	4	芭蕾舞鞋(中間)的動作組合原理與術語	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	1. 瞭解並具有簡易處理舞蹈運動傷害之基本能力。 2. 芭蕾舞鞋動作與肢體的運用	1. 身體的中心位置與手、腳、頭和眼的方向動作協調練習 2. 硬鞋站姿(turn out)及重心轉換方向的動力和方法 3. 芭蕾舞術語與動作之關聯性	■觀察評量 ■實作評量	自編
第13週	2	第二次定期評量 校外教學						
第14週~第 15週	4	一、硬鞋轉圈 Pirouette (把杆&中間)的	舞才IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同	舞才IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、	1. 正確應用身體動能，熟練各種舞蹈	1. 把杆的組合動作。 2. 中間的組合動	■觀察評量 ■實作評量	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

		練習 Pirouette en dehore & en dedans 的動作組合練習	舞蹈類型技法。	相關語彙及動作原則。	技能。 2. 舞蹈基本動作及具難度的單一性與複合性動作組合。	作。		
第 16 週~第 17 週	4	一、Rond de jambe 動作組合練習 (硬鞋中間練習)	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	1. 建立組織性與表演性的能力 2. 正確應用身體動能，熟練各種舞蹈技能。	1. Demi rond de jambe à terre & à lair 的動作組合練習 2. en dehore & en dedans 的動作組合練習 三、硬鞋(單手扶把)動作組合測驗	■觀察評量 ■實作評量	自編
第 18 週~第 20 週	6	一、Allegro 組合練習(扶把、離把) 二、課程總複習	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	了解芭蕾舞藝術發展脈絡，進行多元文化探索。	1. Petit Allegro 組合練習(小跳躍動作) 2. Grand Allegro 組合練習(大跳躍動作)	■口頭發表 ■書面報告	自編
第 21 週	2	第三次學科定期評量						

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市公立中山國民中學 112 學年度第二學期八年級(藝術才能專長領域)課程計畫

課程名稱		芭蕾舞	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(40)節		
課程規範		◎ ☒ 領域學習課程-部定專長領域 ☒ 藝術才能班部定專長領域 ☐ 體育班部定體育專業 ◎ ☐ 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程： ☐ 藝術才能班校訂專長領域 ☐ 體育班校訂體育專業						
設計理念		1. 培育藝術才能優異的學生，養成藝術與文化發展之基礎人才。 2. 啟發具有舞蹈優異潛能之學生，施予適性之系統化教育。 3. 透過創意教學，提昇表演、賞析與創造力。 4. 結合社群資源，進行多元藝術交流，拓展文化視野。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		藝才 J-A1 開展藝術潛能，展現個人特質，培養良好藝術學習習慣。 藝才 J-B1 理解藝術作品內容，運用各類藝術符號與媒材，以同理心與人分享及互動。 藝才 J-C2 在藝術相關環境、團隊與人際互動中，具備同理心與觀察力，積極與人協調和合作。 藝才 J-C3 理解在地與國際藝術展演的內涵，尊重與欣賞 不同文化的多元與殊異。						
課程目標		芭蕾舞硬鞋的訓練,掌握芭蕾舞的把杆基本動作與肢體的運用，學習正確的運動傷害與防護觀念。						
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週~第 3 週	6	一、芭蕾舞硬鞋的基本動作組合練習(point shoese) 二、硬鞋 warm up 的練習	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	培養具舞蹈基礎的學生進階的能力。	Tendu and plie 的組合練習	☒ 觀察評量 ☒ 實作評量	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

第 4 週~第 6 週	6	硬鞋 “Battement” 動作組合練習 (單手扶把)硬鞋 轉 Pirouette (把杆)的練習	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	改變動作節奏與方位，加強組合動作的複雜度，增加組織與連貫性。	1. Pliés 與 Relevé 動作組合練習 2 2. Battement Tendu + Jeté 動作組合練習 2 3. Battement Fondu + Relevé 4. Battement Frappé + Petit battement 動作組合練習 2	■觀察評量 ■實作評量	自編
第 7 週~第 10 週	8	一、芭蕾硬鞋(中間)的動作組合原理與術語 二、Rond de jambe 動作組合練習 2	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	改變動作節奏與方位，加強組合動作的複雜度，增加組織與連貫性。	1. 硬鞋中間練習 2. 期中評量	■觀察評量 ■實作評量	自編
第 11 週~第 13 週	6	一、硬鞋傷害與防護 二 Adagio 組合練習	舞才 IV-K2 對舞蹈專項常見運動傷害之復健流程及預防選擇具備實務操作能力。	舞才 IV-K2-1 進階下肢傷害處理與預防性保護措施：含急性期治療、慢性期治療、運動機能重建、預防性貼紮、護具選擇等。	1. 瞭解並具有簡易處理舞蹈運動傷害之基本能力。 2. 使用不同風格的音樂搭配舞蹈動作，增強音樂性。	1. 教導如何正確地使用腳踝及腳掌的力氣來推硬鞋。 2. 手臂的運行與呼吸的配合 3. 芭蕾的身體面向 4. Port de bras 組合練習	■觀察評量 ■實作評量	自編

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(部定+校訂)

						5. Adagio 動作組合練習		
第 14 週~第 16 週	6	Allegro 組合練習 (扶把、離把)	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	利用分組方式使其觀察同儕表現,進而反省修正自己。	1. Petit Allegro 組合練習 (小跳躍動作) 2. Grand Allegro 組合練習 (大跳躍動作)	☐ 觀察評量 ☐ 實作評量 ☐ 同儕評量	自編
第 17 週~第 18 週	4	課程總複習	舞才 IV-K1 分析動作原理原則，並掌握不同舞蹈類型技法。	舞才 IV-K1-1 不同舞蹈類型的專用術語、相關語彙及動作原則。	利用分組方式使其觀察同儕表現,進而反省修正自己。	1. 扶把動作組合練習(單手) 2. 離把動作組合練習(中間) 3. 流動組合練習(1)(2)	☐ 觀察評量 ☐ 實作評量 ☐ 同儕評量	自編
第 19 週~第 20 週	4	國際著名芭蕾舞團介紹--起源、背景以及舞作欣賞	舞才 IV-C1 賞析國內外舞蹈作品特色及代表人物。	舞才 IV-C1-2 國外舞蹈家、團體及其作品。	了解芭蕾舞藝術發展脈絡，進行多元文化探索。	介紹舞團的起源、背景以及舞作欣賞	☐ 書面報告 ☐ 觀察評量 ☐ 口頭發表	自編

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。