

臺南市永康區復興國民小學 114 學年度第一學期五年級(藝術才能專長領域)課程計畫

課程名稱	中華民族舞蹈		實施年級 (班級組別)	五年級	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	藉由傳統戲曲動作，了解傳統文化之美。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	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連結，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-C1 經由藝術的專長學習，建構個人的藝術價值觀，關注藝術展演與相關服務學習。 藝才 E-C3 關心在地與國際藝術展演，認識與包容文化的多元特性。							
課程目標	1. 藉由民族舞蹈的學習了解民族文化的重要性。 2. 引導想像激發學習動機，以建立民族舞蹈的基本能力。 3. 透過基本能力訓練，增加學生身體的延展性、敏捷性、柔軟度及控制力。 4. 培養學生對民族舞蹈藝術層面的表現力。							
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 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第一週	2	民族舞蹈混合訓練-手姿與步伐	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合	能正確並流暢做出手姿及步伐	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 手姿及步伐混合練習	實作評量	自編自選教材
第二週	2	民族舞蹈節奏舞	舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與	做出舞步動作	1. 暖身及肌耐力訓練	實作評量	自編自選教材

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

		步	運用媒材呈現舞句形式。	節奏旋律的結合。	組合	2. 二拍舞步的練習		
第三週	2	民族舞蹈節奏舞步	舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。	做出舞步動作組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 三拍舞步的練習	實作評量	自編自選教材
第四週	2	民族舞蹈節奏舞步	舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。	做出舞步動作組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 四拍舞步的練習	實作評量	自編自選教材
第五週	2	民族舞蹈身韻訓練-提沉	舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等。	能配合呼吸做出提沉	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 上身提沉的練習	實作評量	自編自選教材
第六週	2	民族舞蹈身韻訓練-衝靠	舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等。	能配合呼吸做出衝靠	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 上身衝靠練習	實作評量	自編自選教材
第七週	2	民族舞蹈身韻訓練-衝靠	舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等。	能配合呼吸做出衝靠	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 上身衝靠練習	實作評量	自編自選教材
第八週	2	民族舞蹈身韻訓練-含展橫移	舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞	能配合呼吸做出含展橫移	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 上身含展橫移練習	實作評量	自編自選教材

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

				蹈專用術語等。				
第九週	2	地面素質訓練－腿部與上肢動作應用	舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等。	能配合上肢動作做出勾繃腳	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 勾繃腳與身體的配合練習	實作評量	自編自選教材
第十週	2	地面素質訓練－下肢動作練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能流暢做出岔腿動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 腿部柔軟度練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十一週	2	地面素質訓練－下肢動作練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出撩腿動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 彈腿與撩腿部曲伸動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十二週	2	地面素質訓練－下肢動作練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2	能做出撩腿動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 彈腿與撩腿部曲伸動作練習與控制	實作評量	自編自選教材

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

				動作元素的多元組合。				
第十三週	2	地面素質訓練- 下肢動作組合練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出前旁大踢腿組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 前旁大踢腿動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十四週	2	地面素質訓練- 下肢動作組合練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出後踢腿組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 後彎腰後踢腿動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十五週	2	地面素質訓練- 單一動作組合練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出絞柱動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 單一絞柱動作練習	實作評量	自編自選教材
第十六週	2	地面素質訓練- 單一動作組合練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	能做出絞柱動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 烏龍絞柱動作練習	實作評量	自編自選教材

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

		習	素組成舞句形式。	間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。				
第十七週	2	站立與流動訓練-動作組合練習	舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。 舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。	舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。 舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。	能與同學配合做出動作組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 流動組合練習	實作評量	自編自選教材
第十八週	2	認識與學習台灣廟會藝陣文化-家將	舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞才Ⅲ-C1-1 國內外不同舞蹈類型的起源與發展。 舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)	能分享觀後感	1. 講解與介紹 2. 播放影片	觀察評量	自編自選教材
第十九週	2	認識與學習台灣廟會藝陣文化-家將	舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)	能做出走步動作	家將基本動作	實作評量	自編自選教材

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

第二十週	2	認識與學習台灣廟會藝陣文化-家將	舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。 舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。	舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群) 舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。	能做出聽令及傳令動作	家將基本動作	實作評量	自編自選教材
第二十一週	2	綜合學習評量	舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。 舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。	舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。 舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。	能配合音樂做出組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 動作組合練習	總結表演評量	自編自選教材

◎教學期程以每週教學為原則，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 114 學年度第二學期五年級(藝術才能專長領域)課程計畫

課程名稱	中華民族舞蹈		實施年級 (班級組別)	五年級	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	藉由傳統戲曲動作，了解傳統文化之美。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	藝才 E-A2 循序漸進擴充藝術學習的經驗，探索生活中的藝術議題。 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。 藝才 E-C3 關心在地與國際藝術展演，認識與包容文化的多元特性。							
課程目標	1. 藉由民族舞蹈的學習了解民族文化的重要性。 2. 引導想像激發學習動機，以建立民族舞蹈的基本能力。 3. 透過基本能力訓練，增加學生身體的延展性、敏捷性、柔軟度及控制力。 4. 培養學生對民族舞蹈藝術層面的表現力。							
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 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第一週	2	把上身韻動作訓練-基本動作與配合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能確實做出蹲的動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 蹲的組合練習	實作評量	自編自選教材
第二週	0	把上身韻動作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	能確實做出	1. 暖身及肌耐力訓	實作評量	自編自選教材

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(國中小新課綱版-部定+校訂)

		訓練-基本動作與配合	運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	腿部擦地的動作	練 2. 腿部擦地動作組合練習		
第三週	2	把上身韻動作訓練-基本動作與配合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出站姿彎腰	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 彎腰(一)配合練習	實作評量	自編自選教材
第四週	2	把上身韻動作訓練-基本動作與配合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能站姿做出小踢彈腿	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 小踢彈腿動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第五週	2	把上身韻動作訓練-彈跳動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出小跳(一)組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 小跳(一)動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第六週	2	把上身韻動作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	能做出小跳	1. 暖身及肌耐力訓	實作評量	自編自選教材

		訓練-彈跳動作組合	運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	(二)組合	練 2. 小跳(二)動作組合練習		
第七週	2	站立與流動訓練-單一動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等	能做出晃手	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 晃手動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第八週	2	站立與流動訓練-單一動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與	能做出盤手	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 盤手動作組合練習	實作評量	自編自選教材

			形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	節奏旋律的結合。 舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等				
第九週	2	站立與流動訓練-單一動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。 舞才Ⅲ-K1-1 舞蹈動作與基本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等	能做出盤手	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 盤手動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第十週	2	站立與流動訓練-單一動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。	身體重心穩定做出彎腰(二)動作組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 彎腰(二)動作組合練習	實作評量	自編自選教材

				舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。				
第十一週	2	站立與流動訓練-單一動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出雙腳轉	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 雙腳轉動的技巧	實作評量	自編自選教材
第十二週	2	流動訓練--彈跳動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。	能做出小跳(三)組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 小跳(三)動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第十三週	2	流動訓練--彈跳動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。	能做出小跳(三)組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 小跳(三)動作組合練習	實作評量	自編自選教材

			舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。				
第十四週	2	流動訓練--彈跳動作組合	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。	能做出小跳(三)組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 小跳(三)動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第十五週	2	民間舞小品組合訓練-雲南花燈	舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞才Ⅲ-C1-1 國內外不同舞蹈類型的起源與發展。 舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)	認識雲南花燈舞蹈特色	1. 講解與介紹 2. 雲南花燈舞蹈動律	觀察評量	自編自選教材
第十六週	2	民間舞小品組合訓練-雲南花燈	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。	能做出雲南花燈舞蹈_歲	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 雲南花燈舞蹈組合	實作評量	自編自選教材

			舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)				
第十七週	2	認識與學習台灣廟會藝陣文化-跳鼓陣1	舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞才Ⅲ-C1-1 國內外不同舞蹈類型的起源與發展。 舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)	能分享觀後感	1. 講解與介紹 2. 播放影片	觀察評量	自編自選教材
第十八週	2	認識與學習台灣廟會藝陣文化-跳鼓陣1	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-C1-1 國內外不同舞蹈類型的起源與發展。 舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)	能做出開四門組合動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 基本陣式:開四門組合練習	實作評量	自編自選教材
第十九週	2	認識與學習台灣廟會藝陣文化-跳鼓陣1	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	能做出纏足	1. 暖身及肌耐力訓練	實作評量	自編自選教材

		灣廟會藝陣文化-跳鼓陣1	運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。	舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-C1-1 國內外不同舞蹈類型的起源與發展。 舞才Ⅲ-C1-2 國內外不同舞蹈類型的欣賞。(取材考量不同性別、族群)	組合動作	練 2. 基本陣式：纏足組合練習		
第二十週	2	綜合學習評量1	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。 舞才Ⅲ-P2-2 媒材於舞蹈的運用：含道具、音樂等。	能配合音樂做出組合1	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 動作組合練習	總結表演評量	自編自選教材
第二十一週	2	綜合學習評量	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	能配合音樂	1. 暖身及肌耐力訓	總結表演評	自編自選教材

		2	運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2 運用媒材呈現舞句形式。	間、力量、流動、關係等動作元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組合。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。 舞才Ⅲ-P2-2 媒材於舞蹈的運用：含道具、音樂等。	做出組合2	練 2. 動作組合練習	量	
--	--	---	---	--	-------	---------------------------	---	--