臺南市公立進學國民小學114學年度第一學期五年級(中華民族舞)課程計畫

課程名稱		中華民族舞	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■藝術才能班<mark>部定</mark>專◎□彈性學習課程-特殊專業課程: □藝術	長領域 □體育班	那定體育專業 、□體育班校訂 <mark>體育</mark>	專業			
設計理念		加強對民族美學及舞蹈原	虱格性的體現,掌握	其韻味之美感,傳達	達其內在精神並展現出中	中華文化之美。		
本教育階段 總綱核心素素 或校訂素養	養	藝才 E-A1 啟發藝術潛能 藝才 E-A3 參與藝術展演 藝才 E-B1 建立藝術符號 藝才 E-C1 經由藝術專長 藝才 E-C2 在藝術專長學	活動的規劃,培養 認知與創作所需的 的學習,培養個人自	基礎能力,適切表達 的藝術價值觀,樂意	藝術作品內涵。 投注於藝術相關服務。			
課程目標		1. 了解中華民族舞蹈的起源及其類型之區別 2. 學習舞蹈身段基本動作及其要點並經由手法與步法的動作組合體會精、氣、神的連貫 3. 認識古典舞蹈文舞所使用道具之類型及其區別劃分 4. 增進學生的組織、反應與表演的能力						
				課程架構脈絡			1	T
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	自自教或習使教或材編選材學單用具器材
第一週	2	認識中華民族舞蹈	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	1. 了解身段及身韻特 色與內涵 2. 認識中華民族舞蹈	認識中華民族舞蹈的起源及其類型之區別	舞蹈筆記 >考察中 華民族舞	自編教材

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)

笋 - 调	9		舞才Ⅲ-S1 完整 蒐集、觀察與記 錄舞蹈 類別資料。	展 舞 八 類 (性 舞 蹈 集 論 錄 舞 才 Ⅲ - C1-2 國 國 例 類 取 別 才 類 : 及 等 財 到 別 含 記 。 舞 才 Ⅲ - K1-1	動作與道具間的運用	1 氨、蜎	蹈的格 並 不 處。	白如
第二週	2	舞步基礎訓練(一)	对Ⅲ-KI 認識舞蹈基本元 素。	舞蹈動作與基本 元素的認知 舞蹈動作原理 舞蹈專用術語 等。	1. 認識身段基本動作 及其專業術語 2. 了解其呼吸與身體 動作之連結	1. 氣(坐姿)「提、 (全) (上) (上) (上) (上) (上) (上) (上) (上) (上) (上	舞蹈筆記>術語紀錄	自編材
第三週	2	舞步基礎訓練(二)	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。	1. 認識身段基本動作 及其專業術語 2. 了解其呼吸與身體 動作之連結	1. 氣、韻 1-1(站姿)「提、 沉、沖、靠、含、 腆、旁移」 2. 手位 2-1(站姿)山膀、托 掌、順風旗、托按	舞蹈筆記 >術語紀 錄及其動 作的正確 性	自編教材

		· (中國重視月月間月刊。)				掌、云手、小舞花 3. 步法 3-1 碎步、圓場、花 梆步、蹉步		
第四週	2	舞步基礎訓練(三)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識基本元 素。	舞問動元舞動組舞舞元念 一P1-1 一的力關的Ⅲ元。Ⅲ創的 一个分別的Ⅲ元。Ⅲ創的 一个分別的 11 一个分別的 11 一个分別的 一个分 一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一个一	1. 認識身段基本動作 及其專業術語 2. 了解其呼吸與身體 動作之連結	1. 氣、韻 1-1「提、腆、完 注、 注、 2. 手位 2-1 山、小法 等、 4. 少法 3. 世 4. 小法 4. 一五 4. 一 4. 一 4. 一 4. 一 4. 一 4. 一 4. 一 4. 一	實從合了吸動確評品現其身之	自栽材
第五週	2	軟開訓練(一)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識基本元 素。	舞問動元舞動組舞舞元念 那一P1-1 等量,以上的一个的。 是一个的一个的。 是一个的一个的一个的。 是一个的一个的一个的一个的。 是一个的一个的一个的一个的一个。 是一个的一个的一个的一个。 是一个的一个的一个。 是一个的一个的一个。 是一个的一个的一个。 是一个的一个的一个。 是一个的一个的一个。 是一个的一个的一个的一个。 是一个的一个的一个的一个的一个。 是一个的一个的一个的一个。 是一个的一个的一个的一个的一个。 是一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一个的一	1. 認識身段基本動作 及其專業術語 2. 了解其呼吸與身體 動作之連結 3. 加強身體軟開	1. 壓腿 1-1 壓腿-前、旁、 後 1-2 横叉、豎叉、壓 胯 2. 軟腰 2-1 前後彎腰、涮 腰、胸腰、掰肩	舞蹈筆記>術語紀錄	自納材

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(國中小新課網版-部定+校訂)

第六週	2		*性計畫(國中小新誅納版 	舞才Ⅲ-P2-1		1. 壓腿	舞蹈筆記	自編
ヤハ型	\\ \alpha \			, .				
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與		1-1 壓腿-前、旁、	>術語紀	教材
			白形式。	節奏旋律的結	1. 認識身段基本動作	後	錄	
				合。	及其專業術語	1-2 横叉、豎叉、壓	實作評量	
		軟開訓練(二)			2. 了解其呼吸與身體	胯	>從小品	
					動作之連結	2. 軟腰	組合呈現	
					3. 加強身體軟開	2-1 前後彎腰、涮	中了解其	
					0. 加加入	腰、胸腰、掰肩	呼吸與身	
						3. 小品組合	體動作之	
						3-1 把上軟開組合	正確性。	
第七週	2		舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1		1. 壓腿		自編
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與		1-1 壓腿-前、旁、		教材
			句形式。	節奏旋律的結		後	實作評量	
				合。	1. 認識身段基本動作	1-2 横叉、豎叉、壓	>從小品	
		h, np (1/4 (-)			及其專業術語	胯	組合呈現	
		軟開訓練(三)			2. 了解其呼吸與身體	2. 軟腰	中了解其	
					動作之連結	2-1 前後彎腰、涮	呼吸與身	
					3. 加強身體軟開	腰、胸腰、掰肩	體動作之	
					, , ,	3. 小品組合	正確性	
						3-1 把上軟開組合		
						3-2 地面軟開組合		
第八週	2		舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1		1. 大踢腿		自編
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與	1. 認識身段基本動作	1-1 正腿、旁腿、十		教材
			句形式。	節奏旋律的結	及其專業術語	字腿	舞蹈筆記	7-214
		腿功訓練(一)	7,0-4	合。	2. 強化身體肌肉之力	, ,	>術語紀	
		W W W I WIE ()			量使其動作力度增強	1-3. 片腿、蓋腿	錄及其動	
					3. 增強其爆發力及速	1-4. 倒踢紫金冠	作的正確	
					度之敏捷性	2. 肌力訓練	性	
					汉人纵使注			
						2-1 腹部核心訓練		

	40.73.6		以誅任司 童(図中小和誅綱加			0 0 7/ 10 45		
						2-2 強化背肌訓練		
						2-3 增強手臂肌力		
						2-4 增強腿部肌力訓		
						練		
第九週	2		舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1		1. 大踢腿		自編
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與		1-1 正腿、旁腿、十		教材
			句形式。	節奏旋律的結		字腿		
		腿功訓練(二)		合。	1. 認識身段基本動作 及其專業術語 2. 強化身體肌肉之力 量使其動作力度增強 3. 增強其爆發力及速 度之敏捷性	1-2. 抬腿、撩腿 1-3. 片腿、蓋腿 1-4. 倒踢紫金冠 1-5. 踢腿動作組合 2. 肌力訓練 2-1 腹部核心訓練 2-2 強化背肌訓練 2-3 增強手臂肌力 2-4 增強腿部肌力訓練	舞術 一个	
第十週	2		舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1		1. 大踢腿		自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時		1-1 正腿、旁腿、十		教材
			素組成舞句形	間、力量、流		字腿	安佐证具	
			式。	動、關係等動作	1. 認識身段基本動作	1-2. 抬腿、撩腿	實作評量 >從小品	
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	及其專業術語	1-3. 片腿、蓋腿	組合呈現	
		腿功訓練(三)	認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	2. 強化身體肌肉之力	1-4. 倒踢紫金冠	中了解其	
			素。	動作元素的多元	量使其動作力度增強	1-5. 踢腿動作組合	呼吸與身	
				組合。	3. 增強其爆發力及速	2. 肌力訓練	體動作之	
				舞才Ⅲ-K1-2	度之敏捷性	2-1 腹部核心訓練	正確性	
				舞蹈創作與基本		2-2 強化背肌訓練	ルールド 1丁	
				元素的運用概		2-3 增強手臂肌力		
				念。		2-4 增強腿部肌力訓		

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(國中小新課網版-部定+校訂)

						練		
第十一週	2	身段基本綜合訓練(一)	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。	舞門1-1 無才蹈、、素才作合才蹈素。 一字量條探-P1-2 最條探-P1-2 素子的。Ⅲ-K1-2 上,流動。 一次, 一次, 一次, 一次, 一次, 一次, 一次, 一次, 一次, 一次,	身體動作之連結流暢性	1. 扶把 1-1 擦地組合 1-2 小蹲組合 2. 中間 2-1 軟開組合	實〉組中呼體正並同型作外合了吸動確掌舞技評品呈解與作性握蹈法	自編材
第十二週	2	身段基本綜合訓練(二)	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。	## P1-1 ## P1-2 ## P1-3 ## P1-2 ## P1-3 ## P1-3 #	身體動作之連結流暢性	1. 扶把 1-1 擦地+小蹲組合 1-2 小彈腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合	實從自中呼體正並同型作外合了吸動確掌舞技語品現其身之,不類。	自編材
第十三週	2	身段基本綜合訓練(三)	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	身體動作之連結流暢性	1. 扶把 1-1 擦地+小蹲組合 1-2 小彈腿組合 2. 中間	實作評量 >從小品 組合呈現 中了解其	自編教材

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)

			舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元 素。	元素的探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元 組合。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本 元素的運用概 念。		2-1 軟開組合 3. 流動 3-1 碎步組合	呼豐 雅 正 並 同 型 技法	
第十四週	2	身段基本綜合訓練(四)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識基本元 素。	舞間動元舞間動組舞間動元舞的 111 時間, 111 時間, 112 時間, 112 計劃 112 計劃 115 時間, 115 計劃 115 计划 11	身體動作之連結流暢性	1. 扶把 1-1 擦地+小蹲組合 1-2 小彈腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合 3. 流動 3-1 碎步組合	實〉組中呼體正並同型作外合了吸動確掌舞技評品呈解與作性握蹈法量品現其身之,不類。	自教材
第十五週	2	認識古典身段舞蹈之道具	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、暗間、流力量、解析,以下,不是不是不是,不是不是,不是不是,不是不是,不是不是,不是不是,不是不是	1. 了解古典舞身段所使用之道具有那些2. 討論所使用之道具 2. 討論所使用之道具 2. 利用其道具與身段動作之連結發展	分組探討及動作編排	舞考道有分作蹈紀有的作其的格	自編教材

第十六週	2	身段動作與道具之結合 運用(一)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識基本元 素。	舞元念舞舞間動元舞動組舞舞元念蹈素。才蹈、、素才作合才蹈素。们運的力關的Ⅲ元。Ⅲ創的與用一字量係探-P1-方。Ⅱ創的與用(二、流動。2多是機概基概(一、流動。2多是機概)。	增進學生的組織、反 應與表演的能力	分組探討及動作編排	實透,等動合用評過分並運量引析結	自編材
第十七週	2	身段動作與道具之結合 運用 (二)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識基本元 素。	舞門1-1 舞舞間動元舞動組舞舞 門空間、 開的Ⅲ元。Ⅲ一名 一條探 一子1-2 事係探 一子1-2 事件 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實分作則握蹈法溝創作析所原,不類並通作郵動原掌舞技人作	自教材
第十八週	2	身段動作與道具之結合 運用(三)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	增進學生的組織、反 應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作評量>分析動	自編 教材

			素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	間動元舞動組舞用 一大調子 一大調子 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大 一大			作則握蹈法溝創理並同型與合。	
第十九週	2	身段動作與道具之結合運用(四)	舞用是 舞用組 無力 無力 無力 無力 無力 無力 無力 無力 無力 無力	舞打 II-P1-2 動組舞行 III-P3-1 青木 III-P3-1 青木 III-P3-1 春子極:排才蹈察才照 一P3-2 舞蹈。 毎年 第十日 年 年 年 年 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實分作則握蹈法溝創作析原,不類並通作動原掌舞技人作	自編材
第二十週	2	身段動作與道具之結合 運用(五)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形式 舞才Ⅲ-P3 主動與群體合 作。	舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元 組合 舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活 動:含舞蹈創作	增進學生的組織、反 應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作評數 作原 明 不 原 明 不 原 那 原 工 年 舞 五 军 军 舞 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五 五	自編教材

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)

		舞才Ⅲ-S2 透過引導,分組 進行動作的發 想、探索及呈 現。	與排練等。 舞才Ⅲ-P3-2 舞蹈作品呈現及 觀察。 舞才Ⅲ-S2-1 舞蹈不同元素的 整合及運用。			法並與人 溝通合作 創作。	
第二十一週	2 小品呈現	舞工—P1 運素舞主作舞透進想現 用組計Ⅲ—P3 主作舞過行、高 会 一S2 ,的及 引動作器 到動作器	舞才Ⅲ-P1-2 動組舞作品 III-P3-1 積 動與舞子 III-P3-1 積 動與舞子 III-P3-2 舞子 III-P3-2 現 III-P3-2 現 III-P3-2 現 III-P3-2 同 III-P3-1 同 III-P3-1 同 III-P3-1 同 III-P3-1 同 III-P3-1	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組呈現	實〉呈受像賞的自表表作外現、、、體我現。評品感審驗特的量,與質發	自編材

[◎]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。

臺南市公立進學國民小學 114 學年度第二學期五年級(中華民族舞)課程計畫

課程名稱		中華民族舞	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		■藝術才能班 <mark>部定</mark> 專長 ◎□ 彈性學習課程-特殊	■領域學習課程-部定專長領域 ■藝術才能班 <mark>部定</mark> 專長領域 □體育班 <mark>部定體育專業</mark> □ 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: □藝術才能班 <mark>校訂</mark> 專長領域 □體育班校訂體育專業							
設計理念		加強對民族美學及舞蹈區	鱼對民族美學及舞蹈風格性的體現,掌握其韻味之美感,傳達其內在精神並展現出中華文化之美。							
本教育階段 總綱核心素; 或校訂素養	養	藝才 E-A3 參與藝術展演 藝才 E-B1 建立藝術符號 藝才 E-C1 經由藝術專長	↑ E-A1 啟發藝術潛能,認識個人特質。 ↑ E-A3 參與藝術展演活動的規劃,培養藝術實作的創意思維。 ↑ E-B1 建立藝術符號認知與創作所需的基礎能力,適切表達藝術作品內涵。 ↑ E-C1 經由藝術專長的學習,培養個人的藝術價值觀,樂意投注於藝術相關服務。 ↑ E-C2 在藝術專長學習與日常生活的相關歷程中,樂於與他人合作與分享。							
課程目標		2. 學習舞蹈身段基本動作 3. 認識中華民族舞蹈所信	. 了解中華民族舞蹈的起源及其類型之區別 . 學習舞蹈身段基本動作及其要點並經由手法與步法的動作組合體會精、氣、神的連貫 . 認識中華民族舞蹈所使用道具之類型及其區別劃分 . 增進學生的組織、反應與表演的能力 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	自自教或習使教或材編選材學單用具器材		
第一週 2/11、	2	身段基本訓練(一)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	1. 了解其呼吸與身體動作之連結	1. 扶把 1-1 壓腿	舞蹈筆記>分析動	自編教材		

2/12、2/13 調整至 1/21、 1/22、1/23 上課			素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元 素。	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-K1-2	2. 加強身體軟開	1-2 小蹲組合 1-3 小彈腿組合 2. 中間 2-1 軟開訓練	作原理原 則及其動 作之正確 性。	
第二週 2/14(六)	0			舞蹈創作與基本元素的運用概念。				
至 2/20(五)春 節假期 (2/15(日)								
小年夜、 2/16(一)除 夕)								
2/20(五)因 小年夜彈性 放假	2	白印甘士训练(一)	オⅢ-P1	舞才Ⅲ-P1-1		1. 扶把		自編
第三週	Z	身段基本訓練(三)	才Ⅲ-PI 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。	####################################	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度 增強	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 擦地+小蹲組合 1-3 小彈腿組合 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練	舞蹈筆記 >分析頭 作原理原則 及其動作 人工確性。	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)

第四週	2	身段基本訓練(四)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認識基本元 素。	合舞舞	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強	3. 流動 3-1 碎步組合 1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 擦地+小蹲組合 1-3 小間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 碎步組合	實》組中呼體正並身所方正作似合了吸動確感動使式確評小呈解與作性受作用是。量品現其身之,自中的否	自編教材
第五週	2	身段基本訓練(五)	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、暗 門。 開條常 開條索。 一P1-2 動作元素的 会才Ⅲ-K1-2 舞蹈的運用概念。	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之 力量使其動作力度 增強 4. 訓練身體之核心 平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 控制 探海、踹燕、控旁腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 上步踢腿組合	舞蹈筆記 >術語紅動作性	自編教材
第六週	2	身段基本訓練(六)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 了解其呼吸與身	1. 扶把	舞蹈筆記	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(國中小新課綱版-部定+校訂)

				100000000000000000000000000000000000000		T	T	_
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	體動作之連結	1-1 壓腿	>術語紀	教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、	2. 加強身體軟開	1-2 控制	錄及其動	
			式。	關係等動作元素的	3. 強化身體肌肉之	探海、踹燕、控旁	作的正確	
			舞才Ⅲ-K1	探索。	力量使其動作力度	腿、旁及後扳腿	性	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	增強	2. 中間		
			素。	動作元素的多元組	4. 訓練身體之核心	2-1 軟開訓練		
				合。	平衡控制	2-2 肌力訓練		
				舞才Ⅲ-K1-2		3. 流動		
				舞蹈創作與基本元		3-1 上步踢腿組合		
				素的運用概念。				
第七週	2	身段基本訓練(七)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1		1. 扶把		自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時		1-1 壓腿		教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、	1. 了解其呼吸與身	1-2 控制		
			式。	關係等動作元素的	體動作之連結	探海、踹燕、控旁	無応統力	
			舞才Ⅲ-K1	探索。	2. 加強身體軟開	腿、旁及後扳腿、大	舞蹈筆記	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 強化身體肌肉之	射燕輾轉、前腿拧身	>術語紀	
			素。	動作元素的多元組	力量使其動作力度	輾轉	錄及其動	
				合。	增強	2. 中間	作的正確	
				舞才Ⅲ-K1-2	4. 訓練身體之核心	2-1 軟開訓練	性	
				舞蹈創作與基本元	平衡控制	2-2 肌力訓練		
				素的運用概念。		3. 流動		
						3-1 上步踢腿組合		
第八週	2	身段基本訓練(八)	舞オⅢ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 了解其呼吸與身	1. 扶把	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	體動作之連結	1-1 壓腿	>從小品	教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、	2. 加強身體軟開	2. 中間	組合呈現	
			式。	關係等動作元素的	3. 強化身體肌肉之	2-1 軟開訓練	中了解其	
			舞才Ⅲ-K1	探索。	力量使其動作力度	2-2 肌力訓練	呼吸與身	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	增強	2-3 控制組合	體動作之	

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(國中小新課網版-部定+校訂)

			素。	私从二丰山夕二加	4. 訓練身體之核心	3. 流動	正確性,	
			新 °	動作元素的多元組				
				合。	平衡控制	3-1 上步踢腿組合	並感受自	
				舞才Ⅲ-K1-2		3-2 碎步組合	身動作中	
				舞蹈創作與基本元			所使用的	
				素的運用概念。			方式是否	
							正確。	
第九週	2	身段基本訓練(九)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1		1. 扶把	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時		1-1 壓腿	>從小品	教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、	1. 了解其呼吸與身	2. 中間	組合呈現	
			式。	關係等動作元素的	體動作之連結流暢	2-1 軟開訓練	中了解其	
			舞才Ⅲ-K1	探索。	2. 加強身體軟開		呼吸與身	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 強化身體肌肉之	2-2 肌力訓練	體動作之	
			素。	動作元素的多元組	力量使其動作力度	2-3翻身訓練	正確性,	
				合。	增強	鷂子翻身、點翻身、	並感受自	
				舞才Ⅲ-K1-2	4. 訓練身體之核心	吸腿翻身	身動作中	
				舞蹈創作與基本元	平衡控制	3. 流動	所使用的	
				素的運用概念。		3-1 上步踢腿組合	方式是否	
						3-2 碎步組合	正確。	
第十週	2	身段基本訓練(十)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1		1. 扶把	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	1. 了解其呼吸與身	1-1 壓腿	>術語紀	教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、	體動作之連結流暢	2. 中間	錄及其動	
			式。	關係等動作元素的	2. 加強身體軟開	2-1 軟開訓練	作的正確	
			舞才Ⅲ-K1	探索。	3. 強化身體肌肉之	2-2 肌力訓練	性	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	力量使其動作力度	2-3 翻身訓練	實作評量	
			素。	動作元素的多元組	增強	鷂子翻身、點翻身、	>從小品	
				合。	4. 訓練身體之核心	吸腿翻身、探海翻身	組合呈現	
				舞才Ⅲ-K1-2	平衡控制	3. 流動	中了解其	
				舞蹈創作與基本元		3-1 上步踢腿組合	呼吸與身	

第十一週 2	身段基本訓練(十一)	舞才Ⅲ-P1	素的運用概念。 舞才Ⅲ-P1-1		3-2 串翻身	體正並身所方正舞動確感動使式確蹈之,自中的否記	自編
		運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認基本元 素。	舞間關探舞動合舞舞書 的力等。Ⅲ元。才蹈的 立量動。Ⅱ元。Ⅲ創運 間、旅元是多 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下, 以下,	1. 了解其呼吸與身 體動作之連結 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是 是	1. 扶把 1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌却訓練 2-3 跳躍、吸 3. 新 3-1 上 3-2 翻身組合 3-2 翻身組合	〉錄作性實〉組中呼體正並身所方正術及的 作从合了吸動確感動使式確語其正 評品呈解與作性受作用是。紀動確 量品現其身之,自中的否	教材
第十二週 2	身段基本訓練(十二)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢	1. 扶把 1-1 壓腿	舞蹈筆記 >術語紀	自編教材
		素組成舞句形式。	間、力量、流動、關係等動作元素的	2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之	2. 中間 2-1 軟開訓練	錄及其動作的正確	32.14

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(國中小新課網版-部定+校訂)

			舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元 素。	探索。 舞才Ⅲ-P1-2 動作元素的多元組 合。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本元 素的運用概念。	力量使其動作力度增強4.訓練身體之核心平衡控制	2-2 肌力訓練 2-3 跳躍訓練 小射燕、吸腿跳、大 射燕、蹦子、飛腿、 前旁後飛燕 3. 流動 3-1 上步踢腿組合 3-2 翻身組合	性實〉組中呼體正並身所方正作人合了吸動確感動使式確評品呈解與作性受作用是。量品現其身之,自中的否	
第十三週	2	身段基本訓練(十三)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元 素組成舞句形 式。 舞才Ⅲ-K1 認難基本元 素。	舞打Ⅲ-P1-1 舞蹈、門子1-1 等間、 等の 一子1-2 動作元素 一子1-2 動作元素 動作元素 一子1-2 動作元素 一子1-2 動作元素 一子1-2 動作元素 一子4 一子4 一子4 一子4 一子4 一子4 一子4 一子4	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流制 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉力度 3. 強使其動作力度 增強 4. 訓練身體之核心 平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌尹訓練 2-3 跳雞、別難、別難、別難、別難、別難、別難、別事務、 3. 流動 3-1 上數是 3-2 翻題 3-3 跳躍組合 3-3 跳躍組合	實〉組中呼體正並身所方正作外合了吸動確感動使式確評品呈解與作性受作用是。量品現其身之,自中的否	自教材
第十四週	2	身段基本綜合訓練(一)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	個人或群體之展現 能力	1. 軟開組合小品 2. 碎步組合小品	實作評量 >從小品	自編 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)

COII SIM	1 WC-22	区积场重股月班股月寻未供物		UK DIVE LIXET)				
			素組成舞句形	間、力量、流動、		3. 上步踢腿組合小品	組合呈現	
			式。	關係等動作元素的		4. 翻身組合小品	中了解其	
			舞才Ⅲ-K1	探索。		5. 跳躍組合小品	呼吸與身	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2			體動作之	
			素。	動作元素的多元組			正確性,	
				合。			並感受自	
				舞才Ⅲ-K1-2			身動作中	
				舞蹈創作與基本元			所使用的	
				素的運用概念。			方式是否	
							正確。	
第十五週	2	身段基本綜合訓練	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1			實作評量	自編
		(=)	運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時			>從小品	教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、			組合呈現	
			式。	關係等動作元素的		1. 軟開組合小品	中了解其	
			舞才Ⅲ-K1	探索。		2. 碎步組合小品	呼吸與身	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	個人或群體之展現	3. 上步踢腿組合小品	體動作之	
			素。	動作元素的多元組	能力	4. 翻身組合小品	正確性,	
				合。		5. 跳躍組合小品	並感受自	
				舞才Ⅲ-K1-2		6. 分組呈現	身動作中	
				舞蹈創作與基本元			所使用的	
				素的運用概念。			方式是否	
							正確。	
第十六週	2	身段動作設計、創作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	增進學生的組織、	1. 討論其創作方向	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	反應與表演的能力	2. 設定主題		教材
			素組成舞句形	間、力量、流動、				
			式。	關係等動作元素的				
			舞才Ⅲ-K1	探索。				
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2				
			素。	動作元素的多元組				
•		+		<u> </u>		_		

		以供收重股月垃股月号未供收		合。				
				舞才Ⅲ-K1-2				
				舞蹈創作與基本元				
				素的運用概念。				
第十七週	2	身段動作設計、創作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	增進學生的組織、	1. 討論音樂選擇及方	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	動作元素的多元組	反應與表演的能力	向		教材
			素組成舞句形式	合		2. 動作、隊形設計之		
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1		編排		
			主動與群體合	積極參與群體活				
			作。	動:含舞蹈創作與				
			舞才Ⅲ-S2	排練等。				
			透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2				
			進行動作的發	舞蹈作品呈現及觀				
			想、探索及呈	察。				
			現。	舞才Ⅲ-S2-1				
				舞蹈不同元素的整				
				合及運用。				
第十八週	2	身段動作設計、創作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	增進學生的組織、	動作、隊形設計之編	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	動作元素的多元組	反應與表演的能力	排		教材
			素組成舞句形式	合				
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1				
			主動與群體合	積極參與群體活				
			作。	動:含舞蹈創作與				
			舞才Ⅲ-S2	排練等。				
			透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2				
			進行動作的發	舞蹈作品呈現及觀				
			想、探索及呈	察。				
			現。	舞才Ⅲ-S2-1				
				舞蹈不同元素的整				

				合及運用。				
第十九週	2	身段動作設計、創作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	增進學生的組織、	1. 動作、隊形設計之	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	動作元素的多元組	反應與表演的能力	編排		教材
			素組成舞句形式	合		2. 確定舞名、舞意		
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1				
			主動與群體合	積極參與群體活				
			作。	動:含舞蹈創作與				
			舞才Ⅲ-S2	排練等。				
			透過引導,分組	舞オⅢ-P3-2				
			進行動作的發	舞蹈作品呈現及觀				
			想、探索及呈	察。				
			現。	舞才Ⅲ-S2-1				
				舞蹈不同元素的整				
				合及運用。				
第二十週	2	身段動作設計、創作	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	增進學生的組織、	1. 動作、隊形設計之	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	動作元素的多元組	反應與表演的能力	編排		教材
			素組成舞句形式	合		2. 討論舞作之 DM 設		
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1		計		
			主動與群體合	積極參與群體活				
			作。	動:含舞蹈創作與				
			舞才Ⅲ-S2	排練等。				
			透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2				
			進行動作的發	舞蹈作品呈現及觀				
			想、探索及呈	察。				
			現。	舞才Ⅲ-S2-1				
				舞蹈不同元素的整				
	L			合及運用。			_	
第二十一週	2	舞作呈現	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	個人或群體之展現	分組呈現	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(國中小新課網版-部定+校訂)

•	, ,			
運用舞蹈動作元	動作元素的多元組	能力	>影像錄	教材
素組成舞句形式	合		製	
舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1			
主動與群體合	積極參與群體活			
作。	動:含舞蹈創作與			
舞才Ⅲ-S2	排練等。			
透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2			
進行動作的發	舞蹈作品呈現及觀			
想、探索及呈	察。			
現。	舞才Ⅲ-S2-1			
	舞蹈不同元素的整			
	合及運用。			

[◎]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。