# 臺南市公立中西區進學國民小學 114 學年度第一學期六年級(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)	六年級	教學節數	本學期共(42)節				
課程規範		■藝術才能班 <mark>部定</mark> ◎□ <b>彈性學習課程-特</b>	■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> □ <b>彈性學習課程-特殊需求領域課程</b> 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		認識並學習京劇動作為	_ , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	體爆發力、敏捷性及	肌肉的力量,訓練其	身體與頭腦的反應與連結	,以培養將多	來更複		
本教育階段 總綱核心素 或校訂素養	養	藝才 E-A1 啟發藝術潛 藝才 E-A3 參與藝術展 藝才 E-B1 建立藝術符 藝才 E-C1 經由藝術專 藝才 E-C2 在藝術專長	演活動的規劃,培 號認知與創作所需 長的學習,培養個	養藝術實作的創意思 的基礎能力,適切表達 人的藝術價值觀,樂;	· 達藝術作品內涵。 意投注於藝術相關服務	务。				
課程目標		二、體認京劇動作中的 三、強化核心及肌肉	一、認識武京劇動作基本武功 二、體認京劇動作中的精、氣、神 三、強化核心及肌肉力量之訓練使其身體動作更穩定 四、增進學生的組織、反應與表演的能力							
				課程架構脈絡				自編		
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	自教或習使教或材為選材學單用具器材		
第一週	2	認識中華民族舞	舞才Ⅲ-C1 了解	舞才Ⅲ-C1-1 國	1. 了解中華民族舞	認識中華民族舞的起源	舞蹈筆記	自編		
			國內外不同舞蹈	內外 不同舞蹈類	蹈中的古典舞及民	及其類型之區別	>考察中	教材		
			類型發展特色。	型的起源與發	俗舞蹈		華民族舞			

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)

2113 3	13 13 1		毎上冊(1)か齢	R .	9 1. 公口用鱼		四分 77 四八 上	
			舞才Ⅲ-S1 完整	展。	2. 如何區分民間舞		蹈的形式	
			蒐集、觀察與記	舞才Ⅲ-C1-2 國	蹈及少數民族舞蹈		及風格性	
			錄舞蹈	內外 不同舞蹈類	之類型及風格性		並記錄其	
			類別資料 。	型的欣賞。(取材	3. 了解古典舞中的		不同之	
				考量不同性別、	文舞及武舞		處。	
				族群 )				
				舞才Ⅲ-S1-1 舞				
				蹈類別資料蒐				
				集:含分析、討				
				論及記				
				錄等 。				
第二週	2	武舞基本訓練(一)	舞才Ⅲ-K1	舞才Ⅲ-K1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
			認識舞蹈基本元	舞蹈動作與基本	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔腿	>術語紀	教材
			素。	元素的認知:含	3. 基本步法	*正腿、旁腿、後腿	錄	
				舞蹈動作原理及		2. 中間訓練		
				舞蹈專用術語		單一手部基本動作		
				等。		*手勢、手位		
						單一腿部基本動作		
						*腳位		
第三週	2	武舞基本訓練(二)	舞才Ⅲ-K1	舞才Ⅲ-K1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
			認識舞蹈基本元	舞蹈動作與基本	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔腿	>術語紀	教材
			素。	元素的認知:含	3. 基本步法	*正腿、旁腿、後腿	錄	
				舞蹈動作原理及	4. 身體動作之連結	2. 中間訓練	·	
				舞蹈專用術語	流暢性	手部基本動作組合		
				等。	WE 177 1—	腿部基本動作組合		
						3. 流動訓練		
						單一腿部基本動作		
						*正踢、旁踢、十字		
						腿、片腿		
						NC TINC		

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	武舞基本訓練(三)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔		教材
			素組成舞句形	間、力量、流	3. 基本步法	腿、控腿		
			式。	動、關係等動作	4. 身體動作之連結	*正腿、旁腿、後腿		
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	流暢性	2. 中間訓練		
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2		手部基本動作組合		
			素。	動作元素的多元		腿部基本動作組合		
				組合。		上肢軟開訓練		
				舞才Ⅲ-K1-2		*軟腰控制組合		
				舞蹈創作與基本		3. 流動訓練		
				元素的運用概		單一腿部基本動作		
				念。		*正踢、旁踢、十字		
						腿、片腿、倒踢紫金		
						冠、蓋腿		
第五週	2	武舞基本訓練(四)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔		教材
			素組成舞句形	間、力量、流	3. 基本步法	腿、控腿		
			式。	動、關係等動作	4. 身體動作之連結	*正腿、旁腿、後腿		
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	流暢性	2. 中間訓練		
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2		手部基本動作組合		
			素。	動作元素的多元		腿部基本動作組合		
				組合。		上肢軟開訓練		
				舞才Ⅲ-K1-2		*軟腰控制組合		
				舞蹈創作與基本		3. 流動訓練		
				元素的運用概		單一腿部基本動作		
				念。		*正踢、旁踢、十字		
						腿、片腿、倒踢紫金		
						冠、蓋腿		
第六週	2	武舞基本訓練(五)	舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	實作評量	自編

			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔		教材
			句形式。	節奏旋律的結	3. 基本步法	腿、控腿		
				合。	4. 身體動作之連結	*正腿、旁腿、後腿		
					流暢性	2. 中間訓練		
						手部基本動作組合		
						腿部基本動作組合		
						上肢軟開訓練		
						*軟腰控制組合		
						3. 流動訓練		
						單一腿部基本動作		
						*正踢、旁踢、十字		
						腿、片腿、倒踢紫金		
						冠、蓋腿		
第七週	2	武舞基本訓練(六)	舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔腿	>術語紀	教材
			<b>句形式。</b>	節奏旋律的結	3. 基本步法	2. 中間訓練	錄及其動	
				合。	4. 身體動作之連結	手部基本動作組合	作的正確	
					流暢性	腰部基本動作組合	性	
						3. 流動訓練		
						腿部基本動作組合		
第八週	2	武舞基本訓練(七)	舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	實作評量	自編
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔腿	>從小品	教材
			句形式。	節奏旋律的結	3. 基本步法	2. 中間訓練	組合呈現	
				合。	4. 身體動作之連結	手部基本動作組合	中了解其	
					流暢性	腰部基本動作組合	呼吸與身	
						3. 流動訓練	體動作之	
						腿部基本動作組合	正確性	
第九週	2	武舞基本訓練(八)	舞才Ⅲ-P2	舞才Ⅲ-P2-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	舞蹈筆記	自編
			運用媒材呈現舞	舞蹈動作元素與	流暢性	2-1 腹部核心訓練	>術語紀	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(國中小新課網版-部定+校訂)

			句形式。	節奏旋律的結	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練	錄及其動	
				合。	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練	作的正確	
					增強	2-4 增強腿部肌力訓練	性	
					3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
						*五響讚子、雙讚子		
第十週	2	武舞基本訓練(九)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練		教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練		
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練		
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練		
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元		*五響讚子、雙讚子		
				組合。				
				舞才Ⅲ-K1-2				
				舞蹈創作與基本				
				元素的運用概				
				念。				
第十一週	2	武舞基本訓練(十)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練	>了解自	教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練	身能力程	
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練	度是否達	
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練	到應其到	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合	達的目	
			素。	動作元素的多元		*五響讚子、雙讚子	標,包含	
				組合。			肌耐力、	
				舞才Ⅲ-K1-2			速度及爆	
				舞蹈創作與基本			發力	
				元素的運用概				
ĺ				念。				

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)

第十二週	2	武舞基本訓練(十一)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練	>術語紀	教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練	錄	
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練		
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練		
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元	4. 彈跳	4-1 蹦子、飛腿、前旁		
				組合。		後飛燕		
				舞才Ⅲ-K1-2				
				舞蹈創作與基本				
				元素的運用概				
				念。				
第十三週	2	武舞基本訓練(十二)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練	>術語紀	教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練	錄及其動	
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練	作的正確	
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練	性	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元	4. 彈跳	4-1 蹦子、飛腿、前旁		
				組合。		後飛燕、紫金冠跳躍		
				舞才Ⅲ-K1-2				
				舞蹈創作與基本				
				元素的運用概				
				念。				
第十四週	2	武舞基本訓練(十三)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練		教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練		
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練		
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練		

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)

			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元	4. 彈跳	4-1 蹦子、飛腿、前旁		
				組合。		後飛燕、紫金冠跳躍		
				舞才Ⅲ-K1-2				
				舞蹈創作與基本				
				元素的運用概				
				念。				
第十五週	2	武舞基本訓練(十四)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練		教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練		
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練		
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練		
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元	4. 彈跳	4-1 前旁後飛燕、連續		
				組合。		蹦子、連續飛腿、前旁		
				舞才Ⅲ-K1-2		後飛燕、紫金冠跳躍		
				舞蹈創作與基本		4-2 跳躍組合		
				元素的運用概				
				念。				
第十六週	2	武舞基本訓練(十五)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練		教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練		
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練		
			舞オⅢ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練		
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元	4. 彈跳	4-1 前旁後飛燕、連續		
				組合。		蹦子、連續飛腿、前旁		
				舞才Ⅲ-K1-2		後飛燕、紫金冠跳躍		
				舞蹈創作與基本		4-2 跳躍組合		

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)

				元素的運用概				
				念。				
第十七週	2	武舞基本訓練(十六)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連結	1-1 武舞基本動作組合	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元	舞蹈的空間、時	流暢性	2-1 腹部核心訓練	>動作組	教材
			素組成舞句形	間、力量、流	2. 強化身體肌肉之	2-2 強化背肌訓練	合紀錄及	
			式。	動、關係等動作	力量使其動作力度	2-3 增強手臂肌力訓練	其動作的	
			舞才Ⅲ-K1	元素的探索。	增強	2-4 增強腿部肌力訓練	正確性	
			認識舞蹈基本元	舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	3-1 腿功動作組合		
			素。	動作元素的多元	4. 彈跳	4-1 前旁後飛燕、連續		
				組合。		蹦子、連續飛腿、前旁		
				舞才Ⅲ-K1-2		後飛燕、紫金冠跳躍		
				舞蹈創作與基本		4-2 跳躍組合		
				元素的運用概				
				念。				
第十八週	2	影片賞析	舞才Ⅲ-C1 了解	舞才Ⅲ-C1-1 國	了解京劇文化藝術	探討劇中動作與舞蹈之	心得報告	自編
			國內外不同舞蹈	內外 不同舞蹈類		差異性		教材
			類型發展特色。	型的起源與發				
			舞才Ⅲ-S1 完整	展。				
			蒐集、觀察與記	舞才Ⅲ-C1-2 國				
			錄舞蹈	內外 不同舞蹈類				
			類別資料 。	型的欣賞。(取材				
				考量不同性別、				
				族群 )				
				舞才Ⅲ-S1-1 舞				
				蹈類別資料蒐				
				集:含分析、討				
				論及記				
				錄等。				
第十九週	2	武舞動作設計編排	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	1. 專業術語	分組探討及動作編排	實作評量	自編

			運用舞蹈動作元	動作元素的多元	2. 動作之連結		>分析動	教材
			素組成舞句形式	組合			作原理原	
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1			則,並掌	
			主動與群體合	積極參與群體活			握不同舞	
			作。	動:含舞蹈創作			蹈類型技	
			舞才Ⅲ-S2	與排練等。			法並與人	
			透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2			溝通合作	
			進行動作的發	舞蹈作品呈現及			創作。	
			想、探索及呈	觀察。				
			現。	舞才Ⅲ-S2-1				
				舞蹈不同元素的				
				整合及運用。				
第二十週	2	武舞動作設計編排	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	1. 專業術語	分組探討及動作編排	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元	動作元素的多元	2. 動作之連結		>分析動	教材
			素組成舞句形式	組合			作原理原	
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1			則,並掌	
			主動與群體合	積極參與群體活			握不同舞	
			作。	動:含舞蹈創作			蹈類型技	
			舞才Ⅲ-S2	與排練等。			法並與人	
			透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2			溝通合作	
			進行動作的發	舞蹈作品呈現及			創作。	
			想、探索及呈	觀察。				
			現。	舞才Ⅲ-S2-1				
				舞蹈不同元素的				
				整合及運用。				
第二十一週	2	武舞動作設計編排	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	個人或群體之展現	小組呈現	實作評量	武舞
			運用舞蹈動作元	動作元素的多元	能力		>影像錄	動作
			素組成舞句形式	組合			製	設計

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
舞 才 Ⅲ -S2	與排練等。
透過引導,分組	舞才Ⅲ-P3-2
進行動作的發	舞蹈作品呈現及
想、探索及呈	觀察。
現。	舞才Ⅲ-S2-1
	舞蹈不同元素的
	整合及運用。

<sup>◎</sup>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。

# 臺南市公立中西區進學國民小學 114 學年度第二學期六年級(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)	六年級	教學節數	本學期共( 34 )節		
課程規範	<ul><li>●領域學習課程-部</li><li>■藝術才能班<mark>部定</mark></li><li>● □ 彈性學習課程-特</li><li>專業課程: □ 藝術</li></ul>	早長領域 □體育班 <mark>部</mark>		*			
設計理念	認識並學習京劇動作基 雜之肢體要求與訓練的	•	暴發力、敏捷性及肌肉	的力量,訓練其身體	豐與頭腦的反應與連結,	以培養將來	更複
本教育階段	藝才 E-A1 啟發藝術潛 藝才 E-A3 參與藝術展	能,認識個人特質。 演活動的規劃,培養藝	<b>術實作的創音思维。</b>				
<ul><li>一本教育階段</li><li>總綱核心素養</li></ul>		號認知與創作所需的基		<b>长作品內涵</b> 。			
或校訂素養		<del>就配入共初下</del> 州市的坐 長的學習,培養個人的					
		學習與日常生活的相關					
	一、認識武京劇動作基						
課程目標	二、體認京劇動作中的	_ , • • • • • • • • • • • • • • • • • •					
		7量之訓練使其身體動作	乍更穩定				
			課程架構脈絡				
教學期程	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	武舞基本訓練(一)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
2/11、		運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔	>術語紀	教材
2/12、2/13		成舞句形式。	間、力量、流動、	3. 基本步法	腿	錄	
調整至		舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	4. 身體動作之連	2. 中間訓練		

1/21 >			認識舞蹈基本元素。	探索。	結流暢性	手部基本動作組合		
1/22 \ 1/23			10 m()/  1 d Tr   1 0 V	舞才Ⅲ-P1-2	121/12/12	單一翻身動作		
上課				動作元素的多元組		*鷂子翻身		
上叭				<b>当</b> 作儿东的夕儿温		3. 流動訓練		
				_				
				舞才Ⅲ-K1-2		腿部基本動作組合		
				舞蹈創作與基本元				
hele and				素的運用概念。				
第二週	0							
2/14(六)								
至								
2/20(五)春								
節假期								
$(2/15( \exists )$								
小年夜、								
2/16(一)除								
夕)								
2/20(五)因								
小年夜彈性								
放假								
第三週	2	武舞基本訓練(三)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔	>術語紀	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	3. 基本步法	腿	錄及其動	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	4. 身體動作之連	2. 中間訓練	作之正確	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	結流暢性	手部基本動作組合	性	
				舞才Ⅲ-P1-2	1 2 0 1 2 1 2	翻身動作組合		
				動作元素的多元組		腰部基本動作組合		
				<b>当</b> 作儿东的夕儿温		3. 流動訓練		
				舞才Ⅲ-K1-2		腿部基本動作組合		
						<b>爬</b> 印		
				舞蹈創作與基本元				

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)

				素的運用概念。				
第四週	2	武舞基本訓練(四)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔	>從動作	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	3. 基本步法	腿	組合呈現	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	4. 身體動作之連	2. 中間訓練	中了解其	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	結流暢性	手部基本動作組合	呼吸與身	
				舞才Ⅲ-P1-2		翻身動作組合	體動作之	
				動作元素的多元組		腰部基本動作組合	正確性	
				合。		3. 流動訓練		
				舞才Ⅲ-K1-2		腿部基本動作組合		
				舞蹈創作與基本元				
				素的運用概念。				
第五週	2	武舞基本訓練(五)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔	>術語紀	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	3. 基本步法	腿	錄及其動	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	4. 身體動作之連	2. 中間訓練	作之正確	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	結流暢性	手部基本動作組合	性	
				舞才Ⅲ-P1-2		翻身動作組合		
				動作元素的多元組		腰部基本動作組合		
				合。		地板技巧動作		
				舞才Ⅲ-K1-2		*掃堂腿、握弄鬥		
				舞蹈創作與基本元		姿		
				素的運用概念。		3. 流動訓練		
						腿部基本動作組合		
第六週	2	武舞基本訓練(六)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔	>術語紀	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	3. 基本步法	腿	錄及其動	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	4. 身體動作之連	2. 中間訓練	作之正確	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	結流暢性	手部基本動作組合	性	

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)

■ 5011 芸門/.	] ALT	区 (4)	或課程計畫(國中小新課綱版	- ロルとナイズ 17				
				舞才Ⅲ-P1-2		翻身動作組合		
				動作元素的多元組		腰部基本動作組合		
				合。		地板技巧動作		
				舞才Ⅲ-K1-2		掃堂腿、握弄鬥姿		
				舞蹈創作與基本元		烏龍腳柱		
				素的運用概念。		3. 流動訓練		
						腿部基本動作組合		
第七週	2	武舞基本訓練(七)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 動態舞姿	1. 把上訓練	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	2. 術語名稱	壓腿、耗腿、扳拔	>從動作	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	3. 基本步法	腿	組合呈現	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	4. 身體動作之連	2. 中間訓練	中了解其	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	結流暢性	手部基本動作組合	呼吸與身	
				舞才Ⅲ-P1-2		翻身動作組合	體動作之	
				動作元素的多元組		腰部基本動作組合	正確性	
				合。		地板技巧動作組合		
				舞才Ⅲ-K1-2		3. 流動訓練		
				舞蹈創作與基本元		腿部基本動作組合		
				素的運用概念。				
第八週	2	武舞基本訓練(八)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連	1-1 武舞基本動作組	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	結流暢性	合		教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	2. 強化身體肌肉	2-1 腹部核心訓練		
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	之力量使其動作	2-2 強化背肌訓練		
			認識舞蹈基本元素。	探索。	力度增強	2-3 增強手臂肌力訓		
				舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	練		
				動作元素的多元組		2-4 增強腿部肌力訓		
				合。		練		
				舞才Ⅲ-K1-2		3-1 腿功動作組合		
				舞蹈創作與基本元		3-2 地板技巧動作組		
				素的運用概念。		合		

<b>怂」、</b> 四	1		或課程計畫(國甲小新課綱版- 		1 白雕和儿上生	1 1 小無甘上和ル仁	应儿坛日	4 16
第九週	2	武舞基本訓練(九)			1. 身體動作之連	1-1 武舞基本動作組	實作評量	自編
					結流暢性	合		教材
					2. 強化身體肌肉	2-1 腹部核心訓練		
					之力量使其動作	2-2 強化背肌訓練		
					力度增強	2-3 增強手臂肌力訓		
					3. 速度及爆發力	練		
						2-4 增強腿部肌力訓		
						練		
						3-1 腿功動作組合		
						3-2 地板技巧動作組		
						合		
第十週	2	武舞基本訓練(十)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連	1-1 武舞基本動作組	實作評量	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	結流暢性	合	>從動作	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	2. 強化身體肌肉	2-1 腹部核心訓練	組合呈現	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	之力量使其動作	2-2 強化背肌訓練	中了解其	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	力度增強	2-3 增強手臂肌力訓	呼吸與身	
				舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	練	體動作之	
				動作元素的多元組		2-4 增強腿部肌力訓	正確性	
				合。		練		
				舞才Ⅲ-K1-2		3-1 腿功動作組合		
				舞蹈創作與基本元		3-2 地板技巧動作組		
				素的運用概念。		合		
第十一週	2	武舞基本訓練(十一)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連	1-1 武舞基本動作組	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	結流暢性	合	>術語紀	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	2. 強化身體肌肉	2-1 腹部核心訓練	錄及其動	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	之力量使其動作	2-2 強化背肌訓練	作之正確	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	力度增強	2-3 增強手臂肌力訓	性	
				舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	練		
				動作元素的多元組	4. 彈跳	2-4 增強腿部肌力訓		

	NE-1	文(京)《 <u>国版月</u> 31版月号末(京)》	以床住計畫(國中小利床網版-	-0175-1701)	Т		T	, ,
				合。		練		
				舞才Ⅲ-K1-2		3-1 腿功動作組合		
				舞蹈創作與基本元		3-2 地板技巧動作組		
				素的運用概念。		合		
						4-1 蹦子、飛腿、前		
						旁後飛燕		
第十二週	2	武舞基本訓練(十二)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連	1-1 武舞基本動作組	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	結流暢性	合	>術語紀	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	2. 強化身體肌肉	2-1 腹部核心訓練	錄及其動	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	之力量使其動作	2-2 強化背肌訓練	作之正確	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	力度增強	2-3 增強手臂肌力訓	性	
				舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	練		
				動作元素的多元組	4. 彈跳	2-4 增強腿部肌力訓		
				合。		練		
				舞才Ⅲ-K1-2		3-1 腿功動作組合		
				舞蹈創作與基本元		3-2 地板技巧動作組		
				素的運用概念。		合		
						4-1 蹦子、飛腿、前		
						旁後飛燕、紫金冠跳		
						躍、旋子、蹦子		
第十三週	2	武舞基本訓練(十三)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	1. 身體動作之連	1-1 武舞基本動作組	舞蹈筆記	自編
			運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	結流暢性	合	>術語紀	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	2. 強化身體肌肉	2-1 腹部核心訓練	錄及其動	
			舞才Ⅲ-K1	關係等動作元素的	之力量使其動作	2-2 強化背肌訓練	作之正確	
			認識舞蹈基本元素。	探索。	力度增強	2-3 增強手臂肌力訓	性	
				舞才Ⅲ-P1-2	3. 速度及爆發力	練		
				動作元素的多元組	4. 彈跳	2-4 增強腿部肌力訓		
				合。		練		
				舞才Ⅲ-K1-2		3-1 腿功動作組合		

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)

		文. (4) 《 电阻 月 · 山 阻 月 · 守 术 (4) 《		舞蹈創作與基本元素的運用概念。		3-2 地板技巧動作組合 4-1 前旁後飛燕、連續蹦子、連續職子、連續飛腿、前旁後飛燕、紫金冠 跳躍、擺腿大射雁、 旋子、蹦子、飛腿 4-2 跳躍組合		
第十四週	2	武舞基本訓練(十四)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	舞用II-P1-1 舞蹈、係索才 III-P1-2 電影、作品 III-P1-2 動作。 III-P1-2 動作。 III-P1-2 動合舞蹈的運用概念。 ● 舞蹈的運用概念。	1. 身體動作之連結為暢性 2. 強化身體肌肉之力度增強 力度增強 3. 速度及爆發力 4. 彈跳	1-1 古台 2-1 度 2-2 建 2-3 建 2-3 建 2-4 地	實〉組中呼體正作動呈解與作性	自教編材
第十五週	2	毯子功(一)	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組 成舞句形式。 舞才Ⅲ-K1	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時間、力量、流動、關係等動作元素的	認識並理解武舞 技巧動作	1. 翻滾基本動作 前滾、後滾、雙手側 翻、單手側翻、側翻 轉體	舞蹈筆記 >術語紀 錄及其動作之正確	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)

A 1117	1 712 13	C () ( O = 1   C   ) ( ) ( ) ( )	認識舞蹈基本元素。	探索。		2. 腰部技巧動作	性	
			100 000 74 PH /E/7-10 K	# 才 Ⅲ -P1-2		前橋、後橋、前牆	1	
				動作元素的多元組		版、後牆臉		
				合。		/		
				ロー				
				舞蹈創作與基本元				
				素的運用概念。				
第十六週	2	毯子功(二)	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	認識並理解武舞	1. 翻滾基本動作	實作評量	自編
		(a) (b) (b)	運用舞蹈動作元素組	舞蹈的空間、時	技巧動作	前滾、後滾、雙手側	貝叮里	教材
			成舞句形式。	間、力量、流動、	双" 7到 15	翻、單手側翻、側翻		秋初
			無才Ⅲ-K1	關係等動作元素的		轉體		
			認識舞蹈基本元素。	探索。		2. 腰部技巧動作		
			心或好四至个儿系。	# 才 Ⅲ -P1-2		前橋、後橋、前牆		
				動作元素的多元組		別個・後個・別個		
				<b>为</b> 作儿系的夕儿粗		放 夜 烟 放		
				カー				
				舞蹈創作與基本元				
				素的運用概念。				
第十七週	2	毯子功及武舞動作設	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	毯子功及武舞動		實作評量	自編
第一 と過		計編排	運用舞蹈動作元素組	動作元素的多元組	作設計編排		貝仆可里	教材
		5   15/HJ 1/1-	成舞句形式	· 合	11日文 日 8冊分月			秋初
				ー 舞才Ⅲ-P3-1				
			主動與群體合作。	舜				
			・	動:含舞蹈創作與		分組探討及動作編排		
						力組体的及動作納得		
			透過引導,分組進行 動作的發想、探索及	## オⅢ-P3-2				
			<b>對作的發怒、採系及</b> 呈現。	舞蹈作品呈現及觀				
			主	<b>奔</b> 好的作品主况及観察。				
				舞才Ⅲ-S2-1				

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)

				舞蹈不同元素的整				
				合及運用。				
第十八週	2	毯子功及武舞動作設	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-2	毯子功及武舞動		實作評量	自編
		計編排	運用舞蹈動作元素組	動作元素的多元組	作設計編排		影像錄製	教材
			成舞句形式	合				
			舞才Ⅲ-P3	舞才Ⅲ-P3-1				
			主動與群體合作。	積極參與群體活				
			舞才Ⅲ-S2	動:含舞蹈創作與				
			透過引導,分組進行	排練等。		小組呈現		
			動作的發想、探索及	舞才Ⅲ-P3-2				
			呈現。	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。				

<sup>◎</sup>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。