

臺南市公立中西區進學國民小學 115 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	現代舞	實施年級 (班級組別)	五年級舞蹈班	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. 透過現代舞專業基本概念與元素，開發身體認知與動作想像。 2. 透過專有名詞與動作術語，認識身體動能並能流暢執行動作。 3. 融入相關藝術議題題與涵養不同文化特質。 4. 推廣舞蹈展演與藝術欣賞活動，拓展藝術視野。							
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-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. 能認識身體各部位的名稱及動能，並流暢執行舞蹈基本動作。 2. 藉由創意思考，表達對舞蹈經驗的想法及感受。 3. 能積極參與關懷在地與學校相關具特色之藝文活動。							
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	認識舞蹈藝術與其歷史文化	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。	了解現代舞的起源與發展歷程。	介紹現代舞的起源發展歷程。	作業單	自編教材
第二週	2	身體動作探索與開發	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。	1. 了解身體關節與各部位名稱。 2. 了解身體各部位的正確暖身方式。	1. 身體部位的暖身動作。 2. 身體關節與動作的探索。	課堂觀察	自編教材
第三週	2	身體動作探	舞才Ⅲ-P1	舞才Ⅲ-P1-1	身體肌耐力訓練。	明確舞動身體部	課堂觀察	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)

		索 與開發	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。		位。		
第四週	2	身體動作探 索 與開發	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。	身體肌耐力訓練。	明確舞動身體部 位。	課堂觀察	自編教材
第五週	2	身體的延展 與收縮	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。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本 元素的運用概 念。	1. 了解地板與動作 之間的關聯。 2. 能正確做出身體 的收縮與延展動作。 3. 能區分身體收縮 與前彎的差異。	1. 地板坐姿身體 收縮與延展動作 練習。 (contraction& release) 2. 身體前彎與側 旁彎動作 練習。 (roll&side/ contraction)	課堂觀察	自編教材
第六週	2	身體的延展 與收縮	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。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本 元素的運用概 念。	1. 了解地板與動作 之間的關聯。 2. 能正確做出身體 的收縮與延展動作。 3. 能區分身體收縮 與前彎的差異。	1. 地板坐姿身體 收縮與延展動作 練習。 (contraction& release) 2. 身體前彎與側 旁彎動作 練習。 (roll&side contraction)	課堂觀察	自編教材
第七週	2	身體與空間 的關係	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	1. 了解身體線條與 空間方向的差異。	1. 身體線條動作 探索練習。 2. 身體擺盪 swim。	課堂觀察	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)

				的探索。				
第八週	2	身體與空間的關係	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。	1. 能運用身體表現出不同空間的動作形體。 2. 能做出身體轉換方向的不同動作。	1. 身體與空間的動作探索與練習。(身體扭轉 spiral / twist。) 2. 身體動作與節奏的探索與練習。	課堂觀察	自編教材
第九週	2	身體與空間的關係	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。	1. 能運用身體表現出不同空間的動作形體。 2. 能做出身體轉換方向的不同動作。	1. 身體與空間的動作探索與練習。(身體扭轉 spiral / twist。) 2. 身體動作與節奏的探索與練習。	課堂觀察	自編教材
第十週	2	期中評量	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。	1. 能正確做出身體收縮與前彎動作。 2. 了解身體扭轉 spiral / twist 與身體擺盪 swim 動作的正確做法與動力。	1. 身體的伸展與收縮。 2. 身體前彎與側旁彎。 3. 身體扭轉動作。	實作表現	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)

第十一週	2	身體造型 動作探索	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-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. 能按照指令完整 並流暢的用身體呈 現動作組合。 2. 能運用身體做出 不同空間的動作。 3. 能勇敢探索並勇 於展現自己的身體。	1. 身體動作的連 貫性。 2. 身體動作組合 練習。加入空間 水平與方向變 化。 3. 個人與群體在 空間裡的造型變 化。	課堂觀察	自編教材
第十二週	2	身體造型 動作探索	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-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. 能按照指令完整 並流暢的用身體呈 現動作組合。 2. 能運用身體做出 不同空間的動作。 3. 能勇敢探索並勇 於展現自己的身體。	1. 身體動作的連 貫性。 2. 身體動作組合 練習。加入空間 水平與方向變 化。 3. 個人與群體在 空間裡的造型變 化。	課堂觀察	自編教材
第十三週	2	身體造型 動作探索	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-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	1. 能按照指令完整 並流暢的用身體呈 現動作組合。 2. 能運用身體做出 不同空間的動作。 3. 能勇敢探索並勇 於展現自己的身體。	1. 身體動作的連 貫性。 2. 身體動作組合 練習。加入空間 水平與方向變 化。 3. 個人與群體在 空間裡的造型變 化。	課堂觀察	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)

				等。				
第十四週	2	走與跑空間軌跡位移動作	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-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。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本元素的運用概念。	1. 能配合肢體做出重心轉換的動作。 2. 身體能配合空間變換做出正確的重心轉換位移動作。	1. 走路的重心轉換-空間方位與路徑變化。 2. 跑步的重心轉換-空間方位與路徑變化。	課堂觀察	自編教材
第十五週	2	走與跑空間軌跡位移動作	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-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。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本元素的運用概念。	1. 能配合肢體做出重心轉換的動作。 2. 身體能配合空間變換做出正確的重心轉換位移動作。	1. 走路的重心轉換-空間方位與路徑變化。 2. 跑步的重心轉換-空間方位與路徑變化。	課堂觀察	自編教材
第十六週	2	跳躍與位移動作練習	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素	舞才Ⅲ-P1-1 舞蹈的空間、時	1. 了解跳躍動作與地板的關係。	1. 原地跳躍動作組合。	課堂觀察	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)

			組成舞句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。 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-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。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本元素的運用概念。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。	2. 能配合肢體做出重心轉換的動作。 3. 能做出跳躍時身體轉換方向的正確動作。	2. 雙腳與單腳重心轉換跳躍動作練習。 3. 跳躍的空間方位變化。 4. 大跳躍練習。		
第十七週	2	成果發表	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-L1 主動參與藝文展演活動。	舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。 舞才Ⅲ-L1-1 參與校內、校際及社區不同類型藝文展演活動：含學習記錄等。	1. 能在排練過程培養專注力，藉由群體活動表現合作與團隊精神。 2. 在舞蹈作品中能勇於展現自己。	1. 演出舞碼排練 2. 劇場禮儀與須知介紹。 3. 謝幕彩排練習。	實作表現	自編教材
第十八週	2	成果發表	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-L1 主動參與藝文展演活動。	舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。 舞才Ⅲ-L1-1 參與校內、校際及社區不同類型	1. 能在排練過程培養專注力，藉由群體活動表現合作與團隊精神。 2. 在舞蹈作品中能勇於展現自己。	1. 演出舞碼排練 2. 劇場禮儀與須知介紹。 3. 謝幕彩排練習。	實作表現	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)

				藝文展演活動： 含學習記錄等。				
第十九週	2	成果發表	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-L1 主動參與藝文展演活動。	舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。 舞才Ⅲ-L1-1 參與校內、校際及社區不同類型藝文展演活動：含學習記錄等。	1. 能在排練過程培養專注力，藉由群體活動表現合作與團隊精神。 2. 在舞蹈作品中能勇於展現自己。	1. 演出舞碼排練 2. 劇場禮儀與須知介紹。 3. 謝幕彩排練習。	實作表現	自編教材
第二十週	2	期末評量	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-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-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。 舞才Ⅲ-K1-2 舞蹈創作與基本元素的運用概念。 舞才Ⅲ-P2-1 舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。	1. 能按照指令完整並流暢的用身體呈現出動作組合。 2. 能正確做出融入舞蹈元素的動作變化，呈現出有連貫與流暢性的舞句。	1. 身體收縮與前彎動作組合。 2. 走跑跳動作組合與空間路線移動。	實作表現 口頭發表	自編教材
第二十一週	2	台灣舞蹈團隊介紹與作品欣賞。	舞才Ⅲ-C2 清楚說明具有代表性的國內外舞蹈家	舞才Ⅲ-C2-1 國內外3個以上具有特色的舞蹈	1. 能知道國內外現代舞表演團體與其特色與代表作品。	1. 介紹國內現代舞舞團-雲門舞集與舞蹈家-許	作業單 口頭發表	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)

		國際舞蹈團隊介紹與作品欣賞。	及舞蹈團體名稱。	家與舞蹈團體：含簡介、作品影片欣賞等。(取材考量不同性別、族群)藝文展演活動演出。	2. 認識國內外舞蹈家。	芳宜。 2. 介紹雲門舞集舞團團作品。 1. 介紹國外現代舞舞團與舞蹈家-摩斯康寧漢。(Merce Cunningham)。 2. 介紹摩斯康寧漢舞團作品。		
--	--	----------------	----------	---	--------------	---	--	--

◎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 115 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	現代舞	實施年級 (班級組別)	五年級舞蹈班	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. 透過現代舞專業基本概念與元素，開發身體認知與動作想像。 2. 透過專有名詞與動作術語，認識身體動能並能流暢執行動作。 3. 融入相關藝術議題題與涵養不同文化特質。 4. 推廣舞蹈展演與藝術欣賞活動，拓展藝術視野。							
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-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. 能認識身體各部位的名稱及動能，並流暢執行舞蹈基本動作。 2. 藉由創意思考，表達對舞蹈經驗的想法及感受。 3. 能積極參與關懷在地與學校相關具特色之藝文活動。 4. 藉由各項藝術活動參與，提升團隊合作與生活美感經驗。							
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	認識舞蹈藝術與其歷史發展	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。	了解現代舞的起源與不同派別。	介紹現代舞的起源發展與派別。	舞蹈筆記 課堂表現	自編教材
第二週	2	身體動作探索與開發	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2	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	1. 了解身體關節與各部位名稱。 2. 了解身體肌肉與部位的緊收與放鬆的方式。	1. 身體各部位探索的動態暖身。 2. 身體各部位動作收放與探索。	課堂觀察	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)

			運用媒材呈現舞句形式。	與節奏旋律的結合。				
第三週	2	身體動作探索與開發	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-P1-2 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。	1. 了解身體關節與各部位名稱。 2. 了解身體肌肉與部位的緊收與放鬆的方式。	1. 身體各部位探索的動態暖身。 2. 身體各部位動作收放與探索。	課堂觀察	自編教材
第四週	2	夜宴舞碼排練	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-L1 主動參與藝文展演活動。	舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。 舞才Ⅲ-L1-1 參與校內、校際及社區不同類型藝文展演活動：含學習記錄等。	1. 了解戶外劇場演出注意事項與重要須知。 2. 能在排練過程發揮專注力，在群體活動中表現合作精神。 2. 在舞蹈作品中能勇於展現自己。	1. 演出舞碼排練 2. 劇場禮儀與須知介紹。 3. 謝幕彩排練習。	課堂觀察	自編教材
第五週	2	夜宴舞碼排練	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-L1 主動參與藝文展演活動。	舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。 舞才Ⅲ-L1-1 參與校內、校際及社區不同類型藝文展演活動：含學習記錄等。	1. 了解戶外劇場演出注意事項與重要須知。 2. 能在排練過程發揮專注力，在群體活動中表現合作精神。 3. 在舞蹈作品中能勇於展現自己。	1. 演出舞碼排練 2. 劇場禮儀與須知介紹。 3. 謝幕彩排練習。	課堂觀察	自編教材
第六週	2	夜宴舞碼排練	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合	舞才Ⅲ-P3-1 積極參與群體	1. 了解戶外劇場演出注意事項與	1. 演出舞碼排練 2. 劇場禮儀與須知介	課堂觀察	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)

			作。 舞才Ⅲ-L1 主動參與藝文展演活動。	活動：含舞蹈創作與排練等。 舞才Ⅲ-L1-1 參與校內、校際及社區不同類型藝文展演活動：含學習記錄等。	重要須知。 2. 能在排練過程發揮專注力，在群體活動中表現合作精神。 3. 在舞蹈作品中能勇於展現自己。	紹。 3. 謝幕彩排練習。		
第七週	2	身體動作與呼吸配合	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-P1-2 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。	1. 身體能配合呼吸做出 Rolling 的正確動作。 2. 身體能配合呼吸做出掉落與復起的正確動作。 3. 身體能配合呼吸做出擺盪的正確動作。	孰悉現代舞李蒙技巧 1. Rolling down & up 2. 掉落與復起 Fall & recovery 3. 擺盪動作 Swing & movement	課堂觀察	自編教材
第八週	2	身體動作與呼吸配合	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-P1-2 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	1. 身體能配合呼吸做出 Rolling 的正確動作。 2. 身體能配合呼吸做出掉落與復起的正確動作。 3. 身體能配合呼吸做出擺盪的正確動作。	孰悉現代舞李蒙技巧 1. Rolling down & up 2. 掉落與復起 Fall & recovery 3. 擺盪動作 Swing & movement	課堂觀察	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)

				作原理及舞蹈專用術語等。				
第九週	2	身體動作與呼吸配合	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-P1-2 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。	1. 身體能配合呼吸做出 Rolling 的正確動作。 2. 身體能配合呼吸做出掉落與復起的正確動作。 3. 身體能配合呼吸做出擺盪的正確動作。	熟悉現代舞李蒙技巧 1. Rolling down & up 2. 掉落與復起 Fall & recovery 3. 擺盪動作 Swing & movement	課堂觀察	自編教材
第十週	2	身體造型的探索	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-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. 能與音樂搭配完整做出身體動作的連貫性。	身體連貫的動作組合。(配合節奏)	課堂觀察	自編教材
第十一週	2	期中評量	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-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	1. 身體能配合呼吸做出 Rolling 的正確動作。 2. 身體能配合呼吸做出掉落與復起的正確動作。	1. Rolling down & up 2. 跌落與復起 Fall & recovery 3. 擺盪動作 Swing & movement	實作表現	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)

				本元素的認知：含舞蹈動作原理及舞蹈專用術語等。	3. 身體能配合呼吸做出擺盪的正確動作。			
第十二週	2	身體造型的探索	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-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. 能做出不同空間變化的動作造型組合。 2. 能理解個人與群體在不同空間的身體動作與概念。	1. 身體連貫動作組合變化。(加入空間) 2. 個人與群體的空間身體變化與探索。	課堂觀察	自編教材
第十三週	2	身體造型的探索	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-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. 能做出不同空間變化的動作造型組合。 2. 能理解個人與群體在不同空間的身體動作與概念。	1. 身體連貫動作組合變化。(加入空間) 2. 個人與群體的空間身體變化與探索。	課堂觀察	自編教材
第十四週	2	身體平衡感訓練	舞才Ⅲ-P1 運用舞蹈動作元素組成舞句形式。 舞才Ⅲ-P2	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	1. 學會用核心肌群來找到身體的平衡感和重心。 2. 能用核心肌群做出肢體延展的	1. 腳的站立與踮的訓練。(plié & Relevé) 2. 雙腳到單腳的動作組合練習。	課堂觀察	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)

			運用媒材呈現舞句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	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。	動作。	(腳掌推地力量訓練 Coupé & Passé)		
第十五週	2	身體平衡感訓練	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-P1-2 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。	1. 學會用核心肌群來找到身體的平衡感和重心。 2. 能用核心肌群做出肢體延展的動作。	1. 腳的站立與踮的訓練。(plié & Relevé) 2. 雙腳到單腳的動作組合練習。 (腳掌推地力量訓練 Coupé & Passé)	課堂觀察	自編教材
第十六週	2	身體重心的轉換訓練	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-P1-2 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	1. 能做出正確的重心轉換動作。 2. 學會運用核心肌群做出身體的重心變換。 3. 能按照指令完整並流暢的用身體做出動作組合。	1. 單腳Fondu 重心轉換訓練。 2. 身體重心轉腳的擺盪練習。 (地板 tendu. 離地 Jeté、En Clocher 腿部擺盪)。	課堂觀察	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)

				專用術語等。				
第十七週	2	身體重心的轉換訓練	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-P1-2 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。	1. 能做出正確的重心轉換動作。 2. 學會運用核心肌群做出身體的重心變換。 3. 能按照指令完整並流暢的用身體做出動作組合。	1. 單腳Fondu 重心轉換訓練。 2. 身體重心轉腳的擺盪練習。 (地板 tendu. 離地 Jeté、En Clocher 腿部擺盪)。	課堂觀察	自編教材
第十八週	2	跳躍動作訓練	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-P1-2 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。	1. 了解腳掌與地板的施力關係。 2. 進行跳躍動作時能運用核心肌群來控制身體。	1. saute 小跳動作組合。(第一位位置到第五位置的小跳練習) 2. 小跳動作組合加入節奏變化。 3. 單腳離地的空中跳躍。 (skip 加上 grand jete 重心的轉換和腳掌推地的訓練。 4. 跳躍動作組合加入空間變換。	課堂觀察	自編教材
第十九週	2	跳躍動作訓練	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	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	1. 了解腳掌與地板的施力關係。 2. 進行跳躍動作時能運用核心肌群來控制身體。	1. saute 小跳動作組合。(第一位位置到第五位置的小跳練習) 2. 小跳動作組合加入節奏變化。 3. 單腳離地的空中跳	課堂觀察	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)

			句形式。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。	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。		躍。 (skip 加上 grand jete 重心轉換和腳掌推地的訓練。 4. 跳躍組合加入空間變換。		
第二十週	2	期末評量	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-P1-2 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。	1. 學會運用核心肌群做出身體的重心變換。 2. 能按照指令完整並流暢的用身體做出動作組合。	1. 身體連貫動作組合變化。 2. 重心轉換與身體擺盪動作組合。 3. 跳躍動作組合	實作表現	自編教材
第二十一週	2	台灣舞蹈團隊介紹與作品欣賞	舞才Ⅲ-C2 清楚說明具有代表性的國內外舞蹈家及舞蹈團體名稱。	舞才Ⅲ-C2-1 國內外 3 個以上具有特色的舞蹈家與舞蹈團體：含簡介、作品影片欣賞等。(取材考量不同性別、族群)藝文展演活動演出。	1. 能知道國內現代舞表演團體與其特色與代表作品。 2. 認識國內舞蹈家。	1. 介紹國內現代舞舞團-新古典舞團與舞蹈家-劉鳳雪。 2. 介紹新古典舞團作品。	作業單 口頭發表	自編教材

◎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。