

臺南市永康區復興國民小學 115 學年度第一學期三年級(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)	三年級	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	認識民族舞蹈	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗 探索。	分辨出何謂民 族舞蹈	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 講解中華古代文化與 舞蹈關係	實作評量	自編自選教材
第二週	2	民族舞蹈基本步 伐訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與 探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的 運用。	能做出基本步 伐	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 基本步法的種類	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)

			舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。				
第三週	2	民族舞蹈基本手式練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出基本手式	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 基本手式的種類與練習	實作評量	自編自選教材
第四週	2	手位與腳位單一練習與柔軟度訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	能做出俯臥雙腳伸直後彎	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 腰部柔軟度練習	實作評量	自編自選教材
第五週	2	手位與腳位單一練習與柔軟度訓練	舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能說出手位名稱	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 基本手位的練習	實作評量	自編自選教材
第六週	2	手位與腳位單一練習與柔軟度訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2	會做波浪手	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 手部柔軟度練習	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)

				身體各部位的運用。				
第七週	2	地面素質訓練-腿部與上肢動作練習	舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能說出腳位名稱	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 基本腳位的種類與練習	實作評量	自編自選教材
第八週	2	地面素質訓練-腿部與上肢動作練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	能做出勾腳與繃腳	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 腳掌的勾繃之力量掌握	實作評量	自編自選教材
第九週	2	地面素質訓練-腿部與上肢動作練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	能做出前吸伸腿	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 前吸伸動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十週	2	術科驗收(1)	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	術科考試- 柔軟度 手姿組合 腿部動作組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 術科考試- 柔軟度 手姿組合 腿部動作組合	實作評量	自編自選教材
第十一週	2	地面素質訓練-腿部與上肢動作練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	能做出後吸腿舞姿	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 後吸腿動作練習與控制	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)

第十二週	2	地面素質訓練-單一動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出單手位組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 單手位組合練習	實作評量	自編自選教材
第十三週	2	地面素質訓練-單一動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出攤推手組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 攤推手組合練習	實作評量	自編自選教材
第十四週	2	地面素質訓練-單一動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出前旁小踢腿組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 前旁小踢腿動作練習與控制	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)

第十五週	2	地面素質訓練-單一動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出後小踢腿組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 後小踢腿動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十六週	2	站立素質訓練-單一動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出花梆步組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 花梆步的技巧	實作評量	自編自選教材
第十七週	2	站立素質訓練-單一動作組合練習	舞才Ⅱ-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才Ⅱ-P2-1 音樂節拍的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	做出踏點步	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 踏點步練習與轉換	實作評量	自編自選教材
第十八週	2	認識與學習少數民族舞蹈小品-藏族 1	舞才Ⅱ-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才Ⅱ-P2-1 音樂節拍的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P2-2	能做出基本動律-顫動	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 顫動練習	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)

				舞蹈動作與音樂的配合。				
第十九週	2	認識與學習少數民族舞蹈小品-藏族 1	舞才 II-P1 依指令完成動作。 舞才 II-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才 II-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才 II-P1-2 身體各部位的運用。 舞才 II-P2-1 音樂節拍的體驗與探索。 舞才 II-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	能做出基本動律-顫動時加入位置移動	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 移動練習	實作評量	自編自選教材
第二十週	2	認識與學習少數民族舞蹈小品-藏族 1	舞才 II-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才 II-P2-1 音樂節拍的體驗與探索。 舞才 II-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	能做出退踏步	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 退踏步加顫動混合練習	實作評量	自編自選教材
第二十一週	2	術科考試(二)	舞才 II-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才 II-P2-1 音樂節拍的體驗與探索。 舞才 II-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	能配合音樂做出所有動作組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 動作組合考試	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 115 學年度第二學期三年級(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)	三年級	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	民族舞蹈基本步伐與手式練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	熟練做出基本步伐	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 基本步法的混合練習	實作評量	自編自選教材
第二週	2	民族舞蹈基本步伐與手式練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	熟練做出雙手位組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 雙手位組合	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)

			舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。				
第三週	2	民族舞蹈基本步伐與手式練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語	舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	做出手位配合花梆步	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 手位與花梆步配合練習	實作評量	自編自選教材
第四週	2	地面素質訓練-上肢及下肢的柔軟度訓練	舞才Ⅱ-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才Ⅱ-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	做出吸跳步混合練習	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 拍手吸跳步 3. 雙揮手吸跳步	實作評量	自編自選教材
第五週	2	地面素質訓練-上肢及下肢的柔軟度訓練	舞才Ⅱ-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才Ⅱ-P2-1 音樂節拍的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	能配合音樂拍子做出動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 三拍舞步組合	實作評量	自編自選教材
第六週	2	地面素質訓練-上肢及下肢的柔軟度訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	做出波浪(一)組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 波浪與上身配合練習	實作評量	自編自選教材
第七週	2	地面素質訓練-下肢的控制訓練	舞才Ⅱ-P3 樂於與他人互	舞才Ⅱ-P3-1 與他人互動：	能做出俯臥雙手扶腿控	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)

			動、合作與欣賞。	含舞蹈的分組與回饋。	制	2. 俯臥控腰練習		
第八週	2	地面素質訓練-下肢的控制訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	能做出勾繃腳組合動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 腿部內外旋轉	實作評量	自編自選教材
第九週	2	地面素質訓練-下肢的控制訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	1. 能做出前抬腿 2. 能做出旁抬腿	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 前、旁抬腿動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十週	2	地面素質訓練-下肢的控制訓練	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	能做出後抬腿及舞姿	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 後抬腿動作練習與控制	實作評量	自編自選教材
第十一週	2	術科考試(一)	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語	舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	術科考試 1. 柔軟度 2. 手姿與步伐組合 3. 腿部控制組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 術科考試 柔軟度 手姿與步伐組合 腿部控制組合	實作評量	自編自選教材
第十二週	2	地面素質訓練-下肢的控制訓練 站立-動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2	1. 坐姿抱端腿 2. 站姿-抱端腿	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 抱端腿動作練習與控制	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)

				身體各部位的運用。				
第十三週	2	站立-動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出腳位動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 腳位組合練習	實作評量	自編自選教材
第十四週	2	站立與流動-動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	做出掰膀子動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 掰膀子動作組合練習	實作評量	自編自選教材
第十五週	2	站立與流動-動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-P2 感知音樂，做出舞蹈基本動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。	做出波浪(二)組合	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 波浪(二)組合練習	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)

第十六週	2	站立與流動-動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	做出雙腳轉動動作	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
第十七週	2	站立與流動-動作組合練習	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。	做出前、旁、追步	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 追步練習	實作評量	自編自選教材
第十八週	2	少數民族舞蹈小品-藏族 2	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。	能做出第一基本步	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 第一基本步練習	實作評量	自編自選教材
第十九週	2	少數民族舞蹈小品-藏族 2	舞才Ⅱ-P1 依指令完成動作。 舞才Ⅱ-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語	舞才Ⅱ-P1-1 動作的體驗與探索。 舞才Ⅱ-P1-2 身體各部位的運用。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作語。	能做出抬踏步動作	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 抬踏步動作練習	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)

第二十週	2	術科考試(二)	舞才 II-P2 感知音樂，做出 舞蹈基本動作。	舞才 II-P2-2 舞蹈動作與音樂的 配合。	術科考試 柔軟度 所有組合考試	1. 暖身及肌耐力訓練 2. 動作組合考試	總結表演評 量	自編自選教材
------	---	---------	--------------------------------	-------------------------------	-----------------------	--------------------------	------------	--------