

嘉義縣立中埔國民中學

112學年度

藝術才能舞蹈班課程計畫

中華民國112年6月30日

目次

● 學校基本資料表	3
● 課程計畫內容	
壹、依據	4
貳、藝術才能舞蹈班教育理念	5
參、藝術才能舞蹈班現況	5
一、藝術才能舞蹈班課程發展小組/學校課程相關組織	5
二、藝術才能舞蹈班當年度班級、學生及教師配置情形	7
三、前一學年度課程計畫審查意見及調整說明	7
四、設備與資源概況	8
肆、藝術才能舞蹈班總體課程規劃	9
一、藝術才能舞蹈班總體課程規劃表	9
二、課程特色與架構	10
伍、藝術才能專長領域課程總表	11
陸、藝術才能專長領域科目教學大綱	14
柒、附錄（應提供課程計畫制定及核備相關會議紀錄、簽到表或其他相關資料等）	28
附錄一：藝術才能舞蹈班課程發展小組組織要點	28
附錄二：藝術才能舞蹈班課程發展小組會議紀錄	30

學校基本資料表

學校名稱	嘉義縣立中埔國民中學		全校班級數	普通班：10 班 藝術才能舞蹈班：1 班 體育班：0 班 集中式特教班：1 班 不分類資源班：1 班 合計：13 班
學校地址	嘉義縣中埔鄉中埔村177號			
藝才班 班別	<input type="checkbox"/> 音樂班 <input type="checkbox"/> 美術班 <input checked="" type="checkbox"/> 舞蹈班 <input type="checkbox"/> 其他 _____ 班			
班級 學生數	七年級_0_人，八年級_0_人，九年級_9_人， 總計_9_人。			
專長領域 每週節數	七年級_0_節，八年級_0_節，九年級_9_節。			
聯絡人	處室	輔導室	職稱	特教組長
	姓名	謝惠婷	電話	(05) 2531002#114
	行動電話	0919855013	傳真	(05) 2530112
	E-mail	cpjh@mail.cyc.edu.tw		
校長 核章			核章 日期	112年 6 月 30 日
審查 結果	初審	<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 修正後通過 <input type="checkbox"/> 修正後再審		
	複審	<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 修正後通過 <input type="checkbox"/> 修正後再審		

嘉義縣立中埔國民中學藝術才能舞蹈班課程計畫

壹、依據

- 一、中華民國110年3月15日教育部臺教授國部字第1100016363B 號令修正「十二年國民基本教育課程綱要總綱」。
- 二、中華民國109年9月29日教育部臺教師（一）字第 1090135784B 號令修正發布之「高級中等以下學校藝術才能班設立標準」
- 三、中華民國108年1月28日教育部臺教師（一）字第1070224548B 號令修正發布之「高級中等以下學校藝術才能班空間設備及經費基準」
- 四、中華民國110年10月29日教育部臺教授國部字第1100137740A 號令修正「十二年國民基本教育藝術才能班課程實施規範」
- 五、中華民國110年12月10日教育部臺教授國部字第1100160807A 號令修正「十二年國民基本教育藝術才能專長領域課程綱要」。
- 六、中華民國112年6月30日本校第5次課程發展委員會會議通過本課程計畫。

（提示：相關法規、課綱、會議等，應標示引用之年份/文號。）

貳、藝術才能舞蹈班教育理念

一、培育具有優異舞蹈藝術才能之學生，施以專業性藝術教育，輔導其適性發展，以培植多元之藝術專業人才。

二、增進學生具備藝術認知、展演、創作及鑑賞之能力，以涵養學生美感情操，發展其健全人格。

參、藝術才能舞蹈班現況

一、藝術才能舞蹈班課程發展小組/學校課程相關組織

(一) 藝術才能舞蹈班課程發展小組(含組織圖或組織任務表)

(藝術才能舞蹈班課程發展小組組織要點請參見附錄二)

職務	職稱	擔任人員	工作事項
召集人	校長	鄭志成	督導藝術才能班業務
委員	輔導主任	蔡月卿	綜理藝術才能班業務，溝通協調，掌握工作進程 藝術才能班業務推動及活動策畫執行 協助推動藝術才能班業務及各項活動執行 協助藝術才能班各項活動
委員	特教組長	謝惠婷	協助推動藝術才能班業務及各項活動執行 協助藝術才能班各項活動執行 擬定藝術才能班課程計畫 協助業務執行
委員	教務主任	劉雅雯	協助藝術才能班課程規劃 協助藝術才能班課程 協助藝術才能班各項活動執行
委員	學務主任	嚴孝謹	協助藝術才能班各項活動執行
委員	總務主任	黃淑菁	協助藝術才能班各項活動執行
委員	教學組長	林銘棟	協助藝術才能班課程及各項活動執行
委員	專任教師	蔡宜廷	擬定藝術才能班課程計畫 協助藝術才能班各項活動執行
委員	導師	賴惠齡	協助藝術才能班各項活動執行 聯繫家長
委員	家長代表	周美慧	協助推展藝才班事務與活動 提供改進建議事項

(二) 學校課程發展委員會 (含組織圖或組織任務表)

職 務	擔任人員	工作事項
召集人	鄭志成	擔任本校課程計畫發展研究之召集人
總幹事	劉雅雯	負責統籌整體課程計畫相關事宜
委員	嚴孝謹	負責統籌彈性課程相關事宜
委員	黃淑菁	負責教學環境設施以利課程進行之相關事宜
委員	蔡月卿	負責統籌彈性課程相關事宜
委員	林銘棟	負責執行課程計畫等相關事宜
委員	王美惠	協助督導委員會運作
委員	周美慧	負責領域之課程計畫統整
委員	賴惠齡	負責領域之課程計畫統整
委員	林凱儀	負責領域之課程計畫統整
委員	蔡宜廷	負責領域之課程計畫統整
委員	吳建良	負責領域之課程計畫統整
委員	王國昭	負責領域之課程計畫統整
委員	吳盈諭	負責領域之課程計畫統整
委員	蕭毓芳	負責領域之課程計畫統整
委員	郭銘智	負責領域之課程計畫統整
委員	許國雄	負責領域之課程計畫統整

(三) 其他 (無則免填)

二、藝術才能舞蹈班當年度班級、學生及教師配置情形

設班年月	中華民國99年8月1日										
班級數 與 學生數		七年級			八年級			九年級			合計
	班級數	0			0			1			1班
	學生數	0			0			9			9人
	特殊生數	0			0			0			1人
	備註										
教師 編制 員額	正式員額	3人 (2正式+1代課)					實際員額		2人		
		大學			碩士			博士			合計
		正 式	代 理	兼 任	正 式	代 理	兼 任	正 式	代 理	兼 任	
	具一般合格 教師證書	1			1		1				3人
	具特殊教育 資優類證書										0人
	上述二者 兼備										0人
合計										3人	

(一) 專任教師

教師姓名	性別	專長	授課科目	學歷
蔡宜廷	女	舞蹈	芭蕾舞、即興與創作、身體學習	碩士
辜淑禎	女	音樂	音樂	大學

(二) 外聘教師

教師姓名	性別	專長	授課科目	學歷
許書銓	男	舞蹈	毯子功	碩士
陳怡婷	女	舞蹈	中華民族舞	學士
林琬寧	女	音樂	芭蕾舞、即興與創作、毯子功	碩士

三、前一學年度課程計畫審查意見及調整說明

無調整

四、設備與資源概況

(一) 教學設備：

(可參考「藝術才能班空間設備及經費基準」所排的順序，表列之)

類別	名稱	單位	數量	說明	備註
空間	舞蹈班一般教室	間	3		
	舞蹈班舞蹈教室	間	3		
	視聽教室	間	1		
	學生更衣室	間	6		
	舞蹈專業教學研究室	間	1	教師準備室	
	道具服裝儲藏室	間	1		
	舞蹈圖書室	間	1		
	淋浴間	間	6		
教學設備	空心木板地面	面	2		
	壁鏡	面	3		
	固定式扶把	組	1		
	活動式扶把	組	8	不鏽鋼舞蹈架	
	舞蹈場地專用塑膠地墊	卷	20	地墊	
	舞蹈教學/運動保護墊	個	3	軟墊	
	舞蹈教學/運動保護墊	個	3	體操墊	
	舞蹈教學/運動保護墊	組	1	體操用墊(塑膠地墊)	
	舞蹈教學/運動保護墊	塊	3	體操用墊(落地墊)	
	舞蹈教學/運動保護墊	塊	1	體操用墊(八角墊)	
	移動式音響設備	套	1	音響設備	
	鋼琴	臺	2		
	空間設備	台	5	冷暖氣機	
	除濕機	台	2		
其他設備	書籍雜誌	批	1		
	圖片影片	批	1		
	道具	批	1		
	置物櫃	個	1		
	CD錄放音機	台	1		

手提 CD	台	1		
數位攝影機	台	1		
投影機	台	2		
電動布幕	面	2		
儲存用具	個	4	7*2*7尺角鋼架	
擴音機	台	1	手提式無限擴音	
讀卡機	組	1		
圓形體操球	個	1		

(二) 教學資源

- 1.內部資源：舞蹈社團、德芳關懷基金會、張丁和文教基金會等。
- 2.外部資源：嘉義縣表演藝術中心

肆、藝術才能舞蹈班總體課程規劃

一、藝術才能舞蹈班總體課程規劃表

班別：國民中學藝術才能舞蹈班

單位：每週節數

領域/科目 (每週節數)		九年級			第七學年	第八學年	第九學年	
		音樂	美術	舞蹈				
部定課程	語文	國語文	4-5	4-5	4-5	4	4	4
		英語文	2-3	2-3	2-3	3	3	3
	數學	數學	3-4	3-4	3-4	4	4	4
	社會	歷史	2-3	2-3	2-3	1	1	1
		地理				1	1	1
		公民與社會				1	1	1
	自然科學	生物	2-3	2-3	2-3	3	0	0
		理化				0	3	3
		地球科學				0	0	0
	藝術	音樂	1	1	1	0	0	1
		視覺藝術				1	0	0
		表演藝術				0	1	0
	綜合活動	家政	3	3	3	1	1	1
		童軍				1	1	1
		輔導				1	1	1
	科技	資訊科技	2	2	2	1	1	1
		生活科技				1	1	1
	健康與體育	健康教育	3	3	1	1	0	1
		體育				0	1	0
	藝術才能專長領域	芭蕾舞	6	6	7	2	2	2
中華民族舞		2				2	2	
毯子功		2				2	2	
即興與創作		1				1	1	

領域學習節數			29-33	30-33	29-32	31	31	31	
校訂課程	彈性學習課程	特殊需求(藝術才能專長)領域	即興與創作	2-4	1-3	2-4	1	1	1
			身體學習				1	1	1
		統整性主題/專題/議題探究課程	FUN 英悅	0-1	1-2	1-2	1	1	1
		社團活動與技藝課程	0				0	0	
		其他類課程	自治活動				1	1	1
學習總節數			32-35	32-35	32-35	35	35	35	

二、課程特色與課程架構 (可以利用圖表呈現)

中埔國中舞蹈藝術才能班課程					
	知識與概念	藝術與文化	藝術與生活	專題與學習	創作與展演
九年級	1. 身體能力技巧學習 2. 舞蹈發展史學習 3. 男女班分組授課	1. 專家學者專業團體蒞校講座 2. 場館觀賞演出	1. 科技融入教學 2. 閱讀	1. 全國學生舞蹈比賽 2. 硬鞋 3. 敦煌舞蹈	無

伍、藝術才能舞蹈班專長領域課程總表 (提示：表列各欄逐一填寫，並參照藝才領綱內涵予以對應。)

學習階段/ 年級	學期	課程 性質	藝術專長 科目	科目簡述 *以50字簡 要說明	每 週 節 數	專長領域 學習重點 *請填選學習 表現代碼	議題融入 *勾選議題須並 列其實質內涵	多元教學模式 *學期運作為原 則並敘明原因	師資來源
<input checked="" type="checkbox"/> 第四學習階段 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級	<input checked="" type="checkbox"/> 上 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下 學期	<input checked="" type="checkbox"/> 部 定課 程/部 定必 修 <input type="checkbox"/> 校訂 課程	芭蕾舞	基本動作技巧與動作組合複雜度提升，藉由芭蕾舞劇小品練習與正式場合發表，獲得學習成就感。	2	舞才 IV-S2-1 舞才 IV-K1-2 舞才 IV-C1-2	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 分組學習 <input type="checkbox"/> 能力分組 <input type="checkbox"/> 小組分組 <input type="checkbox"/> 專長分組 <input type="checkbox"/> 其他分組： <input checked="" type="checkbox"/> 教師協同教學 <input checked="" type="checkbox"/> 專業協同 <input type="checkbox"/> 跨域協同 <input type="checkbox"/> 其他協同： <input type="checkbox"/> 教師個別指導 <input type="checkbox"/> 專案輔導學習 <input checked="" type="checkbox"/> 其他： 請敘明須採用之教學需求： 專業舞蹈教室與配備，鋼琴伴奏、芭蕾舞練習舞裙 TUTU	<input checked="" type="checkbox"/> 校內專任 <input checked="" type="checkbox"/> 單科 <input type="checkbox"/> 跨科目 <input type="checkbox"/> 跨領域 <input checked="" type="checkbox"/> 校外兼任 <input type="checkbox"/> 大學教師 <input checked="" type="checkbox"/> 專業人員 <input type="checkbox"/> 其他：

學習階段/ 年級	學期	課程 性質	藝術專長 科目	科目簡述 *以50字簡 要說明	每 週 節 數	專長領域 學習重點 *請填選學習 表現代碼	議題融入 *勾選議題須並 列其實質內涵	多元教學模式 *學期運作為原 則並敘明原因	師資來源
<input checked="" type="checkbox"/> 第四學習階段 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級	<input checked="" type="checkbox"/> 上 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下 學期	<input checked="" type="checkbox"/> 部 定課 程/部 定必 修 <input type="checkbox"/> 校訂 課程	中華民族 舞	以國劇基本動作為上課主軸，手腰腿功的訓練，手眼生法步全人配合，並加入舞蹈作品演示，參與全國學生舞蹈比賽	2	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-P1-2 舞才 IV-P3-1 舞才 IV-S1-2 舞才 IV-S2-2	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 分組學習 <input checked="" type="checkbox"/> 能力分組 <input type="checkbox"/> 小組分組 <input type="checkbox"/> 專長分組 <input type="checkbox"/> 其他分組： <input type="checkbox"/> 教師協同教學 <input type="checkbox"/> 專業協同 <input type="checkbox"/> 跨域協同 <input type="checkbox"/> 其他協同： <input type="checkbox"/> 教師個別指導 <input type="checkbox"/> 專案輔導學習 <input checked="" type="checkbox"/> 其他： 請敘明須採用之教學需求： 專業舞蹈教室與設備	<input checked="" type="checkbox"/> 校內專任 <input checked="" type="checkbox"/> 單科 <input type="checkbox"/> 跨科目 <input type="checkbox"/> 跨領域 <input checked="" type="checkbox"/> 校外兼任 <input type="checkbox"/> 大學教師 <input checked="" type="checkbox"/> 專業人員 <input type="checkbox"/> 其他：

學習階段/ 年級	學期	課程 性質	藝術專長 科目	科目簡述 *以50字簡 要說明	每 週 節 數	專長領域 學習重點 *請填選學習 表現代碼	議題融入 *勾選議題須並 列其實質內涵	多元教學模式 *學期運作為原 則並敘明原因	師資來源
■第四學習階段 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 ■九年級	■上 學期 ■下 學期	■部定 課程/ 部定 必修 <input type="checkbox"/> 校訂 課程	即興與創作	給予主題，融入時間力量等元素，探索身體動作的可能性、透過教師引導、能與他人合作進行共同創作發表並能口語表達回饋。	1	舞才 IV-S1-2 舞才 IV-S2-2	■無	■無 <input type="checkbox"/> 分組學習 <input type="checkbox"/> 能力分組 <input type="checkbox"/> 小組分組 <input type="checkbox"/> 專長分組 <input type="checkbox"/> 其他分組： <input type="checkbox"/> 教師協同教學 <input type="checkbox"/> 專業協同 <input type="checkbox"/> 跨域協同 <input type="checkbox"/> 其他協同： <input type="checkbox"/> 教師個別指導 <input type="checkbox"/> 專案輔導學習 ■其他： 請敘明須採用之教學需求： 音響設備、教具	■校內專任 ■單科 <input type="checkbox"/> 跨科目 <input type="checkbox"/> 跨領域 <input type="checkbox"/> 校外兼任 <input type="checkbox"/> 大學教師 <input type="checkbox"/> 專業人員 <input type="checkbox"/> 其他：

學習階段/ 年級	學期	課程 性質	藝術專長 科目	科目簡述 *以50字簡 要說明	每 週 節 數	專長領域 學習重點 *請填選學習 表現代碼	議題融入 *勾選議題須並 列其實質內涵	多元教學模式 *學期運作為原 則並敘明原因	師資來源
■第四學習階段 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 ■九年級	■上 學期 ■下 學期	■部定 課程/ 部定 必修 <input type="checkbox"/> 校訂 課程	毯子功	倒立、滾、翻、騰躍等技巧動作學習	2	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1	■無	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 分組學習 <input type="checkbox"/> 能力分組 <input type="checkbox"/> 小組分組 <input type="checkbox"/> 專長分組 <input type="checkbox"/> 其他分組： ■教師協同教學 ■專業協同 <input type="checkbox"/> 跨域協同 <input type="checkbox"/> 其他協同： <input type="checkbox"/> 教師個別指導 <input type="checkbox"/> 專案輔導學習 ■其他： 請敘明須採用之教學需求： 保護墊、軟墊、彈簧床、跳箱、跳板、八角墊	<input type="checkbox"/> 校內專任 <input type="checkbox"/> 單科 <input type="checkbox"/> 跨科目 <input type="checkbox"/> 跨領域 ■校外兼任 <input type="checkbox"/> 大學教師 ■專業人員 <input type="checkbox"/> 其他：

學習階段/ 年級	學期	課程 性質	藝術專長 科目	科目簡述 *以50字簡 要說明	每 週 節 數	專長領域 學習重點 *請填選學習 表現代碼	議題融入 *勾選議題須並 列其實質內涵	多元教學模式 *學期運作為原 則並敘明原因	師資來源
■第四學習階段 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級	<input checked="" type="checkbox"/> 上 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下 學期	<input type="checkbox"/> 部定 課程/ 部定 必修 <input checked="" type="checkbox"/> 校訂 課程	即興與創 作	給予主 題，融入 時間間力 量等元 素，探索 身體動作 的可能 性、透過 教師引 導、能與 他人合作 進行共同 創作發表 並能口語 表達回 饋。	1	舞才 IV-S1-2 舞才 IV-S2-2	■無	■無 <input type="checkbox"/> 分組學習 <input type="checkbox"/> 能力分組 <input type="checkbox"/> 小組分組 <input type="checkbox"/> 專長分組 <input type="checkbox"/> 其他分組： <input type="checkbox"/> 教師協同教學 <input type="checkbox"/> 專業協同 <input type="checkbox"/> 跨域協同 <input type="checkbox"/> 其他協同： <input type="checkbox"/> 教師個別指導 <input type="checkbox"/> 專案輔導學習 ■其他： 請敘明須採用 之教學需求： 音響設備、教 具	<input checked="" type="checkbox"/> 校內專任 <input checked="" type="checkbox"/> 單科 <input type="checkbox"/> 跨科目 <input type="checkbox"/> 跨領域 <input type="checkbox"/> 校外兼任 <input type="checkbox"/> 大學教師 <input type="checkbox"/> 專業人員 <input type="checkbox"/> 其他：

學習階段/ 年級	學期	課程 性質	藝術專長 科目	科目簡述 *以50字簡 要說明	每 週 節 數	專長領域 學習重點 *請填選學習 表現代碼	議題融入 *勾選議題須並 列其實質內涵	多元教學模式 *學期運作為原 則並敘明原因	師資來源
■第四學習階段 <input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級	<input checked="" type="checkbox"/> 上 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下 學期	<input type="checkbox"/> 部定 課程/ 部定 必修 <input checked="" type="checkbox"/> 校訂 課程	身體學習	呼吸運 用、穩定 核心肌 群、強化 專注力， 運動傷害 預防觀念 建立，運 動傷害處 理與復健 觀念建 立。	1	舞才 IV-K2-1 舞才 IV-K2-2	■無	■無 <input type="checkbox"/> 分組學習 <input type="checkbox"/> 能力分組 <input type="checkbox"/> 小組分組 <input type="checkbox"/> 專長分組 <input type="checkbox"/> 其他分組： <input type="checkbox"/> 教師協同教學 <input type="checkbox"/> 專業協同 <input type="checkbox"/> 跨域協同 <input type="checkbox"/> 其他協同： <input type="checkbox"/> 教師個別指導 <input type="checkbox"/> 專案輔導學習 ■其他： 請敘明須採用 之教學需求： 瑜珈墊、瑜珈 磚、瑜珈柱、 pilates 球、彈 力帶	<input checked="" type="checkbox"/> 校內專任 <input checked="" type="checkbox"/> 單科 <input type="checkbox"/> 跨科目 <input type="checkbox"/> 跨領域 <input type="checkbox"/> 校外兼任 <input type="checkbox"/> 大學教師 <input type="checkbox"/> 專業人員 <input type="checkbox"/> 其他：

(表格欄位如不敷使用時，可依需要自行調整。)

陸、藝術才能舞蹈班專長領域科目教學大綱

一、九年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾舞(部定)		
	英文名稱	Ballet		
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級			
授課學期	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學期 <input type="checkbox"/> 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 喜愛芭蕾舞藝術 2. 不畏困難、挑戰技巧動作			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	芭蕾舞劇賞析	芭蕾舞劇主要變奏賞析	
	2	動作與空間	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	3	動作與空間	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	4	動作與空間	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	5	動作與空間	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	6	平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	7	平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	8	平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	9	平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習	
	10	平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習	

		4. 小品舞作練習
11	單腿平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
12	單腿平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
13	單腿平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
14	單腿平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
15	單腿平衡與控制	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
16	重心轉移與流動動作	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
17	重心轉移與流動動作	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
18	重心轉移與流動動作	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
19	重心轉移與流動動作	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
20	重心轉移與流動動作	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習
21	期末會考	建立考試即演出的觀念，需要做好準備，透過錄影影片，知悉自己表現不足之處加以調整改進，為接下來做準備

學習評量	1.定期/總結評量：比例 <u>40</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他：
	2.平時/歷程評量： <u>60</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input checked="" type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____
備註	

課程名稱	中文名稱	芭蕾舞(部定)		
	英文名稱	Ballet		
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級			
授課學期	<input type="checkbox"/> 第一學期 <input checked="" type="checkbox"/> 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1.喜愛芭蕾舞藝術 2.不畏困難、挑戰技巧動作			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	變奏 雙人舞練習	1.扶把基本動作練習 2.中間組合動作練習 3.流動組合動作練習 4.小品舞作練習 5.雙人舞練習	
	2	變奏 雙人舞練習	1.扶把基本動作練習 2.中間組合動作練習 3.流動組合動作練習 4.小品舞作練習 5.雙人舞練習	
	3	變奏 雙人舞練習	1.扶把基本動作練習 2.中間組合動作練習 3.流動組合動作練習 4.小品舞作練習 5.雙人舞練習	
	4	變奏 雙人舞練習	1.扶把基本動作練習 2.中間組合動作練習 3.流動組合動作練習 4.小品舞作練習 5.雙人舞練習	
	5	變奏 雙人舞練習	1.扶把基本動作練習 2.中間組合動作練習 3.流動組合動作練習 4.小品舞作練習 5.雙人舞練習	
	6	變奏 雙人舞練習	1.扶把基本動作練習 2.中間組合動作練習 3.流動組合動作練習 4.小品舞作練習 5.雙人舞練習	
	7	變奏	1.扶把基本動作練習	

	雙人舞練習	2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
8	變奏 雙人舞練習	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
9	變奏 雙人舞練習	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
10	變奏 雙人舞練習	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
11	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
12	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
13	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
14	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
15	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
16	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習

	17	名作實做	1. 扶把基本動作練習 2. 中間組合動作練習 3. 流動組合動作練習 4. 小品舞作練習 5. 雙人舞練習
		課程發表	學習成果發表三年學習成果回顧
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 <u>40</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他： 2. 平時/歷程評量： <u>60</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input checked="" type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____		
備註			

課程名稱	中文名稱	中華民族舞(部定)		
	英文名稱	Chinese Folk Dance		
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級			
授課學期	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學期 <input type="checkbox"/> 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 基本動作認知與應用。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	上把組合	把上壓腿(正腿、旁腿、十字、後腿)支撐腿訓練	
	2	把上踢腿組合	把上踢腿分解(正、十字、旁、後)訓練踢腿速度以及身體運用	
	3	手式認知	1. 山膀分解 2. 穿掌 3. 揉肘	
	4	流動基本動作	1. 上步分解 2. 流動4拍踢腿練習(跨腿、正、十字、旁、後)	
	5	手式認知	1. 環手 2. 雲手	
	6	center 組合	1. 弓箭步亮相 2. 掃堂腿分解 3. 端腿	
	7	center 組合	手式組合+掃堂腿弓箭步組合	
	8	Center 基本動作	1. 風火輪 2. 涮腰分解	
	9	綜合練習	複習1-8週基本動作	
	10	期中評量	期中學習測驗	
11	center 組合	1. 左右回望分解 2. 掃堂腿+和弄豆汁		

	12	Center 基本動作	烏龍絞柱4方位
	13	center 組合	1. 端腿起落探海組合 2. 回望踩泥組合 3. 確實做出鷓子翻身動作過程
	14	流動組合	1. 片腿+蓋腿轉身串連 2. 跨腿+轉身
	15	center 組合	手式組合+回望+掃堂腿組合練習 (小品訓練)
	16	流動組合	1. 小品複習 2. 鷓子翻身8拍4拍2拍串連
	17	流動組合	1. 單、雙躡練習 2. 平轉訓練
	18	綜合練習	複習1-17週基本動作
	19	綜合練習	1. 複習1-17週基本動作 2. 術語測驗
	20	期末評量	期末成果驗收
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 <u>60</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input checked="" type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input checked="" type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他： 2. 平時/歷程評量： <u>40</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____		
備註			

課程名稱	中文名稱	中華民族舞(部定)		
	英文名稱	Chinese Folk Dance		
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級			
授課學期	<input type="checkbox"/> 第一學期 <input checked="" type="checkbox"/> 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 基本動作認知與應用。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	把上組合	踢腿組合	
	2	流動組合	1. 流動上步踢腿 (正、十字、旁、片) 2. 上步鷓子翻身連續	
	3	流動基本動作	認識揉肘轉身	
	4	center 組合	1. 雲手踢腿組合 2. 風火輪組合	
	5	把上組合	1. 後分腿訓練 2. 把上比叉訓練	
	6	center 組合	1. 連續左右比叉 2. 踩泥弓箭步組合	
	7	center 組合	1. 回望掃堂涮腰組合 2. 烏龍絞柱4方位	
8	把上組合	揉肘轉身+涮腰		

	9	綜合練習	複習1-8週基本動作
	10	期中評量	1. 期中學習測驗 2. 升學考試準備規劃
	11	流動組合	1. 原地蹦子 2. 吸腿跨轉組合 3. 跑圓場
	12	center 組合	1. 原地蹦子 2. 原地飛腿
	13	center 組合	1. 中間連續踢腿訓練 2. 確實做出上週大蹦子與原地飛腿動作過程
	14	center 組合	1. 三環手托月 2. 小踢毬+旁飛燕
	15	流動組合	1. 大蹦子 2. 上步飛腿
	16	流動組合	流動小品組合訓練 1. 從流動位移訓練上確實掌握空間運用 2. 流動彈跳組合
	17	center 組合	1. 倒踢紫金冠 2. 吸腿+側翻+旁飛燕 3. 從小品組合中掌握動作的串連流暢性
	18	綜合練習	從小品組合中掌握動作的串連流暢性 1. center 控制組合 2. center 基本動作組合
	19	綜合練習	從小品組合中掌握動作的串連流暢性 1. center 控制組合 2. center 基本動作組合
	20	期末評量	期末成果驗收
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 <u>60</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input checked="" type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input checked="" type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他： 2. 平時/歷程評量： <u>40</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input checked="" type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____		
備註			

課程名稱	中文名稱	毯子功(部定)		
	英文名稱	Blanket Kung Fu		
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級			
授課學期	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學期 <input type="checkbox"/> 第二學期		授課節數	每週共 2 節
學習目標	1. 基本暖身訓練。 2. 腰背訓練。 3. 手倒立預備動作。 4. 基礎滾翻訓練。 5. 流動滾翻訓練。			

	週次	單元/主題	內容綱要
教學大綱	1	關節暖身	運用轉動的方式暖身關節部分
	2	身體穩定訓練	跪姿依序讓身體部位離開地板
	3	弓箭步	跨步穩定為起跳的預備動作
	4	平板支撐練習	核心力量來維持平衡
	5	提胯練習	尋找倒立提氣的感覺
	6	連續性爆發力訓練	加強心肺能力
	7	單腳支撐上身平板平衡	高跪姿運用上身力量提起來
	8	背肌訓練	趴下讓四肢離開地板
	9	後腰支撐訓練	趴著手撐上半身提開地板
	10	拱橋下腰練習	躺著運用手腳支撐把身體往上撐
	11	站立下腰練習	站立手貼耳朵帶著身體往後下腰
	12	站立甩腰練習	站立快速往後下腰
	13	手倒立基礎一	背對牆壁腳往上走
	14	手倒立基礎二	直角骨盆往上提
	15	手倒立基礎三	雙腿跳躍上倒立，倒手摸耳朵
	16	手倒立訓練一	面對牆壁下腰走往上走路倒立下
	17	手倒立訓練二	踢倒立上去
	18	手倒立訓練三	塌腰抬頭往上推一直線
	19	基礎滾翻練習	魚躍前滾翻
	20	基礎滾翻練習	側空翻
學習評量	1.定期/總結評量：比例 <u>50</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他： 2.平時/歷程評量： <u>50</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input type="checkbox"/> 實作表現 <input checked="" type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____		
備註			

課程名稱	中文名稱	毯子功(部定)	
	英文名稱	Blanket Kung Fu	
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級		
授課學期	<input type="checkbox"/> 第一學期 <input checked="" type="checkbox"/> 第二學期		授課節數 每週 2 節
學習目標	1. 基本暖身訓練。 2. 腰背訓練。 3. 手倒立預備動作。 4. 基礎滾翻訓練。 5. 流動滾翻訓練。		

	週次	單元/主題	內容綱要
教學大綱	1	關節暖身	運用轉動的方式暖身關節部分
	2	身體穩定訓練	跪姿依序讓身體部位離開地板
	3	弓箭步	跨步穩定為起跳的預備動作
	4	平板支撐練習	核心力量來維持平衡
	5	提胯練習	尋找倒立提氣的感覺
	6	連續性爆發力訓練	加強心肺能力
	7	單腳支撐上身平板平衡	高跪姿運用上身力量提起來
	8	背肌訓練	趴下讓四肢離開地板
	9	後腰支撐訓練	趴著手撐上半身提開地板
	10	拱橋下腰練習	躺著運用手腳支撐把身體往上撐
	11	站立下腰練習	站立手貼耳朵帶著身體往後下腰
	12	站立甩腰練習	站立快速往後下腰
	13	手倒立基礎一	背對牆壁腳往上走
	14	手倒立基礎二	直角骨盆往上提
	15	手倒立基礎三	雙腿跳躍上倒立，倒手摸耳朵
	16	手倒立訓練一	面對牆壁下腰走往上走路倒立下
	17	手倒立訓練二	踢倒立上去
	18	手倒立訓練三	塌腰抬頭往上推一直線
	19	基礎滾翻練習	魚躍前滾翻
	20	基礎滾翻練習	側空翻
學習評量	1.定期/總結評量：比例 <u>50</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他： 2.平時/歷程評量： <u>50</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input type="checkbox"/> 實作表現 <input checked="" type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____		
備註			

課程名稱	中文名稱	即興與創作(部定、校訂)	
	英文名稱	Improvisation	
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級		
授課學期	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學期 <input type="checkbox"/> 第二學期		授課節數 每週 2 節(部定1、校訂1)
學習目標	1. 創作來源多元、不自我受限 2. 參與正式舞台演出 3. 享受演出活動		

	週次	單元/主題	內容綱要
教學大綱	1	與自然共舞 舞從畫中來	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量 選擇印象派畫作做一幅，討論其中一位畫家背景與創作緣由
	2	與自然共舞 舞從畫中來	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量 模擬畫作的布圖，並從靜態到動態
	3	與自然共舞 舞從畫中來	模擬動植物之樣態 做出生命歷程 模擬畫作的布圖，並從靜態到動態，由平面到立體
	4	與自然共舞 舞從畫中來	模擬動植物之樣態 做出生命歷程 運用畫家創作緣由，做為動作質感思考
	5	與自然共舞 舞從畫中來	風、水之自然現象用肢體動作呈現 借器材呈現 運用畫家創作緣由，做為動作質感思考
	6	與自然共舞 舞從畫中來	從模擬中，發展動作新語彙 創作與發表
	7	與自然共舞 舞從畫中來	運用畫家創作緣由，做為動作質感思考
	8	與自然共舞 舞從畫中來	音樂與動態畫作配合
	9	與自然共舞 舞從畫中來	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	10	與自然共舞 舞從畫中來	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	11	與自然共舞 舞從畫中來	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	12	與自然共舞 舞從畫中來	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	13	與自然共舞 舞從畫中來	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	14	與自然共舞 舞從畫中來	風、水之自然現象用肢體動作呈現 借器材呈現
	15	與自然共舞 舞從畫中來	風、水之自然現象用肢體動作呈現 借器材呈現
	16	與自然共舞 舞從畫中來	從模擬中，發展動作新語彙 運用配樂，創作與發表
	17	畢業考	與自然共舞作品發表會
	18	發表會	作品發表與回饋
	19	期末會考	檢視學習成果
	20	會考檢討	透過影像檢討自己期末會考表現

學習評量	1. 定期/總結評量： <u>40</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他：
	2. 平時/歷程評量： <u>60</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____
備註	

課程名稱	中文名稱	即興與創作(部定、校訂)	
	英文名稱	Improvisation	
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級		
授課學期	<input type="checkbox"/> 第一學期 <input checked="" type="checkbox"/> 第二學期		授課節數 每週 2 節(部定1、校訂1)
學習目標	1. 創作來源多元、不自我受限 2. 參與正式舞台演出 3. 享受演出活動		
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	1	與自然共舞	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	2	與自然共舞	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	3	與自然共舞	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	4	與自然共舞	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	5	與自然共舞	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	6	與自然共舞	模擬動植物之樣態 做出生命歷程
	7	與自然共舞	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	8	與自然共舞	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	9	與自然共舞	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	10	與自然共舞	生物樣態豐富、模擬其形象 搭配不同速度與力量
	11	與自然共舞	風、水、雲、火之自然現象用肢體動作呈現 利用器材呈現
	12	與自然共舞	風、水、雲、火之自然現象用肢體動作呈現 利用器材呈現
13	與自然共舞	風、水、雲、火之自然現象用肢體動作呈現 利用器材呈現	

	14	與自然共舞	風、水、雲、火之自然現象用肢體動作呈現 利用器材呈現
	15	與自然共舞	從模擬中，發展動作新語彙 運用配樂，創作與發表
	16	與自然共舞	從模擬中，發展動作新語彙 運用配樂，創作與發表
	17	畢業考	與自然共舞作品發表會
	18	自學	自學
	19	自學	自學
	20	自學	自學
學習評量	1. 定期/總結評量： <u>40</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他： 2. 平時/歷程評量： <u>60</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他_____		
備註			

課程名稱	中文名稱	身體學習(校訂)		
	英文名稱	Somatic		
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級			
授課學期	<input checked="" type="checkbox"/> 第一學期 <input type="checkbox"/> 第二學期		授課節數	每週 1 節
學習目標	1. 善用呼吸協助動作發展 2. 強化穩定核心肌群 3. 能夠專注於動作過程 4. 運動傷害預防與復健觀念建立			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	Pilates Mat	墊上核心肌群訓練	
	2	Pilates Mat	墊上核心肌群訓練	
	3	Pilates Mat	墊上核心肌群訓練	
	4	Pilates Mat	墊上核心肌群訓練	
	5	Pilates Mat	墊上核心肌群訓練	
	6	瑜珈球	墊上核心肌群訓練 配合瑜珈小球引導肌肉發展	
	7	瑜珈球	墊上核心肌群訓練 配合瑜珈小球引導肌肉發展	
	8	瑜珈球	墊上核心肌群訓練 配合瑜珈小球引導肌肉發展	
	9	瑜珈球	墊上核心肌群訓練 配合瑜珈小球引導肌肉發展	
10	瑜珈球	墊上核心肌群訓練		

		配合瑜珈小球引導肌肉發展
	11	抵抗力球 運用抵抗力球幫助動作穩定發展
	12	抵抗力球 運用抵抗力球幫助動作穩定發展
	13	抵抗力球 運用抵抗力球幫助動作穩定發展
	14	抵抗力球 運用抵抗力球幫助動作穩定發展
	15	抵抗力球 運用抵抗力球幫助動作穩定發展
	16	抵抗力球 運用抵抗力球幫助動作穩定發展
	17	彈力帶伸展 透過彈力帶引導深層肌肉群發展
	18	彈力帶伸展 透過彈力帶引導深層肌肉群發展
	19	彈力帶伸展 透過彈力帶引導深層肌肉群發展
	20	彈力帶伸展 透過彈力帶引導深層肌肉群發展
	21	彈力帶伸展 透過彈力帶引導深層肌肉群發展
學習評量	1. 定期/總結評量： <u>40</u> % <input type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他 _____ 2. 平時/歷程評量： <u>60</u> % <input checked="" type="checkbox"/> 口頭發表 <input type="checkbox"/> 書面報告 <input type="checkbox"/> 作業單 <input type="checkbox"/> 作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/> 實作表現 <input type="checkbox"/> 試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/> 同儕互評 <input type="checkbox"/> 其他 _____	
備註		

課程名稱	中文名稱	身體學習	
	英文名稱	Somatic	
授課年段	<input type="checkbox"/> 七年級 <input type="checkbox"/> 八年級 <input checked="" type="checkbox"/> 九年級		
授課學期	<input type="checkbox"/> 第一學期 <input checked="" type="checkbox"/> 第二學期		授課節數 每週 1 節
學習目標	1. 善用呼吸協助動作發展 2. 強化穩定核心肌群 3. 能夠專注於動作過程 4. 運動傷害預防與復健觀念建立		
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	1	有氧舞蹈介紹	介紹有氧舞蹈起源 有氧舞蹈動作發展 有氧舞蹈編排方式
	2	有氧舞蹈介紹	介紹有氧舞蹈起源 有氧舞蹈動作發展 有氧舞蹈編排方式 有氧舞蹈術語運動
	3	有氧舞蹈	腳步動作： 前點、側點、後點 踏並、V字步、抬膝、後勾
	4	有氧舞蹈	前點、側點、後點

		踏並、V字步、抬膝、後勾、麻花步
5	有氧舞蹈	前點、側點、後點 踏並、V字步、抬膝、後勾、麻花步
6	有氧舞蹈	前點、側點、後點 踏並、V字步、抬膝、後勾、麻花步 腳步與手部動作配合
7	有氧舞蹈	前點、側點、後點 踏並、V字步、抬膝、後勾、麻花步 腳步與手部動作配合
8	拉丁有氧舞蹈	漫波、恰恰、滑步運用
9	拉丁有氧舞蹈	漫波、恰恰、滑步運用
10	拉丁有氧舞蹈	漫波、恰恰、滑步運用 手臂動作配合
11	拉丁有氧舞蹈	漫波、恰恰、滑步運用 手臂動作配合
12	拉丁有氧舞蹈	漫波、恰恰、滑步運用 手臂動作配合、空間變化
13	編排有氧舞蹈	講解有氧舞蹈的編排方式 1. 暖身運動 2. 主要活動 3. 緩和運動 時間分配說明 音樂使用說明
14	編排有氧舞蹈	主要活動動作編排方式: 1. A-B-AB-C-D-CD-ABCD 2. A-B-C-D 反覆 時間分配說明
15	有氧舞蹈指導語	練習在最後4拍口語告知下一個動作 口語指令與手勢練習
16	自創有氧舞蹈	分組進行編排 含暖身動作、主要活動與緩和動作
17	自創有氧舞蹈	分組進行編排 含暖身動作、主要活動與緩和動作
18	自創有氧舞蹈	分組進行編排 含暖身動作、主要活動與緩和動作
19	自創有氧舞蹈	分組進行編排 含暖身動作、主要活動與緩和動作
20	期末考試	含口語指令、動作編排、音樂速度
學習評量	<p>1. 定期/總結評量： <u>40</u> %</p> <p><input type="checkbox"/>口頭發表 <input type="checkbox"/>書面報告 <input checked="" type="checkbox"/>作業單 <input type="checkbox"/>作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/>實作表現</p> <p><input type="checkbox"/>試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/>課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/>同儕互評 <input type="checkbox"/>其他 _____</p> <p>2. 平時/歷程評量： <u>60</u> %</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>口頭發表 <input type="checkbox"/>書面報告 <input type="checkbox"/>作業單 <input type="checkbox"/>作品檔案 <input checked="" type="checkbox"/>實作表現</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>試題測驗 <input checked="" type="checkbox"/>課堂觀察 <input checked="" type="checkbox"/>同儕互評 <input type="checkbox"/>其他 _____</p>	

柒、附錄

附錄一

嘉義縣立中埔國民中學藝術才能舞蹈班課程發展小組組織要點

111.06.30校務會議通

過

壹、依據

- 一、藝術教育法。
- 二、十二年國民基本教育藝術才能班課程實施規範。

貳、組織成員

本小組設置委員10人，單一性別委員人數不得少於委員總數三分之一。除專家學者於開會期間支領出席費或車馬費外，其餘委員均為無給職。委員組成方式如下：

一、學校行政人員代表：校長(當然委員)、學務主任、教務主任、輔導主任、總務主任、特教組長(舞蹈班業務承辦人)、教學組長等共7位。

二、藝術才能班之各領域/科目(含特殊需求領域)授課教師代表:1人。

三、藝術才能班導師1人。

四、學生家長代表1人。

五、專家學者代表1人：提供課程諮詢，不占本會委員名額，不具表決權。。

參、任期：本會委員任期以學年度為準，為期1年。委員於任期中若因職務異動或其它因素出缺，應即時遞補之，其任期至原任期屆滿日止。

肆、任務執掌

一、掌握學校教育願景及藝術才能班教育特色，發展、撰述及審核學校藝術才能班本位課程。

二、編選藝術才能班專業領域相關教材。

- 三、審查特殊優秀藝術才能班學生個別輔導方案。
- 四、研提藝術才能班學生相關展演或成果發表實施計畫。
- 五、實施藝術才能班課程評鑑及訪視輔導。
- 六、以各種形式諮詢學生意見，作為課程設計及教學安排之參考。

伍、委員會之運作方式

一、本小組由校長召集，或經委員2分之1以上連署，連署委員互推1人召集之。

二、本小組每學年至少舉行1次會議，必要時得召開臨時會議。

三、本小組擬定下一學年度藝術才能班總體課程計畫後，再提交學校課程發展委員會。

四、本小組須有應出席委員2分之1以上出席，方得開議；須有出席委員2分之1以上同意，方得議決。表決採無記名投票方式或舉手方式行之。

五、本小組得視實際需要邀請諮詢委員或其他相關人員列席諮詢。

陸、經費：所需經費則由學校相關經費支應。

柒、本要點提請校務會議議決後，陳請校長核定後實施，修正時亦同。