

伍、藝術才能舞蹈班專長領域課程總表

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
■第二學習階段 ■三年級 ☐ 四年級	■上 學期	■部定 課程/ 部定必 修	芭蕾舞	課程設計著 重於啟發學 生對於芭蕾 的興趣以及 身體的探 索，引導學 生循序的進 入基本訓 練，並了解 芭蕾舞的身 體 運作系統。	2	舞才 II-P1 舞才 II-P2 舞才 II-C2 舞才 II-L1	■其他重要議 題： ■多元文化教 育 多 E1 了解自己的 文化特質。 多 E6 了解各文 化間的多樣性與 差異性。	☐ 無 ☐ 分組學習 ☐ 能力分組 ☐ 小組分組 ☐ 專長分組 ☐ 其他分組： ■教師協同教學 ■專業協同 ☐ 跨域協同 ☐ 其他協同： ☐ 教師個別指導 ☐ 專案輔導學習 ☐ 其他： 請敘明須採用之 教學需求：因芭 蕾科目使用肌肉 方式較為細微及 複雜，故須使用 協同教學方式加 以檢視。	■校內專 任 ■單科 ☐ 跨科目 ☐ 跨領域 ☐ 校外兼 任 ☐ 大學教 師 ☐ 專業人 員 ☐ 其他：
	■下 學期	☐ 校訂 課程				舞才 II-P1 舞才 II-P2 舞才 II-P3 舞才 II-K1			
■第二學習階段 ☐ 三年級 ■四年級	■上 學期		芭蕾舞		2	舞才 II-P1 舞才 II-P2 舞才 II-K1 舞才 II-L1	■無	☐ 無 ☐ 分組學習 ☐ 能力分組 ☐ 小組分組 ☐ 專長分組 ☐ 其他分組： ■教師協同教學 ■專業協同 ☐ 跨域協同 ☐ 其他協同： ☐ 教師個別指導 ☐ 專案輔導學習 ☐ 其他： 請敘明須採用之 教學需求：因芭 蕾科目使用肌肉 方式較為細微及 複雜，故須使用 協同教學方式加 以檢視。	■校內專 任 ■單科 ☐ 跨科目 ☐ 跨領域 ☐ 校外兼 任 ☐ 大學教 師 ☐ 專業人 員 ☐ 其他：
	■下 學期					舞才 II-P1 舞才 II-P2 舞才 II-P3 舞才 II-K1			

■第三學習階段 ■五年級 ☐ 六年級	■上學期	■部定課程/部定必修 ☐ 校訂課程		課程設計著重於扎實的基礎功與協調流暢的身體配合能力，使學生能掌握芭蕾舞動作之運作，並引導其利用課堂動作元素嘗試編創。	1	舞才Ⅲ-P1 舞才Ⅲ-P2 舞才Ⅲ-K1 舞才Ⅲ-C1 舞才Ⅲ-L1	■其他重要議題： ■多元文化教育 多 E6 了解各文化間的多樣性與差異性。	☐ 無 ☐ 分組學習 ☐ 能力分組 ☐ 小組分組 ☐ 專長分組 ☐ 其他分組： ■教師協同教學 ■專業協同 ☐ 跨域協同 ☐ 其他協同： ☐ 教師個別指導 ☐ 專案輔導學習 ☐ 其他： 請敘明須採用之教學需求：因芭蕾舞科目使用肌肉方式較為細微及複雜，故須使用協同教學方式加以檢視。	■校內專任 ■單科 ☐ 跨科目 ☐ 跨領域 ☐ 校外兼任 ☐ 大學教師 ☐ 專業人員 ☐ 其他：
	■下學期					舞才Ⅲ-P3 舞才Ⅲ-K1 舞才Ⅲ-C1 舞才Ⅲ-S2			
■第三學習階段 ☐ 五年級 ■六年級	■上學期				1	舞才Ⅲ-P1 舞才Ⅲ-P3 舞才Ⅲ-K1 舞才Ⅲ-L1	■無	☐ 無 ☐ 分組學習 ☐ 能力分組 ☐ 小組分組 ☐ 專長分組 ☐ 其他分組： ■教師協同教學 ■專業協同 ☐ 跨域協同 ☐ 其他協同： ☐ 教師個別指導 ☐ 專案輔導學習 ☐ 其他： 請敘明須採用之教學需求：因芭蕾舞科目使用肌肉方式較為細微及複雜，故須使用協同教學方式加以檢視。	■校內專任 ■單科 ☐ 跨科目 ☐ 跨領域 ☐ 校外兼任 ☐ 大學教師 ☐ 專業人員 ☐ 其他：
	■下學期					舞才Ⅲ-P2 舞才Ⅲ-P3 舞才Ⅲ-K1 舞才Ⅲ-S2			

陸、藝術才能舞蹈班專長領域科目教學大綱

一、三年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾舞		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☒ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級			
授課學期	☒ 第一學期 ☐ 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 對芭蕾舞具備基本的涵養與認知。 2. 認識關節部位。 3. 提升身體柔韌度並建立身體的穩定性。 4. 熟記並表現芭蕾舞的基本位置。 5. 芭蕾舞美學賞析。			
學習重點	學習表現		學習內容	
	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-C2 清楚說明具有代表性的在地舞蹈團體名稱與其特色。 舞才Ⅱ-L1 樂於觀賞及參與藝文展演活動。		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。 舞才Ⅱ-C2-11至2個具有特色的在地舞蹈團體簡介。（取材考量不同性別、族群） 舞才Ⅱ-L1-3 藝文展演活動演出。	
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	芭蕾舞起源	芭蕾舞的歷史與發展背景、芭蕾舞者服裝與髮型。	
	2		課堂基本規範、上課流程講解、芭蕾舞的舞蹈形象概念與在台芭蕾舞團、五個基本腳姿與手姿。	
	3	身體中軸線	利用牆面與地面輔助學生建立中軸線的單一動作練習。	
	4		利用牆面與地面輔助學生建立核心力量的單一動作練習。	
	5			
	6	踝關節的認知與使用	透過地板單一動作訓練腳尖與腳勾的正確位置和大腿肌肉的運用，且認知腳掌與地板的關係。	
	7			
	8	成果發表會展演練習	舞作曲目欣賞與劇情介紹以清楚角色表現的定位。	
	9		將上學期所學動作實作於舞作中。	
	10		熟悉已編排動作並學習新的芭蕾舞姿。	
	11		了解動作和拍子、旋律間的關係。	
	12		建立自己和夥伴的相對位置與舞台空間的覺察能力。	
	13		熟悉舞作中的動作、拍子和位置關係。	
	14	Parallel & Turn out	透過地板單一動作訓練髖骨附近肌肉，講解扶把的方式並學習 Plié。	
	15			
	16	Relevé	學習 Relevé 動作要點	
	17		訓練雙腿踮立的力量與掌控性。	
18	動作統整	統整課堂中所學動作，並知道動作術語名稱。		

	19	小組檢視與學習	分組檢視並觀摩學習同學的動作，發現與分享優缺之處。
	20	芭蕾舞作賞析	以小品短劇為欣賞曲目，了解課堂動作在舞作中的運用並欣賞其美學。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 <u>40</u> % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他： 2. 平時/歷程評量：比例 <u>60</u> % ☒ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
備註			

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☒ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級			
授課學期	☐ 第一學期 ☒ 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 對芭蕾具備基本的涵養與認知。 2. 提升身體柔韌度並建立身體的穩定性。 3. 芭蕾基本位置的變化與轉接。 4. 建立單腿運作時支撐邊的穩定性。 5. 芭蕾美學賞析。			
學習重點	學習表現		學習內容	
	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-P3 樂於與他人互動、合作與欣賞。 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-P2-2舞蹈動作與音樂的配合。 舞才Ⅱ-P3-1與他人互動：含舞蹈的分組與回饋。 舞才Ⅱ-K1-1各類舞蹈常用基礎動作術語。	
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	身體中軸與下背力量	躺姿坐姿組合，訓練背部與腿部的肌肉。	
	2		利用地面輔助單腿在空間中運作時的身體穩定性。	
	3	腳掌與地板	利用牆面進行 Tendu 與 Passé 動作路徑的學習	
	4		運用扶把動作，學習 Tendu 和 Jeté 的要點。	
	5		練習腳掌擦地與推地的力量，建構 Jeté 和 Sauté 的動作連結。	
	6	雙腿和單腿的重心掌握	延續上學期所學，將 Plié、Tendu、Jeté、Sauté 相互搭配使用。	
	7		延續上學期所學，將 Plié、Tendu、Jeté、Sauté 相互搭配使用。	
	8	上身的練習	手姿講解與調整身體姿態	
	9		Port De Bras 的練習	

	10	Rond De Jambe	扶把動作學習重點：Rond De Jambe，在單側運作時能固定支撐邊且讓活動腿做最大幅度的動作。
	11		
	12		將Plié和Relevé搭配運用其中，學習Soussus的動作要點。
	13	核心掌控與肌肉控制	在Center做五個手姿的變化並搭配Plié和Relevé。
	14		在扶把動作裡加入重心的轉換。
	15	強化踝關節	以瑜伽磚為輔助進行腳背壓伸，並在扶把動作中以平行踮立伸展腿部後側並強化踝關節力量。
	16	跳躍與流動	學習走路與敬禮的身體姿態，Pas Chassé的動作要點，著重兩腿在空中聚合與腳掌的擦地滑行。
	17		
	18	動作統整	複習兩學期所學之動作，並知道其術語名稱。
	19	小組考核	分組檢視並觀摩學習同學的動作。
	20	芭蕾舞作賞析	以小品短劇為欣賞曲目，了解課堂動作在舞作中的運用並欣賞其美學。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 40 % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
	2. 平時/歷程評量：比例 60 % ☒ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
備註			

二、四年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾舞		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☐ 三年級 ☒ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級			
授課學期	☒ 第一學期 ☐ 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 增進身體各部位的認知與掌控，清楚基礎動作的正確位置。 2. 能掌控轉換重心的技巧，增添動作的流暢性與穩定度。 3. 在基礎訓練上漸進式帶入頭部與手部動作，訓練舞動的協調性及表演性。			
學習重點	學習表現		學習內容	
	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-K1 認識舞蹈常用術語並以身體回應舞蹈動作術語。 舞才Ⅱ-L1 樂於觀賞及參與藝文展演活動。		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。 舞才Ⅱ-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。 舞才Ⅱ-L1-3 藝文展演活動演出。	
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	核心與腿部肌肉動作練習	以地板套組訓練足踝、大腿肌肉與腹背的力量，著重腳掌與地板(牆面)的關係，為跳躍動作做加強。	
	2		加入瑜伽球輔具，加強身體感受，增添穩定性與控制力。	

	3		著重於 Plié 和 Relevé 兩項動作的訓練，使其在上下過程中能穩定身體並連綿的配合音樂進行動作。
	4	腿部的伸展	從 Battement Tendu 至，加入 Piqué 和 Relevé Lent 的元素，訓練腿部的延展與快速停頓的控腿能力。
	5		
	6		Rond De Jambe 的練習，使臀部至腿部的動作靈活，促進上身與腿部在緩慢連續動作的控制力。
	7		
	8	成果發表會展演練習	舞作曲目欣賞與劇情介紹以清楚角色表現的定位。
	9		將上學期所學動作實作於舞作中。
	10		熟悉已編排動作並學習新的芭蕾舞姿。
	11		了解動作和拍子、旋律間的關係。
	12		建立自己和夥伴的相對位置與舞台空間的覺察能力。
	13		熟悉舞作中的動作、拍子和位置關係。
	14	手的運行與呼吸	在組合中帶入 Port De Bras，講解身體面向且運用在 Center 的 Port De Bras 組合中，著重於呼吸與手和頭的連動關係。
	15	跳躍與流動	介紹經常使用的跳躍動作分類，雙腿起跳雙腿落地、雙腿起跳單腿落地、單腿起跳雙腿落地、單腿起跳單腿落地，在把杆進行一位、二位、五位 Sauté 的分解練習，確認膝與踝關節落地的方向和位置。
	16		
	17	動作複習與術語統整	複習所學之動作，並了解其動作術語與意思，能說出動作的重點要素。
	18		
	19	小組考核	分組檢視並觀摩學習同學的動作。
	20	芭蕾舞作賞析	挑選舞作中的特色片段進行欣賞與分析。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 40 % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他： 2. 平時/歷程評量：比例 60 % ☒ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
備註			

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☐ 三年級 ☒ 四年級 ☐ 五年級 ☐ 六年級			
授課學期	☐ 第一學期 ☒ 第二學期		授課節數	每週 2 節
學習目標	1. 增進身體各部位的認知與掌控，了解基礎動作的正確位置。			

	2. 能確實轉換重心，增添動作的流暢性與穩定度。 3. 在動作過程中能協調的搭配頭部與手部動作。 4. 在 Center 中能完成連串的單腿組合動作。 5. 在小组學習中學會發現他人優缺並協助調整。		
學習重點	學習表現		學習內容
	舞才 II-P 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-P3 樂於與他人互動、合作與欣賞。 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-P2-2 舞蹈動作與音樂的配合。 舞才 II-P3-1 與他人互動：含舞蹈的分組與回饋。 舞才 II-K1-1 各類舞蹈常用基礎動作術語。
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	1	身體的方位面向	介紹 Croisé、En Face、Effacé。
	2	手的運行與呼吸	練習舞姿的位置，學習正確的擺放身體。
	3	基本概念建立	逐步建立 En Croix 和 Reverse 的概念，使頭腦與身體能更加靈活的轉換與運用。
	4		
	5	單腿的支撐與伸展	複習 Coupé & Passé 的動作要點。
	6		在活動腿動作的過程訓練支撐邊和下背的力量，並維持肩膀四點方正、腿部持續外轉。
	7	重心的轉換	學習 Coupe & Passé 的動作要點，清楚其正確位置和經過路徑，練習單腿支撐的力量。
	8		Pas De Bourrée，練習在踮立的狀態下移轉重心。
	9	快慢掌控	Relevé Lent 動作練習，訓練腿部控制力與擦地延伸的技巧。
	10		Grand Battement，練習快上慢下並穩定控制上身，使其不晃動。
	11		
	12		
	13	移動中的身體軸心	Soussus 雙腳踮立平衡的掌控。
	14		在把杆組合中放入 Soutenu，練習雙腿旋轉時能掌握重心的能力與練習旋轉的能力。
	15		於 Center 練習單一動作 Pas De Bourrée。
	16	跳躍與流動	在把杆中練習 Sauté 和 Echapée Sauté 的動作。
	17		Center 的 Sauté 組合與複習 Pas Chassé，著重於雙腿在空中聚合和輕巧落地的跳躍方法。
	18		
	19	小組考核	分組檢視並觀摩學習同學的動作。
	20	影片檢視	透過分組錄影來清楚檢視在動作中身體擺放的位置，發現自己和同學的優缺之處並分享與改正。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 <u>40</u> % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
	2. 平時/歷程評量：比例 <u>60</u> % ☒ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		

備註	
----	--

三、五年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾舞		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☐ 三年級 ☐ 四年級 ☒ 五年級 ☐ 六年級			
授課學期	☒ 第一學期 ☐ 第二學期		授課節數	每週 1 節
學習目標	1. 懂得聆聽音樂並連貫流暢的展現組合。 2. 加強肌力訓練，使肢體更具延展性和穩定性。 3. 在動作過程中能協調的搭配頭部、手部與呼吸，使整體更為優美。 4. 學會以圖像紀錄舞蹈動作。			
學習重點	學習表現		學習內容	
	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-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。 舞才Ⅲ-L1主動參與藝文展演活動。		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-P2-2媒材於舞蹈的運用：含道具、音樂等。 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-C1-2國內外不同舞蹈類型的欣賞。（取材考量不同性別、族群） 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。	
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	筆記撰寫講解	複習上學期所學並講解如何以文字圖像方式紀錄課堂動作及重點。	
	2	肌力練習與核心掌控	以地板套組訓練足踝、大腿肌肉與腹背的力量，著重髖關節的 Turn Out 練習和腰臀的力量，為 Arabesque 和 À La Second 做準備。	
	3			
	4	身體中軸線與重心轉換練習	在把杆動作 Battement Tendu 和 Battement Jeté 中加入第一位置和第五位置的運用轉換。	
	5		在把杆動作 Battement Tendu 和 Battement Jeté 中加入內外腳出腿的變化，訓練重心與身體靈活的轉換。	
	6			
	7			
	8	成果發表會展演練習	舞作曲目欣賞與劇情介紹以清楚角色表現的定位。	
	9		將上學期所學動作實作於舞作中。	
	10		熟悉已編排動作並學習新的芭蕾舞姿。	
	11		了解動作和拍子、旋律間的關係。	
	12		建立自己和夥伴的相對位置與舞台空間的覺察能力。	
	13		熟悉舞作中的動作、拍子和位置關係。	
14	舞姿學習	以圖文方式介紹不同位置上的 Arabesque 並在校訂課程中延續此練習。		

	15	跳躍與流動	以把杆為輔助進行 Glissade & Assemblé 分解動作練習，著重於腳掌經由 Tendu 延伸至離地跳躍。
	16		
	17		Sauté 組合與 Pas Chassé。
	18	小組考核	分組檢視並觀摩學習同學的動作。
	19	影片檢視	透過分組錄影來清楚檢視在動作中身體擺放的位置，發現自己和同學的優缺之處並記錄。
	20	芭蕾舞作賞析	認識浪漫芭蕾的時代背景、服裝及音樂的使用，具先備知識後在芭蕾舞校訂課程中欣賞舞劇片段。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 40 % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
	2. 平時/歷程評量：比例 60 % ☒ 口頭發表 ☒ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
備註			

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☐ 三年級 ☐ 四年級 ☒ 五年級 ☐ 六年級			
授課學期	☐ 第一學期 ☒ 第二學期		授課節數	每週 1 節
學習目標	1. 聆聽音樂並協調搭配身體各部位，展現連貫流暢的肢體動作。 2. 加強肌力訓練，使肢體更具延展性和穩定性。 3. 透過同儕互相觀摩，從中學習欣賞他人與修正自身動作。 4. 能以術語或圖像紀錄舞蹈動作。 5. 能應用課堂舞蹈動作元素進行舞蹈創作探索。			
學習重點	學習表現		學習內容	
	舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。 舞才Ⅲ-C1 了解國內外不同舞蹈類型發展特色。 舞才Ⅲ-S2透過引導，分組進行動作的發想、探索及呈現。		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-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-C1-1國內外不同舞蹈類型的起源與發展。 舞才Ⅲ-S2-1舞蹈不同元素的整合及運用。	
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	快慢掌控	把杆動作 Battement Jeté 中加入 Pas De Chavel 和 Piqué，訓練腿部的收縮外展。	
	2			
	3	身體中軸線	Passé & Retiré 加入 1/4 turn，練習從雙腿的重心快速轉換成單腿支撐的能力。	
	4			
	5	平衡練習	Center 套組加入 Relevé 練習和轉圈頭部練習，為 Pirouette 做準備。	
6				

	7	重心掌控練習	在 Center 的組合中帶入雙腿平衡(Relevé)、斜線 Pas De Bourrée 連續轉換的重心。
	8	空間與流動	Center 的 Sauté、Echappe Sauté 組合和 Glissade 動作。
	9		
	10	身體穩定與平衡練習	在 Center 的組合中帶入雙腿平衡(Relevé)、Soutenu 練習雙腿旋轉時能掌握重心的能力。
	11		平腳板 Retiré，訓練快速轉移到單腿支撐的能力。
	12		
	13		Pas De Bourrée，連續動作中踮立重心轉換的練習。
	14		
	15		
	16	組合編創—肢體語彙探索與音樂選用	運用課堂所學動作進行分組的組合編創(提供指定音樂，無須做隊形變化)。
	17		小組練習與教師指導。
	18		
	19	小組考核與展現	分組檢視並觀摩學習同學的動作與編創能力。
	20	芭蕾舞作賞析	認識古典芭蕾的時代背景、服裝及音樂的使用，具先備知識後將在芭蕾舞校訂課程中欣賞舞劇片段。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 40 % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他： 2. 平時/歷程評量：比例 60 % ☒ 口頭發表 ☒ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
備註			

四、六年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾舞		
	英文名稱	BALLET		
授課年段	☐ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☒ 六年級			
授課學期	☒ 第一學期 ☐ 第二學期		授課節數	每週 1 節
學習目標	1. 能正確配置身體各部位，展現修長的身體線條與穩定掌控身體。 2. 能以文字紀錄動作，並說出動作術語，且清楚其動作質地。 3. 能表現跳躍動作的敏捷與協調性。 4. 透過同儕互相觀摩，從中學習欣賞他人與修正自身動作。 5. 熟稔課堂舞蹈動作，流暢的完成連串組合。			
學習重點	學習表現		學習內容	
	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-K1 認識舞蹈基本元素。 舞才Ⅲ-L1主動參與藝文展演活動。		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-P3-1積極參與群體活動：含舞蹈創作與排練等。 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-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。
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	1	身體的基本姿勢	以圖文方式呈現離把的基本姿勢，清楚頭部、兩肩、上身與腳部的身體結構搭配。
	2		Effacé devant、Effacé derrière、Ecarté derrière 身體姿勢的運用。
	3	鐘擺動作	講解 En Cloche 的動作要點與身體搭配。
	4	快慢練習	把杆組合 Frappé，練習固定單一部位的同時運作其他身體部位。
	5		
	6	身體穩定與平衡練習	Center 的 Battement Tendu 和 Grand Battement 組合融合，訓練重心的控制拿捏與核心的使用，為大跳做準備。
	7		
	8	成果發表會展演練習	舞作曲目欣賞與劇情介紹以清楚角色表現的定位。
	9		將上學期所學動作實作於舞作中。
	10		熟悉已編排動作並學習新的芭蕾舞姿。
	11		了解動作和拍子、旋律間的關係。
	12		建立自己和夥伴的相對位置與舞台空間的覺察能力。
	13		熟悉舞作中的動作、拍子和位置關係。
	14	跳躍練習	Assemblé、Glissade、Pas De Chat 單一動作練習。
	15	空間與流動	在 Center 完成 Glissade 和 Pas De Chat 組合、和 Sauté 組合。
	16		
	17		流動動作 Pas De Bourree & Grand Jeté。
	18		
	19	小組考核與展現	分組檢視並觀摩學習同學的動作。
	20	影片檢視	透過分組錄影來清楚檢視在動作中身體擺放的位置，發覺自己和同學的優缺之處並記錄。
學習評量	1. 定期/總結評量：比例 <u>40</u> % ☐ 口頭發表 ☐ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他： 2. 平時/歷程評量：比例 <u>60</u> % ☒ 口頭發表 ☒ 書面報告 ☐ 作業單 ☐ 作品檔案 ☒ 實作表現 ☐ 試題測驗 ☒ 課堂觀察 ☐ 同儕互評 ☐ 其他：		
備註			

課程名稱	中文名稱	芭蕾
	英文名稱	BALLET

授課年段	☐ 三年級 ☐ 四年級 ☐ 五年級 ☒ 六年級		
授課學期	☐ 第一學期 ☒ 第二學期		授課節數 每週 1 節
學習目標	1. 在課程學習中能精進自我對芭蕾舞動的掌握能力，連貫流暢且自信的展現肢體。 2. 能理解並說出動作術語，且清楚其動作質地與要求。 3. 透過同儕互相觀摩，從中學習欣賞他人與修正自身動作，學習互助的重要精神。 4. 能應用課堂舞蹈動作元素進行舞蹈創作探索，學習領導者的角色與培養溝通協調之能力。		
學習重點	學習表現		學習內容
	舞才Ⅲ-P2運用媒材呈現舞句形式。 舞才Ⅲ-P3 主動與群體合作。 舞才Ⅲ-K1 認識舞蹈基本元素。 舞才Ⅲ-S2透過引導，分組進行動作的發想、探索及呈現。		舞才Ⅲ-P2-1舞蹈動作元素與節奏旋律的結合。 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-P3-2舞蹈作品呈現及觀察。 舞才Ⅲ-K1-2舞蹈創作與基本元素的運用概念。 舞才Ⅲ-S2-1舞蹈不同元素的整合及運用。
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	1	身體穩定與平衡練習	Center 的 Adagio 組合放入 Grand Plié，練習上下過程中身體的穩定性，並著重於呼吸和動作、音樂的搭配。
	2		
	3		
	4	旋轉練習	Retiré 平腳板與踮立練習。
	5		Passé & Retiré 加入 1/4+1/2 turn。
	6		
	7	統整動作組合練習	把杆動作從 Warm up、Plié、Tendu、Jeté、Rond De Jambe、Frappé、Grand Battement 依序練習，在芭蕾舞校訂課程中進入 Center 組合訓練。
	8		
	9		
	10	小品編創—肢體語彙探索與音樂選用	運用課堂所學動作進行分組的組合編創(可自行選擇音樂類型和增添隊形變化，練習如何運用空間軌跡)。
	11		
	12		
	13	小組階段呈現	教師與同學在觀摩後相互探討並給予各組別建議，提供編創時更多的思考方向。
	14	小品修改與調整	依照建議相互討論來調整作品並加以練習。
	15		
	16	小組練習	各組練習、教師檢視與指導作品。
	17	小組考核與展演	分組檢視且透過同儕間相互評量，觀摩與欣賞同學的動作和編創能力。
	18	學期總回顧	分享四年中的學習經歷及未來目標展望。

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