臺中市立豐陽國民中學

115學年度
藝術才能舞蹈班課程計畫

中華民國115年05月07日

目　　次

- 學校基本資料表 01
- 課程計畫內容

壹、依據 02

貳、藝術才能舞蹈班教育理念 03

參、藝術才能舞蹈班現況 03

一、藝術才能舞蹈班課程發展小組/學校課程相關組織 04

二、藝術才能舞蹈班當年度班級、學生及教師配置情形 05

三、前一學年度課程計畫審查意見及調整說明 06

四、設備與資源概況 07

肆、藝術才能舞蹈班總體課程規劃 09

一、藝術才能舞蹈班總體課程規劃表 09

二、課程目標與架構 12

伍、藝術才能專長領域課程總表 20

陸、藝術才能專長領域科目教學大綱 29

柒、附錄 69

附錄一：藝術才能舞蹈班課程發展小組組織要點 78

附錄二：藝術才能舞蹈班課程工作小組會議紀錄 71

附錄三：臺中市立豐陽國中114學年度課程發展委員會議資料(尚未開會 ...73

學校基本資料表

<table>
<tr><td>學　校
名　稱</td><td colspan="2">臺中市立豐陽國民中學</td><td>全校班級數</td><td colspan="2">普　　通　　班：16班
藝術才能美術班：3 班
藝術才能美術班：3 班
體　　育　　班：3 班
技　藝　專　班：1 班
合　　計：26 班</td></tr>
<tr><td>學　校
地　址</td><td colspan="5">420臺中市豐原區朝陽路33號</td></tr>
<tr><td>藝才班
班　別</td><td colspan="5">□ 音樂班　　□ 美術班　　☑ 舞蹈班
□ 其他 _____班</td></tr>
<tr><td>班　級
學生數</td><td colspan="5">七年級 14 人，八年級 10 人，九年級 10 人，
總　計 34 人。</td></tr>
<tr><td>專長領域
每週節數</td><td colspan="5">七年級 9 節，八年級 9 節，九年級 9 節。</td></tr>
<tr><td rowspan="4">聯絡人</td><td>處　　室</td><td>輔導室</td><td>職　　稱</td><td colspan="2">藝才專責</td></tr>
<tr><td>姓　　名</td><td>閻承郁</td><td>電　　話</td><td colspan="2">（04）25203470 #562</td></tr>
<tr><td>行動電話</td><td>0939-215171</td><td>傳　　真</td><td colspan="2">（04）25203824</td></tr>
<tr><td>E-mail</td><td colspan="4">t22138@fyjhs.tc.edu.tw</td></tr>
<tr><td>校長
核章</td><td colspan="2"></td><td>核章
日期</td><td colspan="2">年　　月　　日</td></tr>
<tr><td rowspan="2">審查
結果</td><td>初審</td><td colspan="4">□ 通過　　□ 修正後通過　　□ 修正後再審</td></tr>
<tr><td>複審</td><td colspan="4">□ 通過　　□ 修正後通過　　□ 修正後再審</td></tr>
</table>

臺中市立豐陽國民中學藝術才能舞蹈班課程計畫

壹、依據

一、中華民國103年11月28日教育部臺教授國部字第1030135678A 號令訂定「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」（中華民國88年6月22日教育部（88）台參字第88070457 號令訂定發布）。

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」（原名稱「高級中等以下學校藝術才能班空間設備及經費設立基準」於中華民國97年3月18日教育部台特教字第 0970038515C 號令訂定發布）。

四、中華民國108年7月18日教育部臺教授國部字第1080076485B 號令訂定「十二年國民基本教育藝術才能班課程實施規範」、「十二年國民基本教育藝術才能專長領域課程綱要」。

五、中華民國110年12月10日教育部臺教授國部字第1100160807B 號令發布「十二年國民基本教育藝術才能班課程 實施規範」及「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115年06月 日本校114學年度課程發展委員會會議通過本課程計畫(尚未開會)。

貳、藝術才能舞蹈班教育理念

一、舞蹈班教育理念

1. 培育具舞蹈藝術才能之學生，施以適性與系統化之藝術教育。
2. 提供兼備藝術本質與多元發展之課程，除強化專業素養外，也能透過專題學習課程開拓學生國際視野及運用科技資訊等能力。
3. 培養具展演、創作與鑑賞進階知能之藝術人才，提升社會藝術風氣與文化水準。
4. 提升學生之藝術能力，培養具有實作、分析、應用、鑑賞、創造等多面向之藝術基礎人才。

二、舞蹈班發展目標

1. 發掘具有舞蹈才能之學生，以培養舞蹈優秀人才。
2. 增進學生舞蹈基礎之認知，以提升舞蹈基本知識。
3. 邀請專業舞蹈教學之師資，以奠定舞蹈扎實技能。
4. 舉辦舞蹈相關展演之活動，以涵養舞蹈表演熱忱。
5. 鼓勵學生自主學習、同儕互學與團隊合作，並能理解與關心社區、社會、國家、國際與全球議題。

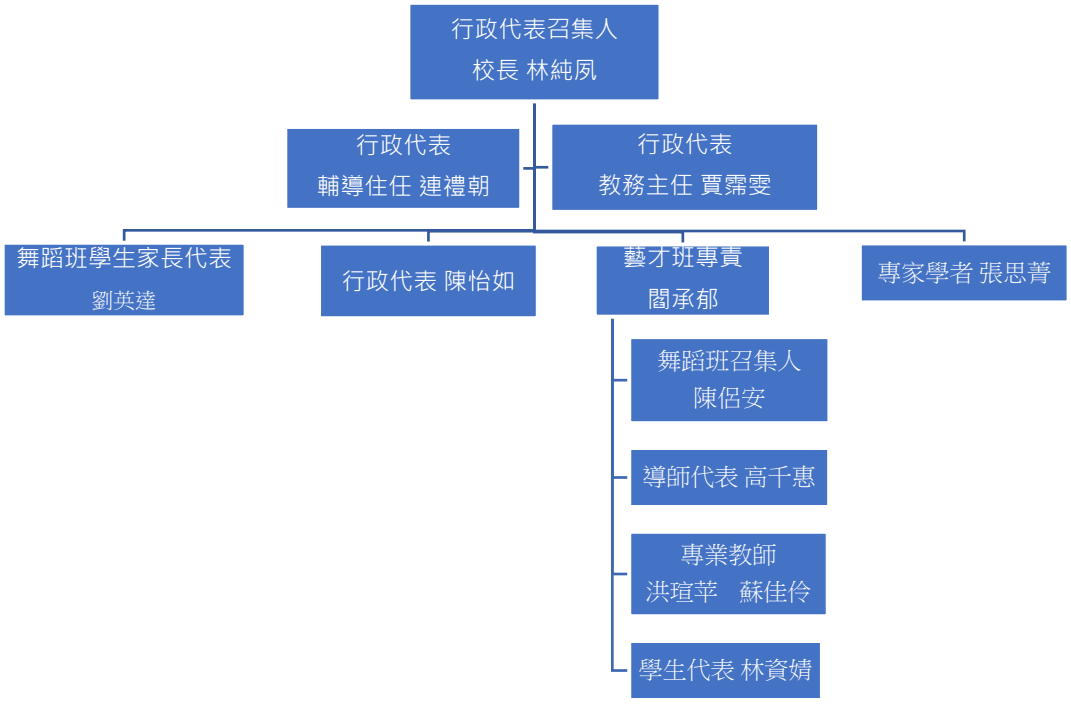
三、目標願景藍圖

參、藝術才能舞蹈班現況

一、藝術才能舞蹈班課程發展小組（含組織圖或組織任務表）

委員職稱	工作事項
校長 林純夙	綜理與督導。
輔導主任 連禮朝	綜理藝術才能班業務，溝通協調，掌握工作進程。
教務主任 賈霈雯	課程與師資規劃。
藝才班專責 閻承郁	1. 藝術才能班業務推動及活動策劃執行。 2. 擬定藝術才能班計畫、召開會議。
行政代表 陳怡如	課程安排及協調。
導師代表 高千惠	協助藝術才能班各項活動執行。 班級學生資料建置。 整合家長資源及建立聯繫管道。
舞蹈班召集人 陳侶安	1. 擬定藝術才能班課程計畫。 2. 協助推動藝術才能班課程及各項活動執行。
專業教師 洪瑄芊	1. 專業指導與教學。 2. 協助推動藝術才能班業務及各項活動執行。
專業教師 蘇佳伶	1. 專業指導與教學。 2. 協助推動藝術才能班業務及各項活動執行。
舞蹈班學生家長代表 劉英達	協助班級運作。
專家學者 張思菁	課程諮詢與輔導。
舞蹈班學生代表 林資婧	審議課程規劃及舞蹈班整體運作。

◎藝術才能舞蹈班課程發展小組組織圖



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 115 年 05月 20 日				
班級數與學生數		七年級	八年級	九年級	合計
	班級數	1	1	1	3 班
	學生數	14	10	10	34 人
	特殊生數	0	0	0	0 人
	備註				

教師編制員額	正式員額	6人			實際員額	8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				5	1	2				8 人
	具特殊教育資優類證書										0 人
	上述二者兼備										0 人
	上述二者皆無										0 人
	合計				5	1	2				8人

（一）專任教師

教師姓名	性別	專長	授課科目	學歷
陳侶安	女	現代舞	本國傳統舞蹈/現代舞/即興與創作	國立臺灣體育運動大學體育舞蹈系碩士班
蘇佳伶	女	現代舞	即興與創作/芭蕾	國立臺北藝術大學舞蹈研究所
洪瑄苹	女	現代舞	本國傳統舞蹈/現代舞	國立臺灣體育運動大學體育舞蹈系碩士班
羅清月	女	公民	公民	國立臺灣師範大學三民主義研究所
巫靜怡	女	歷史	歷史	國立臺灣師範大學歷史學系教學碩士
高千惠	女	地理	地理	國立高雄師範大學地理學系

（二）兼任教師

教師姓名	性別	專　長	授課科目	學　歷
劉翼翔	女	芭蕾	芭蕾	國立臺灣體育運動大學體育舞蹈系學士班
賴芳榆	女	中國舞	本國傳統舞蹈(身段)	國立臺灣體育運動大學體育舞蹈學系碩士班

三、前一學年度課程計畫審查意見及調整說明

114學年度計畫審查意見	調整說明
P.12「總體課程規劃表」中「專題學習」規劃為部定課 程，故 P.22 「藝術才能舞蹈班專長領域課程總表」中 P.24~P.31 七、八、九 舞蹈專題學習「校定」應修正為 「部定」。	已修正。
P.57《 2.中間：三起三落、探海、小射「燕」跳》請 修正為小射「雁」跳	已修正。
P.4表一缺專業教師蘇佳伶。組織圖的階層請參考光明國中稍做修改。	已修正。
P.78三的專業教師請補上人數。	已補上。

四、設備與資源概況

（一）教學設備：

類別	名稱	單位	數量	說明	備註
空間	學科教室	間	3	學科課上課地點。	
	舞蹈教室	間	2	術科課上課地點。	
	更衣室	間	5	學生更衣室	
	衛浴室	間	5	學生盥洗室	
	圖書室	間	1	藏書超過一萬五千冊，設有舞蹈班圖書專區。	
	教具室	間	1	人文與藝術領域相關課程教具、教學輔助光碟軟體完備。	
	器材室	間	1	皮拉提斯身體肌群訓練機、彈力帶、瑜珈墊、抗力球等。	
	學生活動中心	間	1	具標準舞台空間。	
教學設備	空心木板地面	間	2	空心木板地面	
	壁鏡	組	2	玻璃鏡	
	牆面的固定把杆	根	4	兩面牆面式的固定把杆。	
	舞蹈專用地墊	個	30		
	活動把杆	支	6		
	運動保 護墊	個	7	聚合墊	
	立體音響	台	2		
	CD 播放器	台	2		
	DVD 放影機	台	2		
	升降投影幕	台	2	電動升降式投影幕	
	鼓	個	4	康加鼓（2大2小）	
	投影機	台	2		
	電子琴	台	1		
	筆記型電腦	台	2		
其他設備	攝影機	台	2		
	相機	台	1		
	除濕機	台	8	多功能，可清淨空氣跟除濕。	
社區	葫蘆墩文化中心	間	1	每年度之「豐陽雩舞・天籟美聲」音樂舞蹈展演使用。	
	台中歌劇院	間	1	定期邀請相關藝術家到校舉辦講座或工作坊。	

（二）教學資源

1.內部資源：

情意探索	1. 專長課程的美感陶冶、加強藝術教育欣賞與實作。 2. 透過多元化活動培養創造力，進行自我了解、建立自信與領導能力。
多元課程	1. 優異師資陣容及合作團隊，建立充滿創意、想法的教學特色。 2. 學術並重的教育環境，讓學生皆能銜接高中職適性教育。 3. 透過藝術活動的參訪，讓學生對未來舞蹈生涯規劃更有想法。 4. 搭配學校活動，於校慶期間舉辦成果學習展，每年六月於「豐陽雩舞．天籟美聲」音樂舞蹈展演中辦理聯展。

2.外部資源：

職業試探	1. 邀請專家學者為舞蹈班家長及學生演說，讓親師生都能做好生涯規劃與親職的角色。 2. 透過高中職舞蹈相關科系之參訪活動，幫助學生試探與規劃生涯。
社區參與	1. 善用社區資源，藉由與各高中職舞蹈班的交流及台中歌劇院參訪導覽，互相資源分享。 2. 利用在地場館（葫蘆墩文化中心）辦理展演活動，提供學生自我展現的機會。 3. 藉由參與社區活動，如豐原區公所辦理「校園之音，樂在豐原」活動、豐原慈濟宮祈福繞境活動等，讓學生累積舞台經驗，並讓藝術與人文關懷注入社區之中。

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

領域/科目（每週節數）				年級			第七學年	第八學年	第九學年
				音樂	美術	舞蹈			
部定課程	領域學習課程	語文	國語文	4-5	4-5	4-5	4	4	4
			本土語文/台灣手語	1	1	1	1	1	0
			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	2	0	0
			理化				0	2	2
			地球科學				0	0	1
		藝術	音樂	1	1	1	1	0	1
			視覺藝術				0	1	0
			表演藝術				0	0	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/體育	3	3	1	1	1	1
	藝術才能專長領域		芭蕾	6	6	7	2	2	2
			現代舞				2	2	2
			本國傳統舞蹈				2	2	2
			專題學習				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	2	2	2
		統整性主題/專題/議題探究課程	團體活動	0-1	1-2	1-2	0	0	0
		社團活動與技藝課程					○	○	○
		其他類課程	自治活動				1	1	1
			葫蘆墩圳巡禮				1	1	1
學習總節數				32-35	32-35	32-35	35	35	35

二、課程目標與課程架構

（一）課程目標

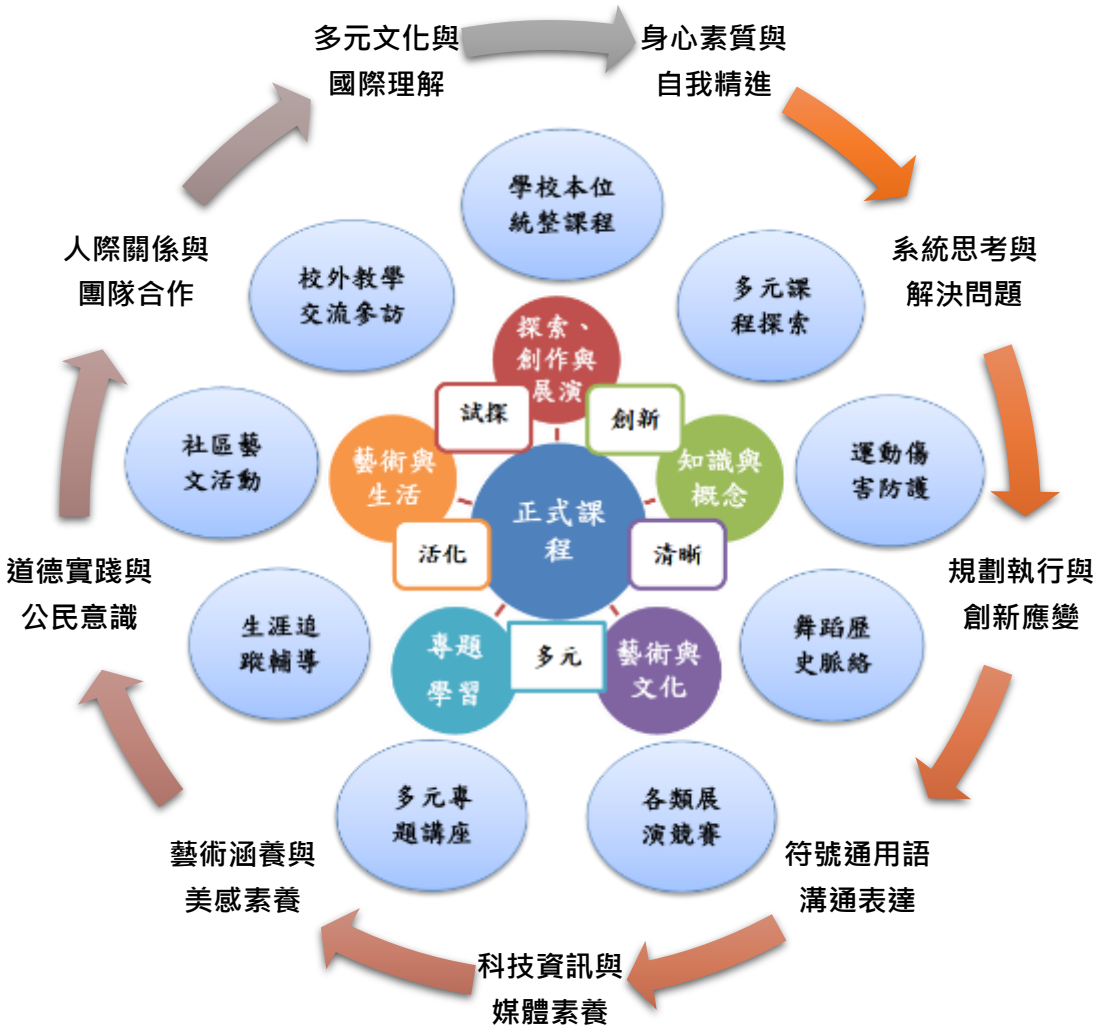
本校舞蹈班教學目標期望學生透過舞蹈的基礎訓練、認識各種舞蹈類型的肢體表現，培養欣賞各種舞蹈的美，促進身心均衡發展，並將其融入生活中，產生美感經驗，並由內而外影響其對人性的關懷與慈愛，進而影響其品格的修練，培養互助、合作、負責、團結等精神。

課程 年級	芭蕾	現代舞	本國傳統舞蹈	即興與創作	舞蹈專題學習
七年級	1.開發學生們對芭蕾的興趣，並培養學生正確的學習觀念。 2.教導學生從事正確的舞蹈基本動作，進而培養學生對舞蹈的欣賞能力。	1. 開發學生們對現代舞蹈的興趣，並培養學生正確的學習觀念。 2. 指導學生從事正確的舞蹈動作，進而培養學生的韻律感及擴展動作領域。	1. 培養學生對傳統舞蹈的興趣，並能養成互助合作等良好學習態度。 2. 培育學生具有中國舞蹈基本動作技巧。 3. 引導學生對臺灣本土藝陣文化與在地文化之了解。 4. 基本運動傷害與保健知識與概念。	1.培養表現與創造的能力，以及積極創新的精神，表現自我的特質。 2.運用各種肢體動作，表達個人思想、情感激發身體動作潛能。	1.認識戲劇、表演藝術的種類。 2.認識劇場藝術內涵。 3.藉由實作經驗，了解劇場的基本知識與技能。 4.透過表演體會人際的情感與關懷。

八年級	1.增進學生們對芭蕾舞蹈基本動作的組合能力。 2.促進身心均衡發展，以保持身體健康。 3.增進舞蹈技能發展。	1. 了解舞蹈動作的形式及結構。 2. 增進舞句的組合能力與表現能力。	1. 引導學生了解傳統舞蹈手、腳及腰腿的動作要領。 2. 培養學生對臺灣原住民文化的了解。 3. 培養「美」的情操、傳達與享受樂趣。 4. 基本運動傷害與保健知識與概念。	1.提升個人敏銳度及對時間、空間、重量質感與對他人關注。 2.綜合運用舞蹈相關知識與技能，培養創作能力。	1. 認識劇場演出時所需之幕後準備工作，如舞台設計、燈光、服裝及化妝等基本常識與概念。 2. 體會分工合作在劇場工作的重要性。
九年級	1.培養典雅、優美及柔和之芭蕾特質的欣賞能力。 2.增進芭蕾小品模仿、編舞及演出能力。 3.簡易芭蕾之運動傷害的急救與防護。 4.認識古典芭蕾的歷史發展及作品欣賞。	1. 強調理論與技術並重，培養學生具有健全的舞蹈觀念與技巧。 2. 培養學生能運用現代舞不同派別之技巧。	1. 培養優美的姿勢及體態。 2. 培養互助、合作、負責、服從、守法的精神。 3. 培養傳統舞蹈的創作能力。 4. 對不同族群的文化與特色之體驗。	1. 擴大動作領域，發展優美而具有個性的動作。 2. 培養互助、合作、團結、負責等團隊精神。提高審美意識，培養創造能力。	1.擁有表演藝術之展演籌畫的概念與技能。 2.具備簡單海報設計與影音剪輯之能力。 3.藉由實作經驗發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 4.了解當代藝術之趨勢並如何與科技結合。

（二）課程架構

為落實十二年國民基本教育課程之理念與目標，舞蹈班課程發展茲以「核心素養」三面九項為設計主軸，讓學生不只局限於學科知識及技能的學習，並能將學習與生活結合，透過更多的實踐力行而彰顯學習者的全人發展。



（三）課程學習重點與內容

（1）舞蹈專業術科

課程 / 年級 / 學期		芭蕾	現代舞	本國傳統舞蹈	即興與創作	舞蹈專題學習
七年級	上學期	(一)認知 1.認識身體肌肉的結構 2.芭蕾起源淺述 3.與芭蕾伶娜的邂逅 (二) 技能 1.站姿的調整 2.五個足部基本位置 3.髖關節外旋(Turn out)練習 4.繃直開立之原理 5頭部之基本位置	(一)認知 1.認識現代舞的起源 2.認識現代舞大師：瑪莎·葛蘭姆 (二)技能 1.身體中心線(Alignment)訓練 2.延展(Release)練習 3.收縮(Contraction)練習 4.加強各部位柔軟度訓練	(一)認知 1.認識手位舞姿 2.認識腳位及站步位置 3.認識傳統舞蹈發展歷程 4.了解葫蘆墩文化在地風情 5.運動傷害與保健 (二)技能 1.手姿與腳位單一動作練習 2.體態柔軟度訓練 3.體驗農民犁田、插秧、收割、豐收等意象動作 (三)情意 培養學生關懷在地情懷，涵養人文精神	(一)認識即興與創作的發展與概念 (二)認識自己的身體 (三)即興元素練習 1.時間 2.空間 (四)身體潛能探索	(一)認知 認識戲劇、表演藝術的種類。 2.認識劇場藝術內涵。 (二)技能 能運用台灣北中南專業劇院網路平台做資訊搜尋。 (三)情意 透過表演體會人際的情感與關懷。
	下學期	(一)認知 1.認識身體肌肉的使用 2.認識芭蕾三大舞劇 (二) 技能 1.足部位置與手位之運行 2.身體方位 3.平衡與延展練	(一)認知 1.認識臺灣現代舞團體－雲門舞集 2.藝術家專題講座 (二)技能 1.核心肌群訓練 2.呼吸的運用 3.平衡與穩定練	(一)認知 1.認識基本暖身概念 2.認識本國傳統藝陣之起源 (二)技能 1.腿部動作訓練 2.腰部動作訓練 3.肌力訓練 4.傳統車鼓陣之	(一)認識自己的身體 (二)即興元素練習 1.模仿 2.人體雕塑 (三)身體潛能探索	(一)認知 1. 認識辦一場展演的籌備與規劃的基本概念。 2. 藉由實作經驗，了解劇場的基本知識與技能。

		習	習 4.動作與節奏的概念	舞步練習		(二)情意 1. 透過分組活動，培養與人溝通、協調與合作之能力。 2. 以開放的態度接受他人的意見，並能自我調整。
八年級	上學期	(一) 認知 1.芭蕾之運動傷害的急救與防護 I 2.認識當代芭蕾的起源 (二)技能 1.大舞姿基本類型練習 2.重心的保持與移轉訓練 3.跳躍動作練習	(一)認知 1.認識簡易運動傷害防護 2.認識現代舞技巧之流派特色： ＊葛蘭姆技巧 ＊韓福瑞技巧 ＊李蒙技巧 單一動作串聯 (二)技能 1. 強化核心肌群 2. 強化腿部肌肉 3. 重心轉移 4. 跳躍練習	(一)認知 1.認識傳統舞蹈漢、唐舞樂之特色2.認識民族舞蹈身韻之美 (二)技能 1.控制練習 2.跳躍練習 3.轉練習 4.國劇武功舞姿動作組合練習	(一)即興元素練習– 點、線、面 (二)即興元素的組合運用與變化 (三)身體潛能探索	(一)認知 1. 認識舞台幕後設計工作的認知與共同創作。 2.了解舞台設計的基本常識與概念。 3.認識舞台燈光之特性及舞台上的多元應用。 (二)情意 透過與人合作，從共識中完成集體創作。
	下學期	(一) 認知 1.國內外知名芭蕾舞團介紹 (二)技能 1.基本動作組合 2.軸轉動作練習 3.大跳(Grand allegro) 單一性動作練習	(一)認知 1.臺灣現代舞起源與發展 2.藝術家專題講座 (二)技能 1. Swing 練習 2 .控制力訓練 3.動作連貫練習	(一)認知 1.傳統舞蹈文舞與武舞的區分 2.認識基本暖身概念及運動傷害之防護 3.認識臺灣原住民文化及舞蹈特色 (二)技能 1.腿部肌力開度訓練 2.控制與平衡訓	(一)即興元素練習 1.力量 2.大小 3.方向 (二)即興元素的組合運用與變化 (三)環境舞蹈 (四)身體潛能探索	(一)認知 1. 認識劇場演出時所需之幕後準備工作。 2. 學習舞台妝的基本常識與服裝設計之概念。 (二)技能 1. 了解化妝的基本程序及畫出基礎的舞台妝。

				練 3.跳躍力與爆發力練習 4.傳統舞蹈動作組合、串聯 5.臺灣阿美族竹竿舞之練習		2. 能針對主題設計簡易的服裝造型。 (三)情意 能體會分工合作在劇場工作的重要性。
九年級	上學期	(一)認知 1.芭蕾之運動傷害的急救與防護 II 2.認識《柯碧莉亞》故事起源及舞蹈特性 (二)技能 1.控制(Adagio)動作練習 2.小跳(Petit Allegro)動作練習 3.單一及複合性動作組合練習	(一)認知 1.認識肌肉正確使用與運動傷害與防護 2.認識後現代舞之發展與特色 (二)技能 1.動作組合串聯 2跳躍組合練習 3.動作質地訓練	(一)認知 1.國劇身段的特色 2.經典劇作之賞析 3.認識少數民族《東北秧歌》文化與特色 4.運動傷害急救與處理 (二)技能 1.手眼身法步練習 2.國劇武功動作訓練 3.身段動作技巧訓練 4.《東北秧歌》小品練習	(一)人與物的探索及應用 (二)舞蹈與音樂的結合應用 (三)主題式即興表現	(一)認知 擁有表演藝術之展演籌畫的概念與技能。 (二)技能 1.藉由實作經驗發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 2.具備簡單海報設計與影音剪輯之能力。 (三)情意 藉由分組互動培養與人溝通協調與合作之能力。
	下學期	(一)認知 1.認識古典芭蕾的歷史發展及作品欣賞 (二)技能 1.控制(Adagio)/轉(Pirouette)/小跳(Petit Allegro)動作練習 2.複合性動作組合練習	(一)認知 1.認識當代藝術的發展風格 (二)技能 1.動作組合串聯 2.小品學習 3.創作性練習	(一)認知 1.認識少數民族舞蹈 ＊傣族民族風情 (二)技能 1.武功技巧組合練習 2.身段技巧組合練習 3.傣族舞步練習與組合創作	(一) 舞蹈結構與舞蹈元素的應用 (二) 創作呈現 (三) 認識臺灣舞蹈創作者及作品欣賞	(一)認知 1.對於表演藝術之展演籌畫的歷程有更精進的概念與技能。 2.了解當代藝術之趨勢並如何與科技結合。 (二)技能 藉由實作經驗

		3.小品練習				發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 (三)情意 以開放的態度接受他人建議並能自我調整。

（2）舞蹈藝術涵養：

1.探索、創作與展演

＊舞蹈術科課程

＊「豐陽雩舞・天籟美聲」音樂舞蹈展演

＊參與校內外藝術相關活動

＊校內舞蹈創作呈現

＊校內外示範宣導演出

2.知識與概念

＊融入舞蹈術科課程

＊舞蹈運動傷害與防護

3.藝術與文化

＊融入舞蹈術科課程

＊舞蹈歷史發展脈絡與當代舞蹈文化

4.藝術與生活

＊觀賞藝文表演

＊舞蹈學校參訪交流

＊參與學校及社區藝文活動

5.專題學習

＊探索國內、外的表演藝術團隊與舞蹈家

＊邀請旅外表演藝術者分享工作經驗

＊配合術科課程專題學習與探討：（七年級 葫蘆墩圳巡禮、台灣藝陣文化）

（八年級 台灣阿美族文化探討與舞蹈體驗）

（九年級 古典芭蕾舞蹈特色探討與小品學習）

＊了解簡易運動傷害與保健知識與概念。

（四）舞蹈專長課程配當表

科目/年級	七年級(上)	七年級(下)	八年級(上)	八年級(下)	九年級(上)	九年級(下)
芭蕾	2	2	2	2	2	2
現代舞	2	2	2	2	2	2
本國傳統舞蹈	2	2	2	2	2	2
即興與創作	2	2	2	2	2	2
專題學習	1	1	1	1	1	1
總級數	9	9	9	9	9	9

（五）教學評量

（1）評量原則

1.教學評量應採公正且適性之原則，兼顧認知、技能與情意等面向，運用檔案評量及多元評量之方式。

2.教學過程應兼顧形成性評量與總結性評量，並將學生之學習態度、學習動機及學習行為納入評量範圍。

3.教學評量之結果應妥為運用，以作為學生輔導、教學改進及課程發展之依據。

4.評量八大原則：

（2）評量要點

1.依據藝術才能舞蹈班課程基準知表現標準，訂定相對應之教學目標與能力指標。

2.每學期依各科課程計畫單元教學目標內容設定評量要點，檢視學習成果。

（3）評量方式

1.採計段考成績、平時表現及書面報告等方式。

2.學期末，每位術科教師針對學生學習狀況給予評析和指導。

（六）表現標準

教材內容綱要	優	良	可	需努力
1.探索、創作與展演：舞句、作品探 索與欣賞教學	1. 能以創意之動作回應教師指令。	1. 尚能以創意之動作回應教師指令。	1. 僅能以動作回應教師指令。	1. 未能以動作回應教師指令。
	2. 能以流暢之舞句(phrase)表現創作之意念(image)。	2. 尚能以流暢舞句(phrase) 表現創作之意念(image)。	2. 僅能以舞句(phrase)表現創作之意念(image)，欠缺流暢性。	2. 未能以舞句(phrase) 表現創作之意念(image)。
	3.擅於應用多元媒材進行舞蹈基本形式的探索。	3.能應用媒材進行舞蹈基本形式的探索。	3.僅能進行舞蹈基本形式的探索。	3.未能進行舞蹈基本形式的探索。
	4.能呈現結構完整之舞蹈作品：主題明確、富創意。	4.舞蹈作品結構完整，缺乏創意。	4.舞蹈作品結構未臻完整，缺乏創意。	4.舞蹈作品結構鬆散，缺乏創意。
	5.積極參與分組創作與演示，清晰表達自我見解，並能接受他人建議。	5.參與分組創作與演示，接受他人建議，但未能清晰表達個人見解。	5.參與分組創作與演，不擅於發表意見或接受他人建議。	5.被動參與分組創作與演示，不願發表意見與接受人任何建議。
2.知識與概念：(1)涵育舞蹈專業技能與素養	1.能善用身體基本動能，熟練、流暢掌握舞蹈技法。	1.能使用身體基本動能，熟練掌握舞蹈技法。	1.不善使用身體動能，未能掌握舞蹈技法。	1.無法使用身體動能，未能掌握舞蹈技法。
	2.明確掌握舞蹈動作之律動感與特色，極具表現力。	2.能掌握蹈動作之律動感與特色並具表現力。	2.尚可掌握舞蹈動作之律動感，欠缺表現力。	2.未能掌握舞蹈動作之律動，未具表現力。
	3.完整呈現各類型舞蹈小品，流暢展現其形式與特色。	3.能呈現各類型舞蹈小品，未能流暢展現其形式與特色	3.僅能呈現部分類型舞蹈小品，無法完整流暢展現其形式與特色。	3.缺乏完整展現舞蹈小品之能力。
(2) 舞蹈運動傷害與防護之基本知能與應用	1.能正確瞭解身體結構之基本概念。	1.尚可正確瞭解身體結構之基本概念。	1.僅能瞭解部分身體結構之基本概念。	1.未能瞭解身體結構之基本概念。
	2.充分瞭解舞蹈	2.尚能瞭解舞蹈	2.僅能理解部分	2.未能理解舞蹈

	運動傷害之基本理論。	運動傷害與防護之基本理論。	舞蹈運動傷害急救與防護之基本理論。	運動傷害急救與防護之基本理論。
	3.能正確應用舞蹈運動傷害之基本急救技能。	3.尚能應用舞蹈運動傷害之基本急救技能。	3.僅能應用部分舞蹈運動傷害之基本急救技能。	3.未能應用舞蹈運動傷害之基本急救技能。
3.藝術與文化：舞蹈歷史發展脈絡與當代舞蹈文化	1.能介紹三種臺灣當代舞蹈類別之發特色與代表人物。	1.能介紹二種臺灣當代舞蹈類別之發展特色與代表人物。	1.能介紹一種臺灣當代舞蹈類別之發展特色與代表人物。	1.無法完整介紹一種臺灣當代舞蹈類別之發展特色與代表人物。
	2.充分瞭解舞蹈歷史之起源與發展，並予以不同文化的認同、尊重與關懷。	2.頗能瞭解舞蹈歷史之起源與發展，並予以不同文化的認同、尊重與關懷。	2.僅能瞭解部份舞蹈歷史之起源與發展，並予以不同文化的認同、尊重與關懷。	2.無法完整瞭解舞蹈歷史之起源與發展。
4.藝術與生活：參與藝文活動與多元藝術交流	1.積極參與藝文活動，瞭解其特色與發展現況，並提出見解。	1.尚能參與藝文活動，瞭解其特色與發展現況，並提出見解。	1.僅能參與部分藝文活動，無法瞭解其特色與發展現況。	1.甚少參與藝文活動，無法完整瞭解其特色與發展現況。
	2.積極參與本土與國際性藝文交流活動。	2.經常參與本土與國際性藝文交流活動。	2.僅參與本土或國際性藝文交流活動。	2.甚少參與本土或國際性藝文交流活動。
5.專題學習：舞蹈與藝術專題探究	1.能自主選擇表演藝術相關主題、蒐集資料、觀察、應用與描述其探索歷程。	1.能選擇表演藝術相關主題、蒐集資料、觀察、應用與描述其探索歷程。	1.能選擇表演藝術相關主題、蒐集資料、觀察與應用，未能描述其探索歷程。	1.未能選擇表演藝術相關主題、蒐集資料、觀察、應用與描述其探索歷程。

伍、藝術才能舞蹈班專長領域課程總表

一、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	十二年國教核心素養之融入	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 ■七年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	芭蕾	1.認識身體肌肉的結構 2.了解芭蕾起源淺述 3.與芭蕾伶娜的邂逅 4.站姿的調整 5.五個足部基本位置 6.髖關節外旋(Turn out)練習 7.繃直開立之原理 8.頭部之基本位置 9.認識簡易的運動傷害與防護	2	舞才IV-K1 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	1. 國際教育國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 2. 品德教育品J2 重視群體規範與榮譽 。	講述法 合作學習 實作 分組教學 討論法 問題解決教學	■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：
□第四學習階段 ■七年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	現代舞	1.認識現代舞的起源 2.認識現代舞大師： 瑪莎·葛蘭姆 3.身體中心線(Alignment)訓練 4.延展(Release)練習 5.收縮(Contraction)練習 6.加強各部位柔軟度訓練	2	舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	1. 品德教育品J2 重視群體規範與榮譽。 2. 國際教育國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	講述法 討論法 問題解決教學法 合作學習法 實作教學法 分組教學法	■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：
□第四學習階段 ■七年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	本國傳統舞蹈	1.認識手位舞姿 2.認識腳位及站步位置 3.認識傳統舞蹈發展歷程 4.了解葫蘆墩文化在地風情 5.運動傷害與保健 6.手姿與腳位單一動作練習 7.體態柔軟度訓練 8.跑圓場練習 9.體驗農夫耕作犁	2	舞才IV-S1 舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	2. 多元文化教育 多J11 增加實地體驗與行動學習，落實文化實踐力。	講述法 合作學習 實作 分組教學	■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：

			田、插秧、收割 、豐收等意象動作						
□第四學習階段 ■七年級/上學期	□部定課程/部定必修 ■校訂課程	即興與創作	(一)認識即興與創作的發展與概念 (二)認識自己的身體 (三)即興元素練習 1.時間 2.空間 (四)身體潛能探索	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-A3 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	1. 品德教育 品J7 同理分享與多元接納。 2. 閱讀素養教育 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己的想法。	講述法 專題研究 媒體融入教學 討論法 實作 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■七年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	舞蹈專題學習	1.認識戲劇、表演藝術的種類。 2.認識劇場藝術內涵。 3.透過表演體會人際的情感與關懷。 4. 了解台灣北中南專業劇院網路平台資訊與運用。	1	舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1 舞才IV-S1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	1. 多元文化教育 多J11 增加實地 體驗與行動學習，落實文化實踐力。	講述法 專題研究 媒體融入教學 實作 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■七年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	芭蕾	1.認識身體肌肉的使用 2.認識芭蕾三大舞劇 3.足部位置與手位之運行 4.身體方位 5.平衡與延展練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	1. 國際教育 國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 2. 安全教育 安J11 學習創傷救護技能。	講述法 實作 分組教學 討論法問題解決教學 專題研究 媒體融入教學	■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：
□第四學習階段 ■七年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	現代舞	1.認識臺灣現代舞團體—雲門舞集 2.核心肌群訓練 3.呼吸的運用 4.平衡與穩定練習 5.動作與節奏的概念	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	閱讀素養教育閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自	講述法 討論法 問題解決教學法 實作教學法 分組教學	■校內專任 ■單科 □跨科目 □跨領域 □校外兼任

			6.藝術家專題講座				己的想法。	法 專題研究 媒體融入教學	□大學教師 □專業人員 □其他：
□第四學習階段 ■七年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	本國傳統舞蹈	1.認識基本暖身概念 2.認識本國傳統藝陣之起源 3.腿部動作訓練 4.腰部動作訓練 5.肌力訓練 6.傳統車鼓陣之舞步練習	2	舞才IV-S1 舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C1 J-C2	多元文化教育多J11 增加實地 體驗與行動學習，落實文化實踐力。	講述法 合作學習 實作 分組教學 專題研究 媒體融入教學	■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：
□第四學習階段 ■七年級/下學期	□部定課程/部定必修 ■校訂課程	即興與創作	(一)認識自己的身體 (二)即興元素練習 1.模仿 2.人體雕塑 (三)身體潛能探索	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-A3 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	1. 品德教育品J7 同理分享與多元接納。 2. 閱讀素養教育 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	講述法 專題研究 媒體融入教學 討論法 實作 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■七年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	舞蹈專題學習	1. 對辦一場展演的籌備與規劃有基本的概念。 2. 藉由實作經驗，了解劇場的基本知識與技能。 3. 透過分組活動，培養與人溝通、協調與合作之能力。 4. 以開放的態度接受他人的意見，並能自我調整。	1	舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C2 J-C3	多元文化教育多J11 增加實地 體驗與行動學習，落實文化實踐力。	講述法 專題研究 媒體融入教學 實作 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■八年級/上學期	■部定課程/部定必修	芭蕾	1.芭蕾之運動傷害的急救與防護 I 2.認識當代芭蕾的起源 3.大舞姿基本類型練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2	1. 國際教育國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學	■校內專任 ■單科 □跨科目 □跨領域

	□校訂課程		4.重心的保持與移轉訓練 5.跳躍動作練習		舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-C3	2. 安全教育 安J11 學習創傷救護技能 。	分組教學 問題解決教學法	□校外兼任 □大學教師 □專業人員 □其他：
□第四學習階段 ■八年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	現代舞	1.認識簡易運動傷害防護 2.認識現代舞技巧之流派特色： ＊葛蘭姆技巧 ＊韓福瑞技巧 ＊李蒙技巧 單一動作串聯 3. 強化核心肌群 4. 強化腿部肌肉 5. 重心轉移 6. 跳躍練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	1. 多元文化教育 多J11 增加實地體驗與行動學習，落實文化實踐力。 2. 安全教育 安J11 學習創傷救護技能 。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 實作 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■八年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	本國傳統舞蹈	1.認識傳統舞蹈漢、唐舞樂之特色 2.認識民族舞蹈身韻之美 3.控制練習 4.跳躍練習 5.轉練習 6.國劇武功舞姿動作組合練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	1. 品德教育 品J7 同理分享與多元接納。 2. 性別平等教育 性J2 釐清身體意象的性別迷思。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 合作學習 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■八年級/上學期	□部定課程/部定必修 ■校訂課程	即興與創作	(一)即興元素練習 1.身體點與線 (二)即興元素的組合運用與變化 (三)身體潛能探索	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-A3 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	1. 品德教育 品J7 同理分享與多元接納 。 2. 閱讀素養教育 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 合作學習	■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：
□第四學習階段	■部定課	舞蹈	1.認識舞台幕後設計工作	1	舞才IV-P2	J-A1 J-A2	閱讀素養教	講述法	■校內專任

■八年級/上學期	程/部定必修 □校訂課程	專題學習	的認知與共同創作。 2.認識舞台設計的基本常識與概念。 3.認識舞台燈光之特性及舞台上的多元應用。 4.能透過與人合作從共識中完成集體創作。		舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1 舞才IV-L2 舞才IV-S1	J-B1 J-B3 J-C1 J-C2	育 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	討論法 專題研究 媒體融入教學 合作學習	■單科 □跨科目 □跨領域 □校外兼任 □大學教師 □專業人員 □其他：
□第四學習階段 ■八年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	芭蕾	1.國內外知名芭蕾舞團介紹 2.基本動作組合 3.肌肉力量訓練 4.軸轉動作練習 5.大跳(Grand allegro) 單一性動作練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	生涯規劃教育 涯J3 覺察自己的能力與興趣。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 問題解決教學法	■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：
□第四學習階段 ■八年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	現代舞	1.臺灣現代舞起源與發展 2. Swing 練習 3 .控制力訓練 4.動作連貫練習 5.藝術家專題講座	2	舞才IV-S1 舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	閱讀素養教育 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■八年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	本國傳統舞蹈	1.傳統舞蹈文舞與武舞的區分 2.認識基本暖身概念及運動傷害之防護 3.認識臺灣原住民文化及舞蹈特色 4.腿部肌力開度訓練 5.控制與平衡訓練 6.跳躍力與爆發力練習 7.傳統舞蹈動作組合、串聯 8.臺灣阿美族竹竿舞之練習	2	舞才IV-S1 舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-A3 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	1. 品德教育 品J7 同理分享與多元接納。 2. 性別平等教育 性J2 釐清身體意象的性別迷思。	講述法 合作學習 實作 分組教學 專題研究 媒體融入教學	■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：

□第四學習階段 ■八年級/下學期	□部定課程/部定必修 ■校訂課程	即興與創作	(一)即興元素練習 1.力量 2.大小 3.方向 (二)即興元素的組合運用與變化 (三)環境舞蹈 (四)身體潛能探索	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-A3 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	1. 品德教育品J7 同理分享與多元接納。 2. 閱讀素養教育 閱J10主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	講述法 討論法 媒體融入教學 合作學習 實作	■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：
□第四學習階段 ■八年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	舞蹈專題學習	1. 認識劇場演出時所需之幕後準備工作。 2. 學習舞台妝的基本常識與概念及了解化妝的程序。 3. 認識服裝設計之基本概念及設計製作流程。 4. 能體會分工合作在劇場工作的重要性。	1	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-C1 舞才IV-L1 舞才IV-L2 舞才IV-S1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B3 J-C1 J-C2	閱讀素養教育 閱J10主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	講述法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 專題研究	■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：
□第四學習階段 ■九年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	芭蕾	1.芭蕾之運動傷害的急救與防護 II 2.認識《柯碧莉亞》故事起源及舞蹈特性 3.控制(Adagio)動作練習 4.小跳(Petit Allegro)動作練習 5.單一及複合性動作組合練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	1. 閱讀素養教育 閱J10主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。 2. 安全教育安J11 學習創傷救護技能。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 專題研究	■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：

□第四學習階段 ■九年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	現代舞	1.認識肌肉正確使用與運動傷害防護 2.認識後現代舞之發展與特色 3.動作組合串聯 4.跳躍組合練習 5.動作質地訓練	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C2 J-C3	1. 閱讀素養教育閱 J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。 2. 安全教育安J11 學習創傷救護技能。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 專題研究	■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：
□第四學習階段 ■九年級/上學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	本國傳統舞蹈	1.國劇身段的特色 2.經典劇作之賞析 3.認識少數民族《東北秧歌》文化與特色 4.運動傷害急救與處理 5.手眼身法步練習 6.國劇武功動作訓練 7.身段動作技巧訓練 8.《東北秧歌》小品 練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	1. 性別平等教育 性J2 釐清身體意象的性別迷思。 2. 安全教育安J11 學習創傷救護技能。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 合作學習 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■九年級/上學期	□部定課程/部定必修 ■校訂課程	即興與創作	(一)人與物的探索及應用 (二)舞蹈與音樂的結合應用 (三)主題式即興表現	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-A3 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	閱讀素養教育 閱J10 主動尋求多元的詮釋，並試著表達自己想法。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 合作學習 分組教學	■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：
□第四學習階段 ■九年級/上學期	■部定課程/部定必修	舞蹈專題學	1.擁有表演藝術之展演籌畫的概念與技能。 2.具備簡單海報設計與影音剪輯之能力。	1	舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-K2	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3	生涯規劃教育 涯J13 培養生涯規劃及	講述法 討論法 合作學習 媒體融入	■校內專任 ■單科 □跨科目 □跨領

	□校訂課程	習	3.藉由實作經驗發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 4.藉由分組互動培養與人溝通協調與合作之能力。		舞才IV-C1 舞才IV-L1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	J-C1 J-C2	執行的能力。	教學 分組教學 專題研究	域 □校外兼任 □大學教師 □專業人員 □其他：
□第四學習階段 ■九年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	芭蕾	1.認識古典芭蕾的歷史發展及作品欣賞 2.控制(Adagio)/轉(Pirouette)/小跳(Petit Allegro)動作練習 3.複合性動作組合練習 4.小品練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	國際教育 國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 專題研究	■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：
□第四學習階段 ■九年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	現代舞	1.認識當代藝術的發展風格 2.動作組合串聯 3.小品學習 4.創作性練習	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	1. 品德教育品J7 同理分享與多元接納。 2. 國際教育國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 專題研究	■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：
□第四學習階段 ■九年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	本國傳統舞蹈	1.認識少數民族舞蹈 ＊傣族民族風情 2.武功技巧組合練習 3.身段技巧組合練習 4.傣族舞步練習與組合創作	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	1. 國際教育國J4 尊重與欣賞世界不同文化的價值。 2. 多元文化教育 多J11 增加實地體驗與行動學習，落實文化實踐力。	講述法 討論法 合作學習 媒體融入教學 分組教學 專題研究	■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：
□第四學習階段 ■九年級/下	□部定課程/部定必	即興與	（一）舞蹈結構與舞蹈元素的應用	2	舞才IV-P1 舞才IV-P3	J-A1 J-A2 J-A3	品德教育品J7 同理分享	講述法 討論法 專題研究	■校內專任 ■單科 □跨科

學期	修 ■校訂課程	創作	（二）創作呈現 （三）認識臺灣舞蹈創作者及作品欣賞		舞才IV-K1 舞才IV-C1 舞才IV-L1	J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2 J-C3	與多元接納。	媒體融入教學 合作學習 分組教學	目 □跨領域 □校外兼任 □大學教師 □專業人員 □其他：
□第四學習階段 ■九年級/下學期	■部定課程/部定必修 □校訂課程	舞蹈專題學習	1. 對於表演藝術之展演籌畫的歷程有更精進的概念與技能。 2.了解當代藝術之趨勢並如何與科技結合。 2.藉由實作經驗發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 3.以開放的態度接受他人建議並能自我調整。	1	舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-C1 舞才IV-L1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	J-A1 J-A2 J-B1 J-B2 J-B3 J-C1 J-C2	生涯規劃教育 涯J13 培養生涯規劃及執行的能力。	講述法 討論法 專題研究 媒體融入教學 合作學習 分組教學	■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：

陸、藝術才能舞蹈班專長領域科目教學大綱

一、七年級

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱</td><td>中文名稱</td><td colspan="3">芭蕾</td></tr>
<tr><td>英文名稱</td><td colspan="3">Balle</td></tr>
<tr><td>授課年段</td><td colspan="4">■七年級　□八年級　□九年級</td></tr>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">■第一學期 □第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 2 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1.認識身體肌肉的結構。
2.認識芭蕾基本手姿與腳位。
3.控制髖關節外轉（turn out）的穩定性。
4. 瞭解課前暖身與預防運動傷害之重要性。
5.了解芭蕾的起源與舞風。
6.認識國外知名芭蕾伶娜的邂逅。</td></tr>
<tr><td rowspan="21">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－
芭蕾基本原理</td><td colspan="2">認識芭蕾之特色：開、繃、直、立</td></tr>
<tr><td>2</td><td colspan="2" rowspan="2">1. 身體的中心位置與方位
2. 手、腳的基本五位
3. 繃直開立之原理
4. 頭部之基本位置</td></tr>
<tr><td>3</td></tr>
<tr><td>4</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－
Turn Out 動作分析</td><td colspan="2" rowspan="3">1. 雙手扶把Plié與Relevé動作練習
2. 雙手扶把Battement Tendu動作練習
3. 雙手扶把Battement Jeté動作練習
4. 雙手扶把 Battement Frappé 動作練習</td></tr>
<tr><td>5</td></tr>
<tr><td>6</td></tr>
<tr><td>7</td><td>期中評量</td><td colspan="2">把上動作測驗</td></tr>
<tr><td>8</td><td>運動傷害之預防 I</td><td colspan="2">如何預防芭蕾之運動傷害</td></tr>
<tr><td>9</td><td rowspan="2">足尖上的舞蹈－手
位之運行 I</td><td colspan="2" rowspan="2">Port de bras 組合</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－平
衡與延展 I</td><td colspan="2" rowspan="3">1. 雙手扶把 Battement Fondu 動作練習
2. 雙手扶把 Rond de Jambe à terre 動作練習
3. 中間移位動 Battement Tendu 動作練習
4. 中間移位動作 Battement Fondu 動作練習</td></tr>
<tr><td>12</td></tr>
<tr><td>13</td></tr>
<tr><td>14</td><td>期中評量</td><td colspan="2">把上動作測驗</td></tr>
<tr><td>15</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－重
心的保持與移轉 I</td><td colspan="2" rowspan="3">1. 中間移位動作 Petit Sauté 動作練習
2. 中間移位動作 Adagio 動作練習</td></tr>
<tr><td>16</td></tr>
<tr><td>17</td></tr>
<tr><td>18</td><td rowspan="2">足尖上的舞蹈－芭
蕾的起源與發展</td><td colspan="2" rowspan="2">1. 芭蕾起源淺述
2. 與芭蕾伶娜的邂逅</td></tr>
<tr><td>19</td></tr>
<tr><td>20</td><td>期末評量</td><td colspan="2">總結與期末評量</td></tr>
</table>

學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：
備註	

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	Balle		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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. 認識手姿與腳位的基本運行。 2. 控制身體的穩定性與平衡。 3. 了解課前足、腿部位基本暖身與預防運動傷害之重要性。 4. 認識古典芭蕾時期重要三大舞劇。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2 3 4	足尖上的舞蹈－芭蕾基本足部位置之應用	1. 單手扶把Plié與Relevé動作練習 2. 單手扶把Battement Tendu動作練習 3. 單手扶把Battement Jeté動作練習 4. 單手扶把 Battement Frappé 動作練習	
	5 6	足尖上的舞蹈－足部位置與手位之運行	1. 單手扶把Battement Fondu動作練習 2. 單手扶把Rond de Jambe à terre動作練習 3. 單手扶把Rond de Jambe à lair動作練習 4. 單手扶把 Grand Battement 動作練習	
	7	期中評量	扶把動作組合測驗，及芭蕾術語與動作之關連性口語表達練習	
	8	運動傷害之護理 II	芭蕾之運動傷害的急救與防護	
	9	足尖上的舞蹈－手位之運行 II	中間移位動作 Port de bras 組合	
	10 11 12 13	足尖上的舞蹈－平衡與延展 II	1. 中間移位動作 Battement Tendu 及 Port de bras 動作練習 2. 中間移位動作 Battement Fondu 及 Port de bras 動作練習 3. 中間移位動作 Adagio 及 Port de bras 動作練習	
	14	期中評量	中間移位動作組合測驗	
	15 16 17	足尖上的舞蹈－重心的保持與移轉 II	1. 中間移位動作 Petit Sauté 動作練習 2. 中間移位足部基本位置小跳單一動作練習	
	18	足尖上的舞蹈－解	三大芭蕾舞劇之認識－《天鵝湖》、《睡美人》、《胡	

	19	析三大古典芭蕾名著	桃鉗》
	20	期末評量	總結與期末評量
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	現代舞		
	英文名稱	Modern Dance		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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. 認識身體骨骼及肢體結構。 2. 了解呼吸與身體各部位肌肉的運用。 3. 認識身體關節的運用。 4. 了解現代舞歷史發展與脈絡。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 跟身體問好	1. 認識自我肢體結構 2. 解說身體骨骼架構 3. 調整身體理想坐、站姿 4. 認識呼吸與身體各部位肌肉的運用	
	2		1. 身體的中心位置與方位 2. 了解 Turn out 與平行的正確站姿 3. 練習呼吸與身體各部位肌肉的運用 4. 收縮與延展動作練習	
	3	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 脊椎五連拍	1. 腰部柔軟度練習 2. Release 練習 3. Contraction 練習 4. Bounce 練習	
	4			
	5	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 我的關節怎麼動	1. 腿部柔軟度練習 2. 髖關節動作練習 3. 足踝力量之訓練	
	6			
	7	期中評量	地板動作組合測驗	
	8	脫掉束縛的舞蹈－現代舞	1. Demi Plié 與 Relevé 動作練習	
	9			

	10 11	我的身體怎麼動 I	2. 腰部延展動作練習 3. 軀幹部延展練習 4. Brush 動作訓練 5. 原地單一小跳練習
	12 13		
	14	期中評量	中間移動動作組合測驗
	15 16 17	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 走走跑跳碰 I	1. 走之動作練習 2. Triplet 動作練習 3. 馬蹄步練習
	18	脫掉束縛的舞蹈－現代舞	淺談現代舞起源及特色
	19	現代舞的起源與發展	1. 認識現代舞大師：瑪莎・葛蘭姆 2. 影片賞析：瑪莎・葛蘭姆舞團之相關影片
	20	期末評量	1. 基本動作測驗 2. 紙筆測驗
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	現代舞		
	英文名稱	Modern Dance		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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. 了解課前各部位基本熱身及預防運動傷害之重要。 2. 善用身體基本動能熟練掌握收縮與延展。 3. 熟悉呼吸運用於現代舞的關聯。 4. 強化核心肌群完成動作練習。 5. 認識舞蹈家林懷民對台灣現代舞的影響。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	脫掉束縛的舞蹈－現代舞	1. 腹部肌肉群之訓練 2. 背部肌肉群之訓練 3. 髖關節之肌力訓練	
	2	我的肌肉怎麼用 I		

			1. 腹部肌肉群之訓練 2. 背部肌肉群之訓練 3. 髖關節之肌力訓練 4. 腿部肌力訓練
	3 4 5 6	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 我的身體怎麼動 II	1. 腿部及腰部柔軟度練習 2. 腿部及腰部肌力訓練 3. Deep Contraction 練習 4. Spiral 練習 5. 胯骨動作訓練
	7	期中評量	地板動作組合測驗
	8	運動傷害小常識 I	1. 認識身體骨骼架構及肌肉組織 2. 如何預防運動傷害
	9 10 11	脫掉束縛的舞蹈－現代舞	1. Contraction 練習 2. 腰部延展性動作練習 3. Spiral 練習
	12 13	我的身體怎麼動 III	4. 腿部延展性練習 5. 足部推地訓練
	14	期中評量	中間移動動作組合測驗
	15	藝術家帶你看世界（專題講座）	臺灣旅美舞蹈工作者林倢卉老師經驗分享
	16 17	現代舞 脫掉束縛的舞蹈－走走跑跳碰 II	1. 跑之動作練習 2. Triplet 動作練習 II 3. 推地動作練習 4. 跳躍動作練習 I
	18	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 課程總複習	1. 地板動作練習 2. 中間移動動作練習 3. Locomotion 動作練習
	19	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 我與雲門的相遇	1. 認識雲門舞集 2. 影片賞析：雲門舞集作品之相關影片
	20	期末評量	1. 基本動作測驗 2. 紙筆測驗
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱</td><td>中文名稱</td><td colspan="3">本國傳統舞蹈</td></tr>
<tr><td>英文名稱</td><td colspan="3">Chinese Ethnic Dance</td></tr>
<tr><td>授課年段</td><td colspan="4">■七年級　□八年級　□九年級</td></tr>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">■第一學期 □第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 2 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1.認識本國傳統舞蹈手位舞姿及腳位站步位置。
2.了解葫蘆墩文化在地風情。
3. 體驗農夫耕作犁田、插秧、收割、豐收等意象動作。
4. 將上述動作加以串聯及編排。</td></tr>
<tr><td rowspan="15">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td>體態與柔軟度訓練</td><td colspan="2">靜態八式、開展柔軟訓練、肌耐力訓練</td></tr>
<tr><td>2</td><td rowspan="6">本國傳統舞蹈基礎—手姿與腿部動作</td><td colspan="2">月牙掌、正平拳、蘭花掌、蘭花指</td></tr>
<tr><td>3</td><td colspan="2">順風旗、雙山膀、托按掌、提襟、托掌、斜托掌、提襟揚掌</td></tr>
<tr><td>4</td><td colspan="2">拉山膀、起雲手、柔肘</td></tr>
<tr><td>5</td><td colspan="2">併足步、正反丁字步、左右後踏步、
左右後踏半蹲步、弓箭步</td></tr>
<tr><td>6</td><td colspan="2">壓旁(前)腿、構(前)旁腿、躺(前)旁腿(前)、蹤腿</td></tr>
<tr><td>7</td><td colspan="2">壓旁(前)腿、構(前)旁腿、躺(前)旁腿(前)、蹤腿</td></tr>
<tr><td>8</td><td>期中評量</td><td colspan="2">動作組合</td></tr>
<tr><td>9</td><td>運動傷害小常識
（專題講座）</td><td colspan="2">運動傷害防護與基本處理</td></tr>
<tr><td>10</td><td>葫蘆墩圳巡禮 I
(特色課程與專題學習)</td><td colspan="2">走訪葫蘆墩圳
1. 用步行的方式，帶領學生走訪葫蘆墩圳，從水上土地公廟開始，沿途過頂角潭及三分水，之後抵達酒莊，沿途解說灌溉溝渠的歷史及重要性，以及對農村生活與產業的影響。
2. 第二站來到朴子站，觀察舊時鐵道運輸對於農產品輸出的便利性，最後到豫章堂，解說傳統閩南建築之美，並帶領學生想像舊時農村於三合院曬穀的情景。
3. 老師引導學生寫下自己在這次田野探訪中，印象最深刻的景物，並彼此分享自己的所見所聞。
4. 藉由提問，讓學生分享自己的日常三餐，並藉由故事將台灣的傳統主食—米飯帶入，說明米食文化對於台灣人的影響無所不在。</td></tr>
<tr><td>11</td><td rowspan="2">葫蘆墩圳巡禮 II
(特色課程與專題學習)</td><td colspan="2">1. 延續上週的米食議題，藉由春耕、夏耘、秋收、冬藏的照片，讓學生感受農村的景觀變化會隨著稻米的成長而呈現不同的樣貌。
2. 播放農夫播種、插秧、除草、收割、曬穀的影片，帶領學生觀察農夫因不同時節，從事不同的勞動。
3. 藉由模仿犁田、插秧、除草、收割等動作，體驗農工作的辛勞。</td></tr>
<tr><td>12</td></tr>
<tr><td>13</td><td>葫蘆墩圳巡禮 III</td><td colspan="2">基礎動作訓練：腰功</td></tr>
</table>

	14 15	（特色課程與專題學習）	訓練學生利用不同的彎腰動作，呈現插秧、除草、收割的意境。 基礎動作訓練：腿功及跳躍 訓練學生利用不同的踢腿動作及跳躍訓練，呈現農家於不同時節的歡愉氣氛。
	16 17 18 19	**葫蘆墩圳巡禮 IV** （特色課程與專題學習）	創意大拼圖 1. 分組讓學生將上堂課所學之基本動作進行編排與創作，並搭配「歲穗豐收情」這首曲子，完整的呈現舞蹈表演。 2. 分組練習
	20	**葫蘆墩圳巡禮 V** （特色課程與專題學習）	1. 小組成果分享 分組展現其成果，並分享自己的創作理念。
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	本國傳統舞蹈		
	英文名稱	Chinese Ethnic Dance		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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.了解腿及腰部基本暖身概念。 2.認識本國傳統藝陣之起源。 3.強化腰部及腿部動作訓練。 4.傳統車鼓陣之舞步練習。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	本國傳統舞蹈基礎－把上腿部動作及肌力訓練	壓旁(前)腿、構(前)旁腿、躺(前)旁腿(前)、後腿、蹤腿	
	2		射雁、探海	
	3		正腿、旁腿、片腿、紫金冠	
	4 5 6	本國傳統舞蹈基礎－腰部訓練	半腰、下腰、耗腰、捲腰、盪腰	
	7	期中評量	動作組合	
	8	國內舞團校巡活動	「稻草人舞團」到校推廣藝文活動	

	9 10	本國傳統舞蹈基礎－基本舞姿	1.吸腿抱、端腿、朝天凳、大鵬展翅 2.鷂子翻身 3.涮腰 4.風火輪 5.三環手托月
	11	本國傳統舞蹈基礎－跳躍訓練	吸腿跳、小射雁跳、旁飛燕、後飛燕、蹦子分解
	12	本國傳統舞蹈基礎－課程總複習	1.控制組合 2.傳統舞蹈基本舞姿 3.跳躍動作
	13	本國傳統舞蹈基礎－課程總複習	1.控制組合 2.傳統舞蹈基本舞姿 3.跳躍動作
	14	期中評量	1.控制組合 2.傳統舞蹈基本舞姿 3.跳躍動作
	15	本國傳統舞蹈－淺談臺灣藝陣	淺談臺灣藝陣起源及發展
	16 17 18 19	本國傳統舞蹈－跳鼓陣基本舞步	介紹跳鼓陣－ 跳鼓基本舞步練習： 1.跳四門 2.翻鼓 3.空穿什花 4.十字什花 5.穿鑼 6.娛蚣陣 7.開花 8.合圓
	20	期末評量	跳鼓陣小品呈現
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	即興與創作
	英文名稱	Improvisation and Creation

授課年段	■七年級　□八年級　□九年級		
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.認識即興與創作的發展與概念。 2.嘗試探索自己的身體。 3.認識即興元素並了解如何運用在動作中。 4.勇於表現自我。		

	週次	單元/主題	內容綱要
教學大綱	1	即興初體驗	1即興是什麼？. 2. 即興舞蹈的特性 3. 即興舞蹈的發展之簡介
	2	認識自己的身體	1. 我是誰？ 2. 身體的自我介紹
	3		1. 認識身體結構 2. 身體部位的運用練習
	4	滴答！滴答！－時間元素	1. 時間萬花筒 2. 時間的變化運用
	5		1. 身體時間的體驗 2. 創造動作素材
	6		1. 動作素材的時間變化 2. 不同節奏的動作素材體驗
	7	時間元素呈現	1. 表現不同節奏的動作元素 2. 個別呈現與討論
	8	異次元－空間元素	1. 空間漫遊之走路千奇百態 2. 空間環境的認知與觀感 3. 創造新大陸
	9		1. 實體空間體驗 2. 空間的創造
	10		1. 實體空間體驗 2. 空間的創造
	11		1. 虛擬空間體驗 2. 空間的創造
	12		1. 虛擬空間體驗 2. 空間的創造
	13		1. 實體與虛擬空間大創造 2. 空間實虛行
	14	空間元素呈現	1. 空間實虛行 2. 個別呈現與討論
	15	時間與空間的對話	1. 身體空間的創造 2. 合作無間

	16	空間元素呈現 時間與空間的對話	1. 身體空間的創造 2. 合作無間
	17		1. 創造新大陸 2. 結合不同節奏的動作元素 3. 合作無間
	18		1. 創造新大陸 2. 結合不同節奏的動作元素 3. 合作無間
	19	時間與空間的對話呈現	1. 分組呈現 2. 討論及分享
	20	舞蹈欣賞	古舞團作品賞析
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	即興與創作		
	英文名稱	Improvisation and Creation		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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.嘗試探索自己的身體。 2. 認識舞蹈元素在肢體動作中的運用。 3. 勇於表現自我。 4. 透過觀察與分組討論的方式，學習互相合作的精神與溝通的能力，培養同儕間的良好默契。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	你做我學－模仿元素	1. 解釋模仿的定義 2. 模仿動作練習	
	2		1. 模仿動作練習 2. 結合時間與空間的運用	
	3		1. 模仿動作練習 2. 結合時間與空間的運用	
	4	魔鏡啊！魔鏡！－鏡像元素 魔鏡啊！魔鏡！－	1. 分析鏡像原理 2. 模仿鏡射動作 1. 模仿鏡射動作 2. 結合時間與空間的運用	

		鏡像元素	1.模仿鏡射動作 2.結合時間與空間的運用
	5		1.分析鏡像原理 2.模仿鏡射動作
	6		1.模仿鏡射動作 2.結合時間與空間的運用
	7	模仿與鏡像元素呈現	1.模仿動作 2.模仿鏡射動作 3.結合時間與空間的運用 4.討論與分享
	8	唱反調！？－相反元素	1.說明相反的定義 2.動作大與小的練習
	9		1.動作大與小的練習 2.動作高與低的練習
	10		1.動作高與低的練習 2.動作左與右的練習
	11		1.動作左與右的練習 2.動作前與後的練習
	12		1.動作大與小的練習 2.動作高與低的練習 3.動作左與右的練習 4.動作前與後的練習
	13		1.動作大與小的練習 2.動作高與低的練習 3.動作左與右的練習 4.動作前與後的練習
	14	相反元素呈現	1.相反創意大考驗 2.討論及分享
	15	當舞蹈碰上美術 I －人體雕塑	1.何謂雕塑？ 2.身體的重心
	16		1.高中低水平的雕塑 2.討論與分享
	17		1.群體雕塑 2.結合水平變化
	18		1.群體雕塑 2.結合模仿、鏡像、相反元素練習
	19	創作呈現	1.分組呈現 2.討論與分享
	20	舞蹈欣賞	雲門舞集《九歌》作品賞析

學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：
備註	

課程名稱	中文名稱	舞蹈專題學習		
	英文名稱	Dance Project		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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.認識戲劇、表演藝術的種類。 2.認識劇場藝術內涵。 3.透過表演體會人際的情感與關懷。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2 3 4	表演藝術面面觀	1. 個人參與展演之新舊經驗的連結 2. 認識表演藝術的類別與其特殊性 3. 認識表演藝術多元的展演形式 4. 學習如何當一位好觀眾 5. 在日常生活中享受表演藝術帶來的寬廣視野	
	5 6 7 8	打開劇場的大門	1. 認識不同類型的舞台形式（鏡框式、延伸式、中心式及黑盒子劇場） 2. 透過圖片與影像認識劇場的結構與設備 3. 幕後工作者的細節：如何成就精彩的演出及團隊合作的重要性	
	9 10 11	表演停看聽	1. 認識國內北中南專業劇院（國家戲劇院、國家歌劇院 、衛武營） 2. 了解國家歌劇院網路平台資訊與運用 3. 學習透過訂票資訊平台學會查詢演出資訊及訂票	
	12 13 14 15	劇場大小事	1. 了解展演籌畫過程有哪些程序：如前置作業介紹前台與後台各項工作內容等 2. 如何協助後台工作如：場地布置與拆台，協助換裝道具換場等 3. 認識劇場空間，包含前台與後台的空間配置	

	16		4. 學習劇場基本禮儀尊重演出者及保護自身安全的重要性
	17 18	舞蹈講座–運動物理治療防護	1. 認識舞者常見的受傷部位 2. 學習舞蹈傷害基本防護的觀念與技能 3. 運用器具提升腰、膝蓋、腳踝與脊椎側彎的保護與訓練能力
	19 20	期末報告與檢討	1. 分享學習成果 2. 本學期舞蹈專題回顧與省思，並為自己訂立新的學習目標
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	舞蹈專題學習		
	英文名稱	Dance Project		
授課年段	■七年級 □八年級 □九年級			
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. 對辦一場展演的籌備與規劃有基本的概念。 2. 藉由實作經驗，了解劇場的基本知識與技能。 3. 透過分組活動，培養與人溝通、協調與合作之能力。 4. 以開放的態度接受他人的意見，並能自我調整。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2 3 4 5	閃耀舞台– 展演規劃程序	1. 認識舞蹈展演的完整籌備流程 2. 更深入了解前製期/排練製作期/整合期/演出期/善後期每個階段的工作內容	
	6 7	閃耀舞台– 展演分工與組織	1. 認識行政/藝術/技術部門，以及各部門負責工作的項目	

	8		2. 分組並模擬展演活動之相關工作：舞台組、服裝組、道具組、音控組、前臺接待組等
	9		
	10		
	11	閃耀舞台– 展演工作初體驗	1. 根據各組分配到的工作事項進行細部溝通與討論 2. 每場彩排與演出時，各組能確認工作的細項 3. 能熟練各自的工作項目 4. 藉由分工合作，培養與人溝通協調的能力
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17	舞蹈講座–國內舞團校園巡迴講座	1. 增益舞蹈藝術專業相關知能，並了解在地舞蹈藝術發展現況 2. 能欣賞舞蹈藝術作品之內涵
	18		
	19	期末報告與檢討	1. 分享學習成果 2. 本學期舞蹈專題回顧與省思，並為自己訂立新的學習目標
	20		
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

二、八年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	Balle		
授課年段	□七年級 ■八年級 □九年級			
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 .認識芭蕾基本手姿與腳位。 2.控制身體動作的穩定性。 3.預防運動傷害及基本運動傷害之處理。 4. 認識當代芭蕾作品並瞭解其文化背景。 5.能分辨出芭蕾不同時期之舞蹈特色。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	足尖上的舞蹈－足	單手扶把:	

	2 3	部位置與手位之運行	1. Pas de bourrée 動作練習 2. Pas Couru 動作練習 3. Pas Coupé 動作練習
	4	足尖上的舞蹈－平衡與延展 III	單手扶把: Adagio 慢板組合練習其中包含 Attitude、Arabesque、Penche、Allonge、Port De Corps…等
	5 6		動作組合 中間移位動作: 1. Tendu 組合練習 2. Tendu&Jeté 組合練習 3. 慢板組合練習其中包含 Attitude、Arabesque、Penché、Allongé、Port de Corps…等動作組合
	7	期中評量	期中評量
	8	運動傷害之護理 III	芭蕾運動傷害後急救及防護，復健動作概念剖析
	9 10	足尖上的舞蹈－重心的保持與移轉 III	1. 五個足部基本位置小跳練習 2. 配合手姿和足部動作的協調
	11 12 13	足尖上的舞蹈－流動的基本舞姿 I	Tour 1. Piqué Turn 分解及組合練習 2. Chainés 分解及組合練習
	14	期中評量	期中評量
	15 16 17	足尖上的舞蹈－流動的基本舞姿 I	Allegro Pas Assemble、Pas Sissonne 單一及組合練習
	18 19	足尖上的舞蹈－走進當代芭蕾藝術 I	當代芭蕾的起源淺述 當代芭蕾的起源淺述及舞劇賞析
	20	期末評量	總結與期末評量
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	Balle		
授課年段	□七年級 ■八年級 □九年級			
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．身體各部位確實暖身與肌力練習強化肢體動能。			

<table>
<tr><td></td><td colspan="3">2. 能穩定且正確使用腿部外轉（turn out）動作
3. 能掌握身體直立線以達成各種軸轉及旋轉動作。
4. 能掌握各種舞姿身體方位。
5. 自我生涯之探索。</td></tr>
<tr><td rowspan="22">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td>內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td rowspan="4">足尖上的舞蹈－芭蕾基本動作之應用 II</td><td rowspan="2">彈力球核心肌群與伸展控制力練習</td></tr>
<tr><td>2</td></tr>
<tr><td>3</td><td rowspan="2">單手扶把:
1. Passé 動作練習
2. Flic-Flac 動作練習
3. Temps 動作練習
4. Relevé 動作練習</td></tr>
<tr><td>4</td></tr>
<tr><td>5</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－芭蕾基本動作之應用 III</td><td rowspan="3">單手扶把:
1. Pirouette(五位)單一動作練習
2. Pirouette(四位)單一動作練習</td></tr>
<tr><td>6</td></tr>
<tr><td>7</td></tr>
<tr><td>8</td><td>期中評量</td><td>期中評量</td></tr>
<tr><td>9</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－重心的保持與移轉 IV</td><td rowspan="3">Petit Allegro
個足部基本位置跳躍及改變方位的組合練習</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td></tr>
<tr><td>12</td><td rowspan="2">足尖上的舞蹈－流動的基本舞姿 II</td><td>核心肌群訓練背肌伸展訓練輔助跳躍肌耐力與協調性</td></tr>
<tr><td>13</td><td>Grand Allegro
1. Pas Assemble、Pas Sissonne 動作練習
2. Pas de Bourrée、Glissade 連結動作練習</td></tr>
<tr><td>14</td><td>期中評量</td><td>期中評量</td></tr>
<tr><td>15</td><td rowspan="3">足尖上的舞蹈－流動的基本舞姿 III</td><td rowspan="3">Grand allegro、Pas Assemble、Pas Sissonne、Pas de Bourrée 等動作練習並改變方位之組合</td></tr>
<tr><td>16</td></tr>
<tr><td>17</td></tr>
<tr><td>18</td><td rowspan="2">足尖上的舞蹈－走進當代芭蕾藝術 II</td><td>認識及蒐集芭蕾舞者條件自我評估與提昇自我能力的資料，進而描述其探索歷程</td></tr>
<tr><td>19</td><td>主動蒐集選擇國內、外知名芭蕾舞學校、舞團資料，進而描述其探索歷程</td></tr>
<tr><td>20</td><td>期末評量</td><td>總結與期末評量</td></tr>
<tr><td>學習評量</td><td colspan="3">1.定期/總結評量：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：
2.平時/歷程評量：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：</td></tr>
</table>

備註	

課程名稱	中文名稱	現代舞		
	英文名稱	Modern Dance		
授課年段	□七年級 ■八年級 □九年級			
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. 能了解身體的骨骼、核心肌群並正確使用。 2. 了解熱身的重要性及明瞭運動傷害原因、類型及如何避免。 3. 了解現代舞的派別技巧與特色。 4. 能掌握各練習動作之原理與要領。 5. 能主動積極的學習。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 我的肌肉怎麼用 II	1. 強化身體中心線 2. 強化核心肌群 3. 強化腿部肌肉群	
	3 4 5 6	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 探索身體的可能性 I	1. Release 組合練習 2. Contraction 組合練習 3. 四位坐姿胯骨訓練 4. Stretch 5. 核心肌群訓練	
	7	期中評量	地板坐姿動作組合測驗	
	8	運動傷害小常識 II	1. 認識運動傷害 2. 簡易運動傷害之處理	
	9 10 11 12	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 探索身體的可能性 II	1. 重心轉換之訓練 2. 控制力訓練 3. 軀幹部延展性訓練 4. 腿部延展性訓練	
	13	期中評量	Center 動作組合測驗	
	14 15 16 17	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 走走跑跳碰 III	1. Spiral Walk 練習 2. Triplet＋轉練習 3. Skip 練習 4. 跳躍動作練習 II	
	18	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 課程總複習	1. 地板動作練習 2. Center 動作練習 3. Locomotion 動作練習	
	19	脫掉束縛的舞蹈－現代舞	介紹現代舞技巧之流派： 1. 葛蘭姆技巧 Graham Technique 2. 韓福瑞技巧 Humphrey Technique	

		與現代舞大師的邂逅	3. 李蒙技巧 Limon Technique
	20	期末評量	總結與期末評量
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	現代舞		
	英文名稱	Modern Dance		
授課年段	□七年級 ■八年級 □九年級			
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. 能了解身體的骨骼、核心肌群並正確使用。 2. 了解現代舞的派別技巧與特色。 3. 能掌握各練習動作之原理與要領。 4. 能觀察與分析動作的表現優劣。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2	脫掉束縛的舞蹈—現代舞 我的肌肉怎麼用 III	1. 強化身體中心線 2. 強化核心肌群 3. 強化腿部肌肉群	
	3 4 5 6	脫掉束縛的舞蹈—現代舞 探索身體的可能性 III	1. Fall＆Recovery 練習 2. Swing 練習 3. 腿部肌群訓練 4. Stretch 5. 背部肌群訓練	
	7	期中評量	地板動作組合測驗	
	8	脫掉束縛的舞蹈—現代舞 我的肌肉怎麼用 IV	1. 彈力繃帶之使用 2. 加強腿部肌群 3. 加強臂力 3. 加強腹部力量	
	9 10 11 12 13	脫掉束縛的舞蹈—現代舞 探索身體的可能性 IV	1. Fall＆Recovery 練習 2. Swing 練習 3. 控制力訓練 4. 腿部肌力訓練 5. 原地跳躍練習	

	14	期中評量	Center 動作組合測驗
	15	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 走走跑跳碰 IV	1. Walk 組合練習 2. Triplet＋Fall＆Recovery 練習 3. Triplet＋Swing 練習 4. 跳躍動作組合
	16		
	17		
	18	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 課程總複習	1. 地板動作練習 2. Center 動作練習 3.Locomotion 動作練習
	19	脫掉束縛的舞蹈-現代舞 千姿百態的臺灣舞蹈	1. 介紹臺灣現代舞之發展與概況 2. 介紹臺灣現代舞團體
	20	期末評量	1. 基本動作測驗 2. 紙筆測驗
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	本國傳統舞蹈		
	英文名稱	Chinese Ethnic Dance		
授課年段	□七年級 ■八年級 □九年級			
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.透過基本動作練習提昇肢體技能，掌握傳統戲曲中的身段技法，加強對中華民族舞基本組合之反應能力。 2. 能運用口語及肢體表達動作要點。 3. 能了解中華民族舞的歷史發展沿革並認同、尊重、關懷不同文化。 4. 以開放的態度接受他人建議並自我調整。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	本國傳統舞蹈基礎－暖身運動基本概念	1. 認識自我身體結構。 2. 練習與排練演出前，必須作適當的伸展肌肉、關節的暖身運動。	
	2			
	3	本國傳統舞蹈基礎－柔軟度及腿部肌力訓練	1. 把杆：壓腿～正腿、旁腿、十字腿、後腿、跨腿 2. 踢腿：正腿、旁腿、十字腿、片腿、後腿、跨腿	
	4			

	5 6	本國傳統舞蹈基礎—腰的柔軟度訓練	1.下腰、盪腰、涮腰 2.倒踢紫金冠、鷂子翻身、後拔腿
	7	期中評量	動作組合
	8	本國傳統舞蹈基礎—技巧訓練	1.倒踢紫金冠、拿頂、前橋、後橋 2.搶臉、劈叉、烏龍絞柱、打飛腳、背口袋
	9	運動傷害小常識	運動傷害防護與基本處理
	10 11	本國傳統舞蹈基礎—流動腿腰功訓練	1.踢腿組合 2.贊子組合 3.鷂子翻身
	12 13	本國傳統舞蹈基礎—流動跳躍訓練	1.蹦子串聯 2.飛腿串聯
	14	本國傳統舞蹈基礎—古典舞身韻手姿與步法	1.基本手式：蘭花指、蝶姿式、小舞花、雙手插腰式 2.腳的位置：正步、小八字步、大八字步、丁字步、踏步位、弓箭步
教學大綱	15	本國傳統舞蹈基礎—古典舞身韻手姿與步法	1.基本手式：蘭花指、蝶姿式、小舞花、雙手插腰式 2.腳的位置：正步、小八字步、大八字步、丁字步、踏步位、弓箭步
	16	本國傳統舞蹈基礎—眼神及指法訓練	眼神、雙手前指訓練、單手前指訓練
	17	本國傳統舞蹈—跳鼓陣基本舞步	1.提沉、沖靠、含胸仰、旁移、旁提 2.雙晃手、盤腕
	18	課程總復習	1.腿腰功組合技巧訓練 2.古典舞身韻舞姿練習
	19	期末評量	1.腿腰功組合技巧訓練 2.古典舞身韻舞姿練習
	20	本國傳統舞蹈基礎—解析漢、唐舞樂	認識漢、唐舞樂之特色
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱</td><td>中文名稱</td><td colspan="3">本國傳統舞蹈</td></tr>
<tr><td>英文名稱</td><td colspan="3">Chinese Ethnic Dance</td></tr>
<tr><td>授課年段</td><td colspan="4">□七年級　■八年級　□九年級</td></tr>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">□第一學期 ■第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 2 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1.透過基本動作練習提昇肢體技能，掌握傳統戲曲中的身段技法，加強對中華民族舞基本組合之反 應能力。
2.能運用口語及肢體表達動作要點。
3.能了解中華民族舞的歷史發展沿革並認同、尊重、關懷不同文化。
4.以開放的態度接受他人建議並自我調整。</td></tr>
<tr><td rowspan="18">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td>本國傳統舞蹈基礎－腿部肌力訓練</td><td colspan="2">1.扳腿訓練：朝天蹬、劈叉
2.壓叉：前後一字腿、左右一字腿</td></tr>
<tr><td>2</td><td>本國傳統舞蹈基礎－柔軟度及肌力訓練</td><td colspan="2">1.把杆：壓腿～正腿、旁腿、十字腿、後腿、跨腿
2.踢腿：正腿、旁腿、十字腿、片腿、後腿、跨腿（組合）</td></tr>
<tr><td>3</td><td>本國傳統舞蹈基礎－腰的柔軟度訓練</td><td colspan="2">1.前彎腰、旁彎腰、後彎腰（擔腰）
2.涮腰、倒踢紫金冠</td></tr>
<tr><td>4</td><td rowspan="2">本國傳統舞蹈基礎－控制平衡訓練</td><td colspan="2" rowspan="2">1.把杆：探海、踹燕、倒踢紫金冠、沖天炮
2.中間：三起三落、探海、小射雁跳</td></tr>
<tr><td>5</td></tr>
<tr><td>6</td><td>本國傳統舞蹈基礎－跳躍力及爆發力訓練</td><td colspan="2">1.單戰、雙戰組合、流動連續蹦子、打飛腳
2.左右吸腿贊步跳、雙飛燕及後飛燕、大射雁跳、劈叉</td></tr>
<tr><td>7</td><td>期中評量</td><td colspan="2">動作組合</td></tr>
<tr><td>8</td><td rowspan="3">本國傳統舞蹈基礎－古典舞身韻動作組合</td><td colspan="2" rowspan="3">1地面：提沉、沖靠、旁移、含胰仰、橫擰、旁提
2.中間：基本手位、腳位、舞姿訓練 、小五花、大雲手、上盤腕、下盤腕、涮腰、踏步翻身、上步翻身、吸腿翻身、點步翻身、雙晃手</td></tr>
<tr><td>9</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td><td>本國傳統舞蹈基礎－古典舞身韻步伐訓練</td><td colspan="2">小碎步、花幫步、跳踢步、錯步、雲步</td></tr>
<tr><td>12</td><td rowspan="3">本國傳統舞蹈基礎－課程總復習</td><td colspan="2" rowspan="3">1.腿腰部訓練組合、控制平衡訓練
2.國劇舞功動作組合
3.古典舞身韻動作組合</td></tr>
<tr><td>13</td></tr>
<tr><td>14</td></tr>
<tr><td>15</td><td>本國傳統舞蹈－臺灣原住民舞蹈</td><td colspan="2">介紹阿美族文化及民情風俗。</td></tr>
<tr><td>16</td><td>本國傳統舞蹈－臺灣原住民舞蹈</td><td colspan="2">介紹阿美族文化及民情風俗。</td></tr>
<tr><td>17</td><td>本國傳統舞蹈－臺</td><td colspan="2">1阿美族舞蹈特色與體驗。</td></tr>
</table>

	18	灣原住民舞蹈（阿美族）	2竹竿舞練習。
	19		
	20	本國傳統舞蹈－臺灣原住民舞蹈（阿美族）	1小品呈現 2討論與分享
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	即興與創作		
	英文名稱	Improvisation and Creation		
授課年段	□七年級 ■ 八年級 □九年級			
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. 嘗試探索自己的身體。 2. 認識舞蹈元素在肢體動作中的運用。 3. 勇於表現自我。 4. 透過觀察與分組討論的方式，學習互相合作的精神與溝通的能力，培養同儕間的良好默契。 5. 能學習欣賞現代舞作品，並提出觀點。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	當舞蹈碰上美術 II －線	1. 象限動作素材創造 2. 直線練習	
	2			
	3		1. 象限動作素材創造 2. 拋物線練習	
	4			
	5		1. 直線與拋物線的轉變 2. 結合時間變化	
	6			
	7	線的呈現	1. 個別呈現 2. 討論及回饋	
	8	當舞蹈碰上美術 III －點	1. 解構身體動作 2. 點與身體的關係	
	9			
	10			

	11		1. 解構身體動作 2. 點與地板的關係
	12		1. 點與地板的關係
	13		2. 結合直線的變化
	14	點的呈現	1. 個別呈現 2. 討論及回饋
	15	當舞蹈碰上美術 IV －身體點線射飛鏢	1. A 點與 B 線的連結 2. 結合空間變化
	16		
	17		1. A 點與 B 線的連結 2. 結合空間與時間變化
	18		
	19	點與線的呈現	1. 分組呈現 2. 討論與回饋
	20	舞蹈欣賞	驫舞劇場作品欣賞
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	即興與創作		
	英文名稱	Improvisation and Creation		
授課年段	□七年級 ■ 八年級 □九年級			
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. 嘗試探索自己與環境的關係。 2. 認識舞蹈元素在肢體動作中的運用。 3. 勇於表現自我。 4. 透過觀察與分組討論的方式，學習互相合作的精神與溝通的能力，培養同儕間的良好默契。 5. 能學習欣賞現代舞作品，並提出觀點。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	

	1	力量的變化	1. 力量的大與小 2. 身體重量初體驗
	2		1. 身體重量初體驗 2. 信任感的建立練習
	3		
	4		1. 重量的承接練習 2. 力量跟隨之練習
	5		
	6		
	7	練習呈現	1. 力量跟隨之練習 2. 討論與分享
	8	與環境共舞 I－無所不在的舞臺點的呈現	
	9		1. 環境大搜索 2. 觀察環境的空間、物品等 3. 環境即興 4. 討論與分享
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15	與環境共舞 II－環境劇場初體驗	1. 選擇一創作主題 2. 討論與分享
	16		1. 路徑軌跡的創造 2. 結合時間、空間、模仿、點線、力量等元素即興創作
	17		
	18		1. 結合時間、空間、模仿、點線、力量等元素即興創作 2. 討論與修正
	19	環境劇場呈現	1. 個別呈現 2. 討論與回饋
	20	舞蹈欣賞	崔莎・布朗作品欣賞
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱</td><td>中文名稱</td><td colspan="3">舞蹈專題學習</td></tr>
<tr><td>英文名稱</td><td colspan="3">Dance Project</td></tr>
<tr><td>授課年段</td><td colspan="4">□七年級　■八年級　□九年級</td></tr>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">■第一學期 □第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 1 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1. 認識舞台幕後設計工作的認知與共同創作。
2. 認識舞台設計的基本常識與概念。
3. 認識舞台燈光之特性及舞台上的多元應用。
4. 能透過與人合作，從共識中完成集體創作。</td></tr>
<tr><td rowspan="20">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td rowspan="5">幕後職人現形記 I</td><td colspan="2" rowspan="5">1. 認識幕後職人舞台設計者及燈光師所扮演的角色與任務
2. 了解各個職群的工作內容與方式
3. 能於製作中運用各幕後藝術工作之技巧</td></tr>
<tr><td>2</td></tr>
<tr><td>3</td></tr>
<tr><td>4</td></tr>
<tr><td>5</td></tr>
<tr><td>6</td><td rowspan="5">打造表演天地-
舞台設計</td><td colspan="2" rowspan="5">1. 認識表演中的舞台構圖
2. 藉由圖片與影像欣賞舞台設計對表演的效果與幫助
3. 製作簡易舞台模型（鏡框式舞台）</td></tr>
<tr><td>7</td></tr>
<tr><td>8</td></tr>
<tr><td>9</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td><td rowspan="6">打造表演天地-
光影魔法師</td><td colspan="2" rowspan="6">1. 介紹演出中的燈光表現
2. 認識燈光三原色的基礎認知
3. 觀察各種顏色照射物體時所呈現的效果
4. 發表不同顏色與不同角度光線所造成的效果</td></tr>
<tr><td>12</td></tr>
<tr><td>13</td></tr>
<tr><td>14</td></tr>
<tr><td>15</td></tr>
<tr><td>16</td></tr>
<tr><td>17</td><td rowspan="2">舞蹈講座-運動物理治療防護</td><td colspan="2" rowspan="2">1. 認識舞者常見的受傷部位
2. 學習舞蹈傷害基本防護的觀念與技能
3. 運用器具提升腰、膝蓋、腳踝與脊椎側彎的保護與訓練能力</td></tr>
<tr><td>18</td></tr>
<tr><td>19</td><td>期末報告與檢討</td><td colspan="2">1. 分享學習成果
2. 本學期舞蹈專題回顧與省思，並為自己訂立新的</td></tr>
</table>

	20		學習目標
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	舞蹈專題學習		
	英文名稱	Dance Project		
授課年段	□七年級 ■八年級 □九年級			
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. 認識劇場演出時所需之幕後準備工作。 2. 學習舞台妝的基本常識與概念及了解化妝的程序。 3. 認識服裝設計之基本概念及設計製作流程。 4. 能體會分工合作在劇場工作的重要性。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2 3 4 5	幕後職人現形記 II	1. 認識幕後職人服裝設計與化妝師所扮演的工作內容與方式 2. 了解各個職群間分工合作在劇場之重要性 3. 能於製作中運用各幕後藝術工作之技巧	
	6 7 8 9 10	變身最酷炫的自己 -服裝設計	1. 認識服裝設計的流程 2. 藉由圖片與影像欣賞表演服裝之特性與風格 3. 能認識角色，並思考角色與服裝的關係 4. 製作簡易設計圖稿 5. 練習展示服裝	
	11 12 13 14 15	變身最酷炫的自己 -化妝與特殊妝	1. 藉由圖片欣賞舞台妝於舞台上之效果 2. 認識舞台妝所需用具與化妝順序 3. 實際操作畫舞台妝（底妝與彩妝） 4. 認識特殊彩妝師的工作	

	16		
	17	舞蹈講座-國內舞團校園巡迴講座	1. 增益舞蹈藝術專業相關知能，並了解在地舞蹈藝術發展現況 2. 能欣賞舞蹈藝術作品知內涵
	18		
	19	期末報告與檢討	1. 分享學習成果 2. 本學期舞蹈專題回顧與省思，並為自己訂立新的學習目標
	20		
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

三、九年級

課程名稱	中文名稱	芭蕾		
	英文名稱	Balle		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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. 身體各部位確實暖身與肌力練習強化肢體動能。 2. 能連結芭蕾術語與動作間之關連性。 3. 能掌握身體直立線以達成各種軸轉及旋轉動作。 4. 能將動作穩定的與音樂節奏協調配合。 5. 能掌握流動練習空間的位移（traveling）。 6. 能欣賞芭蕾作品並瞭解其文化背景。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	足尖上的舞蹈~ 芭蕾動作原理分析 I	1. Floor Barre Excercise 2. 身體的基本型態練習	
	2			
	3	足尖上的舞蹈－芭蕾基本動作之應用 IV	1. Plie'&Battement Tendu 動作練習 2. 重心移轉動作練習 3. Plie' &Releve' 動作練習	
	4		1. Plie'&Releve'動作練習 2. Battement Tendu 動作練習	
	5			

	6		3. Battement Tendu Jete 45°’ 動作練習 4. Battement Fondu /Cou-De-Pied 動作練習
	7		5. Rond de Jambe Par Terre /En Dehors & En Dedans/Plie' Soutenu 動作練習 6. Battement Fondu /Cou-de-Pied 動作練習 7. Battement Frappe'/Cou-de-Pied 動作練習
	8	運動傷害	芭蕾運動傷害後急救及防護
	9	足尖上的舞蹈－芭蕾基本動作之應用 IV	8. Battement Releve' Lent 90°& Battement Developpe' 90° /Cou-De-Pied&Retire'動作練習 9. Rond de Jambe En L'air 45°/ En Dehors & En Dedans 動作練習 10. Grand Battement Jete' 90°動作練習
	10	期中評量	扶把動作組合測驗，及芭蕾術語與動作之關連性口語表達練習
	11	足尖上的舞蹈－平衡與延展 IV	1. 第四、第五 Port de Bras/組合練習/結合呼吸 2. Battement Relve' Lent 45°(en face)組合練習 3. Battement Developpe' 45°(en face)組合練習 4. 動作組合練習
	12		
	13		
	14		
	15	足尖上的舞蹈－平衡與延展 V	1. Soute' 一、二、五位動作練習 2. Sissonne Simple & Pas de Bourrée 動作練習 3. Pas Assemble'（旁向）動作練習 4. Pas Echappe & Changement de Pied 組合練習 5. Temps Leve'組合練習 6. 動作組合練習
	16		
	17		
	18	足尖上的舞蹈－課程總複習	1.Balance 和舞姿練習 2. 扶把動作練習 3. 中間移位動作練習 4. Floor Barre Excercise
	19		
	20	足尖上的舞蹈－解析《柯碧莉亞》	1. 動作組合呈現與學習評量 2. 認識《柯碧莉亞》故事起源及舞蹈特性 3. 心得整理與口語表達分享
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱</td><td>中文名稱</td><td colspan="3">芭蕾</td></tr>
<tr><td>英文名稱</td><td colspan="3">Balle</td></tr>
<tr><td>授課年段</td><td colspan="4">□七年級 □八年級 ■九年級</td></tr>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">□第一學期 ■第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 2 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1. 身體各部位確實暖身與肌力練習強化肢體動能。
2. 能連結芭蕾術語與動作間之關連性。
3. 能掌握身體直立線以達成各種軸轉及旋轉動作。
4. 能將動作穩定的與音樂節奏協調配合。
5. 能掌握流動練習空間的位移（traveling)。
6. 能賞析動作組合小品表現優劣。
7. 能欣賞芭蕾作品並瞭解其文化背景。</td></tr>
<tr><td rowspan="13">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td>足尖上的舞蹈－
芭蕾動作原理分析 II</td><td colspan="2">1. Floor Barre Excercise
2. 身體的基本型態練習</td></tr>
<tr><td>2</td><td>足尖上的舞蹈－
芭蕾基本動作之應用 V</td><td colspan="2">1. Plié&Battement Tendu 動作練習
2. 重心移轉動作練習
3. Plié&Relevé 動作練習</td></tr>
<tr><td>3</td><td rowspan="4">足尖上的舞蹈－
芭蕾基本動作之應用 V</td><td colspan="2">1. Plié'&Relevé&Allongé 動作練習
2. Battement Tendu& Demi Plié＆Double Tendu 動作練習
3. Battement Tendu Jeté45°&Piqué 動作練習
4. Battement Fondu /Relevé Lent& Effacé 動作練習</td></tr>
<tr><td>4</td></tr>
<tr><td>5</td><td colspan="2">1.Battement Fondu /Relevé Lent& Effacé 動作練習
2. Battement Frappé/Petit Battement 動作練
3.Rond de Jambe En L'air 90°/ En Dehors & En Dedans& Relevé 動作練習
4. Battement Developpé 90°/Cou-De Pied & Retiré& 舞姿第二 Arabesque</td></tr>
<tr><td>6</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td colspan="2">5. Grand Battement Jeté 90°/Soutenu Entournant 動作練習</td></tr>
<tr><td>7</td><td>期中評量</td><td colspan="2">扶把動作組合測驗，及芭蕾術語與動作之關連性口語表達練習</td></tr>
<tr><td>8</td><td rowspan="4">足尖上的舞蹈－
平衡與延展 VI</td><td colspan="2">1. Temps Lié&Port de Bras /組合練習/結合呼吸
2. Battement Developpé 90°(crosié) / Glissade / Relevé Lent / Pas de Bourreé/Failli 組合練習
3. Pirouette /En Dedans& En Dehors 組合練習</td></tr>
<tr><td>9</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td><td colspan="2">1. Temps Lié&Port de bras /組合練習/結合呼吸</td></tr>
</table>

	12		2. Battement Developpé 90°(crosié) /Glissade/Relevé Lent / Pas De Bourreé/Failli 組合練習 3. Pirouette /En Dedans& En Dehors 組合練習 4. Souté /Assemblé /Jeté/Sissonne Fermee &Sissonne Ouvert/ Echappe Battu/ Changement en Tournant 組合練習
	13		
	14	期中評量	扶把動作組合測驗，及芭蕾術語與動作之關連性口語表達練習
	15	足尖上的舞蹈－《四小天鵝》初體	分析《天鵝湖》中《四小天鵝》之舞蹈特性小品學習： 小品學習： 《四小天鵝》動作練習
	16		
	17		
	18	期末評量	1. 動作組合呈現與學習評量 2. 心得整理與口語表達分享
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	現代舞		
	英文名稱	Modern Dance		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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.能了解身體的骨骼、核心肌群並正確使用。 2. 能區別後現代舞與當代不同特色。 3. 能掌握各練習動作之原理與要領。 4. 能將現代術語與動作連結。 5. 能觀察與分析動作的表現優劣。 6. 能主動積極的學習。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	運動傷害小常識 III	運動傷害防護與處理	
	2	脫掉束縛的舞蹈－現代舞	1. 柔軟度訓練 2. 各肌肉群之肌力訓練 3. contracting＆release 的運用 4. Fall＆Recovery 的運用 5. 組合性動作練習	
	3			
	4	身體與動作的對話 I		
	5			

	6		
	7	期中評量	地板坐姿動作組合測驗
	8	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 我的肌肉怎麼用 V	1. 彈力繃帶之使用 2. 加強腿部肌群 3. 加強臂力 3. 加強腹部力量
	9	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 探索身體的可能性 IV	1. 平衡能力訓練 2. 重心轉換練習 3. 控制力組合訓練 4. 腿部延展性訓練 5. 中跳躍訓練
	10		
	11		
	12		
	13		
	14	期中評量	Center 動作組合測驗
	15	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 走走跑跳碰 V	1. Walk 組合性動作練習 2. Triplet 組合性動作練習 3. 跳躍組合性動作練習
	16		
	17		
	18	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 課程總複習	1. 地板組合性動作串連 2. Center 組合性動作串連 3. Locomotion 組合性動作串連
	19	脫掉束縛的舞蹈－現代舞 後現代舞與當代藝術的發展	1. 介紹後現代舞之發展 2. 解析當代藝術文化之概況
	20	期末評量	1. 組合性動作測驗 2. 紙筆測驗
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	現代舞
	英文名稱	Modern Dance
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級	

<table>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">□第一學期 ■第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 2 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1. 開發更多肢體潛能，使身體更多元的運用。
2. 可以正確並熟練地完成動作指令。
3. 對於基本的運動傷害處理有一定的概念。
4. 能熟記並記錄動作與拍子。
5. 能將組合動作正確地呈現並融入意象賦予動作生命力。
6. 能清楚、正確地使用不同精力表現動作質地。</td></tr>
<tr><td rowspan="11">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td rowspan="3">脫掉束縛的舞蹈－
現代舞
身體與動作的對話 I</td><td colspan="2" rowspan="3">1. 柔軟度訓練
2. 各肌肉群之肌力訓練
3. 組合性動作訓練</td></tr>
<tr><td>2</td></tr>
<tr><td>3</td></tr>
<tr><td>4</td><td rowspan="3">脫掉束縛的舞蹈－
現代舞
身體與動作的對話 IV</td><td colspan="2" rowspan="3">1. 重心轉換與位移訓練
2. 控制力組合訓練
3. Stretch 動作組合練習
4. 跳躍動作組合練習</td></tr>
<tr><td>5</td></tr>
<tr><td>6</td></tr>
<tr><td>7</td><td>期中評量</td><td colspan="2">1. 地板組合性動作
2. Center 組合性動作
3. Locomotion 組合性動作</td></tr>
<tr><td>8</td><td>脫掉束縛的舞蹈－
舞蹈劇場 I</td><td colspan="2">介紹舞蹈劇場：碧娜・鮑許 Pina Bausch</td></tr>
<tr><td rowspan="8"></td><td>9</td><td rowspan="5">脫掉束縛的舞蹈－
現代舞
舞蹈劇場 II</td><td colspan="2" rowspan="5">碧娜・鮑許 Pina Bausch：
《青春交際場》初體驗</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td></tr>
<tr><td>12</td></tr>
<tr><td>13</td></tr>
<tr><td>14</td><td>期中評量</td><td colspan="2">小品動作呈現</td></tr>
<tr><td>15</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>16</td><td rowspan="2">脫掉束縛的舞蹈－
現代舞
身體動作大考驗</td><td colspan="2" rowspan="2">1. 地板組合性動作串連
2. Center 組合性動作串連
3. Locomotion 組合性動作串連</td></tr>
<tr><td>17</td></tr>
<tr><td>18</td><td>期末評量</td><td colspan="2">專題報告撰寫（針對國內、外一個團體做主題報告，內容如：舞團之發展、特色、風格等。）</td></tr>
<tr><td>學習評量</td><td colspan="4">1.定期/總結評量：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：
2.平時/歷程評量：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：</td></tr>
<tr><td>備註</td><td colspan="4"></td></tr>
</table>

<table>
<tr><td rowspan="2">課程名稱</td><td>中文名稱</td><td colspan="3">本國傳統舞蹈</td></tr>
<tr><td>英文名稱</td><td colspan="3">Chinese Ethnic Dance</td></tr>
<tr><td>授課年段</td><td colspan="4">□七年級　□八年級　■九年級</td></tr>
<tr><td>授課學期</td><td colspan="2">■第一學期 □第二學期</td><td>授課節數</td><td>每週 2 節</td></tr>
<tr><td>學習目標</td><td colspan="4">1. 透過基本動作練習提昇肢體技能，掌握傳統戲曲中的身段技法，加強對中華民族舞基本組合之反應能力。
2. 能運用口語及肢體表達動作要點。
3. 能了解中華民族舞的歷史發展沿革並認同、尊重、關懷不同文化。
4. 以開放的態度接受他人建議並自我調整。</td></tr>
<tr><td rowspan="15">教學大綱</td><td>週次</td><td>單元/主題</td><td colspan="2">內容綱要</td></tr>
<tr><td>1</td><td rowspan="3">本國傳統舞蹈基礎－基本動作組合訓練</td><td colspan="2">1. 壓腿及踢腿練習
2. 手式組合練習
3. 提沉組合、橫擰組合</td></tr>
<tr><td>2</td><td colspan="2">1. 壓腿及甩腿練習
2. 手式組合動作
3. 提沉沖靠含仰移</td></tr>
<tr><td>3</td><td colspan="2">1. 壓腿及踢腿練習
2. 控制組合練習
3. 手眼組合</td></tr>
<tr><td>4</td><td rowspan="3">本國傳統舞蹈基礎－基本動作組合訓練 I</td><td colspan="2" rowspan="3">1. 壓腿及踢腿練習
2. 技巧組合練習
3. 環手盤腕組合
4. 身段舞姿訓練</td></tr>
<tr><td>5</td></tr>
<tr><td>6</td></tr>
<tr><td>7</td><td>期中評量</td><td colspan="2">1. 壓腿及踢腿練習
2. 技巧組合練習
3. 身段舞姿訓練</td></tr>
<tr><td>8</td><td>運動傷害小常識</td><td colspan="2">運動傷害防護與基本處理</td></tr>
<tr><td>9</td><td rowspan="5">本國傳統舞蹈基礎－基本動作組合訓練 II</td><td colspan="2" rowspan="2">1. 踢腿練習
2. 跳躍練習：飛燕、蹦子
3. 身段步法：小碎步、雲步、花梆步等</td></tr>
<tr><td>10</td></tr>
<tr><td>11</td><td colspan="2">1. 踢腿練習
2. 跳躍練習：飛腿
3. 翻轉練習：點步翻身、平轉</td></tr>
<tr><td>12</td><td colspan="2" rowspan="2">1. 技巧組合呈現
2. 身段舞姿呈現
3. 跳躍技巧組合</td></tr>
<tr><td>13</td></tr>
<tr><td>14</td><td>本國傳統舞蹈基礎</td><td colspan="2">青春版《牡丹亭》作品賞析</td></tr>
</table>

		一國劇身段之簡介	1. 國劇身段的特色 2. 經典劇作之賞析
	15	民間舞蹈－東北秧歌的起源	1. 淺談「東北秧歌」的起源_在插秧耕田閒暇時的勞動生活。 2. 瞭解「東北秧歌」的發展與特色 3影片賞析：手巾花教學影片
	16 17	民間舞蹈－東北秧歌手巾花訓練	1. 單臂花、雙臂花、交替花、纏花 2. 蚌殼花、蝴蝶花、裡繞花、外片花
	18	民間舞蹈－東北秧歌舞步練習與組合練習	1. 步法：前踢步、後踢步、雙顫步、別步、跳踢步、別步跳踢 2. 肩上裡外繞花組合練習
	19	民間舞蹈－課程總複習	1. 東北秧歌手巾花組合 2. 東北秧歌舞步練習與組合練習
	20	期末技巧動作組合呈現	1. 分組呈現 2. 討論及分享
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	本國傳統舞蹈		
	英文名稱	Chinese Ethnic Dance		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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. 透過基本動作練習提昇肢體技能，強調質地的掌控和動作細節的處理。 2. 能運用口語及肢體表達動作要點。 3. 將不同動作組合與串聯。 3. 能了解中華民族舞的歷史發展沿革並認同、尊重、關懷不同文化。 4. 以開放的態度接受他人建議並自我調整。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2 3	本國傳統舞蹈基礎－基本動作組合訓練 III	1. 踢腿練習 2武功技巧組合 3. 身段技巧組合	

教學大綱	4 5 6	本國傳統舞蹈基礎－基本動作組合訓練 III	1. 踢腿練習 2武功技巧組合 3. 身段技巧組合
	7	期中評量	1. 壓腿及踢腿練習 2. 技巧組合練習 3. 身段舞姿訓練
	8 9	民間舞蹈－認識少數民族舞蹈「傣族」	1. 認識傣族文化風情 2. 了解傣族舞蹈風格特色 3. 步法：小碎步、雲步、花梆步等
	10	民間舞蹈－傣族舞蹈基本舞姿 I	
	11 12		1. 手姿練習 2步法練習 3. 基本舞姿練習
	13 14 15 16	民間舞蹈身段－傣族舞蹈基本舞姿之創作 II	將前面所學之傣族動作分組選曲，編作組合。
	17	期末評量	1. 傣族舞蹈創作小品呈現 2討論與分享
	18	舞蹈欣賞	《雲南印象》作品賞析
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	即興與創作		
	英文名稱	Improvisation and Creation		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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. 嘗試探索自己的身體。 2. 認識舞蹈元素在肢體動作中的運用。 3. 勇於表現自我。			

	4.透過觀察與分組討論的方式，學習互相合作的精神與溝通的能力，培養同儕間的良好默契。 5.能學習欣賞現代舞作品，並提出觀點。		
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要
	1 2 3	主題式大發想 I—即興元素大考驗	1.元素激盪 2.即興練習 3.個別呈現與回饋
	4 5 6	主題式大發想 II—五顏六色	1.顏色聯想 2.即興練習 3.個別呈現與回饋
	7	主題式大發想 III—詩詞舞達人	認識文字的意義與由來
	8 9 10	當舞蹈碰上美術 III—點	1.身體創作聯想與練習 2.個別呈現與回饋
	11 12	主題式大發想 IV—圖・像	1.圖像與想像 2.身體體驗與練習 3.個別呈現與回饋
	13 14 15	主題式大發想 V—身體交響曲	1.分析音樂之屬性與感受 2.即興練習 3.個別呈現與回饋
	16 17 18	主題式大發想 VI—擬人擬物	1.認識物體的特性與功能性 2.即興練習 3.個別呈現與回饋
	19	主題呈現	1.隨機抽題即興呈現：元素、顏色、文字、圖像、音樂及物體等聯想 2.個別呈現與回饋
	20	舞蹈欣賞	鄭宗龍、黃翊作品賞析

學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：
備註	

課程名稱	中文名稱	即興與創作		
	英文名稱	Improvisation and Creation		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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. 嘗試探索自己的身體。 2. 認識舞蹈元素在肢體動作中的運用。 3. 勇於表現自我。 4. 藉由分組活動，培養與人溝通、協調與合作之能力。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	創意大無限 I—我有話要說	1. 賞析各樂器演奏的音色。 2. 分享音樂對自我的感受。 3. 尋找喜愛的音樂曲風。	
	2			
	3		1. 分享彼此喜愛或關注的議題。 2. 討論若以此議題如何用舞蹈呈現。	
	4		1. 選擇創作的主題。 2. 主題架構的表現方式。	
	5			
	6	創意大無限 II—探索心世界	1. 動作的產生：模仿、元素、情緒、即興等。 2. 創作練習。	
	7			
	8			
	9			
	10		1. 主題動作創造。 2. 主題動作的延伸及變化。	
	11			
	12			
	13	創意大無限 III—藝術的力量	1. 創作練習。 2. 討論與分享。	
	14			
	15			
	16			

	17		1. 作品練習呈現。 2. 討論與修正。
	18	創作呈現	1. 作品呈現 2. 討論與回饋
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	舞蹈專題學習		
	英文名稱	Dance Project		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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.對於表演藝術之展演籌畫的歷程有更精進的概念與技能。 2.具備簡單海報設計與影音剪輯之能力。 2.藉由實作經驗發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 3.藉由分組互動培養與人溝通協調與合作之能力。 4.以開放的態度接受他人建議並能自我調整。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1	We are the Super Team	1. 了解劇場藝術各部門與行政部門之工作職掌 2. 認識劇場演出時所需的幕後準備工作 3. 展演籌備過程說明：展演前置作業介紹前台、後台各工作項目及對展演活動籌畫有基本的概念 4. 後台工作職掌:如場地布置與拆台協助換裝道具換場等工作 5. 認識劇場空間與配置	
	2			
	3			
	4			
	5			
	6			
	7			
	8			
	9	打造不一樣的我 I-攝影基礎學	1. 介紹基礎影像入門概念與結構 2. 介紹各類型影像表現風格 3. 認識攝影工具 4. 實戰影像拍攝的技巧與方式	
	10			
	11			
	12			

	13 14 15 16	打造不一樣的我II-影像剪輯術	1. 介紹剪輯軟體之功能與運用 2. 影片製作：「以校園生活」相關主題設計腳本，並規劃拍攝計畫實際拍出影片 3. 運用所學之各類軟體編輯影像，包含加入音效、配樂、字幕等後製工作
	17 18	舞蹈講座-運動物理治療防護	1. 認識舞者常見的受傷部位 2. 學習舞蹈傷害基本防護的觀念與技能 3. 運用器具提升腰、膝蓋、腳踝與脊椎側彎的保護與訓練能力
	19 20	期末報告與檢討	1. 分享學習成果 2. 本學期舞蹈專題回顧與省思，並為自己訂立新的學習目標
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

課程名稱	中文名稱	舞蹈專題學習		
	英文名稱	Dance Project		
授課年段	□七年級 □八年級 ■九年級			
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. 對於表演藝術之展演籌畫的歷程有更精進的概念與技能。 2.了解當代藝術之趨勢並如何與科技結合。 2.藉由實作經驗發覺個人專長及劇場藝術相關人才職業試探。 3.藉由分組動培養與人溝通協調與合作之能力。 4.以開放的態度接受他人建議並能自我調整。			
教學大綱	週次	單元/主題	內容綱要	
	1 2 3	舞蹈與科技	1. 了解舞蹈科技的內容與形式。 2. 認識國內外舞蹈與舞團創作的舞蹈科技作品。	

	4 5 6		3. 發揮想像力與創作力，靈活地運用於舞蹈作品中運用現代攝影結合肢體創作，呈現不同形式的舞蹈作品。
	7 8 9 10 11 12 13 14 15 16	屬於我們的畢業製作	1. 討論畢業製作的主題與表演形式 2. 分工合作並討論各組職責 3. 擬定展演計畫與籌備進度 4. 舞蹈排練與文宣製作 5. 展演場地布置
	17	舞蹈講座-國內舞團校園巡迴講座	1. 增益舞蹈藝術專業相關知能，並了解在地舞蹈藝術發展現況 2. 能欣賞舞蹈藝術作品知內涵
	18		
	19 20	畢業製作成果展現	1. 正式展演 2. 分享與檢討
學習評量	1.定期/總結評量：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： 2.平時/歷程評量：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：		
備註			

柒、附錄

附錄一：臺中市立豐陽國中藝術才能班-舞蹈班課程發展工作小組組織要點

114年6月校務會議通過

一、 依據：教育部「國民中小學藝術才能班—舞蹈班課程基準」

二、 目的：依設班目標及理念規劃及擬訂藝術才能舞蹈班中長程發展計畫。

三、 組織分工：課程發展工作小組的成員包括校長、輔導主任、教務主任、教學組長、藝才班專責、舞蹈班召集人、導師代表、舞蹈專業教師 2 人、家長代表，必要時亦得聘請學者專家列席諮詢。各成員執掌如下：

校　　長：總理課程發展事宜並進行監督之事宜。

輔導主任：綜理藝術才能班業務，溝通協調，掌握工作進程。

教務主任：課程計畫擬定及推廣，並規畫課程內容與師資安排。

藝才班專責：業務規劃、活動推廣與文書處理。

行政代表：課程安排與協調。

舞蹈班召集人：協助處理藝術才能舞蹈班相關業務與行政之執行。

導師代表：提供學生基本資料，並協助舞蹈教師共同擬定和進行教學計畫。

舞蹈專業教師 2 人：與課程委員協調課程發展、編製教材及教學實施與評量。

舞蹈班學生家長代表：提供學生生長史等資料，支持並提供舞蹈才能班課程發展意見。

專家學者：積極支持並提供舞蹈才能班課程發展意見。(舞蹈專家學者)

舞蹈班學生代表：審議舞蹈班課程規劃及舞蹈班整體運作的模式。

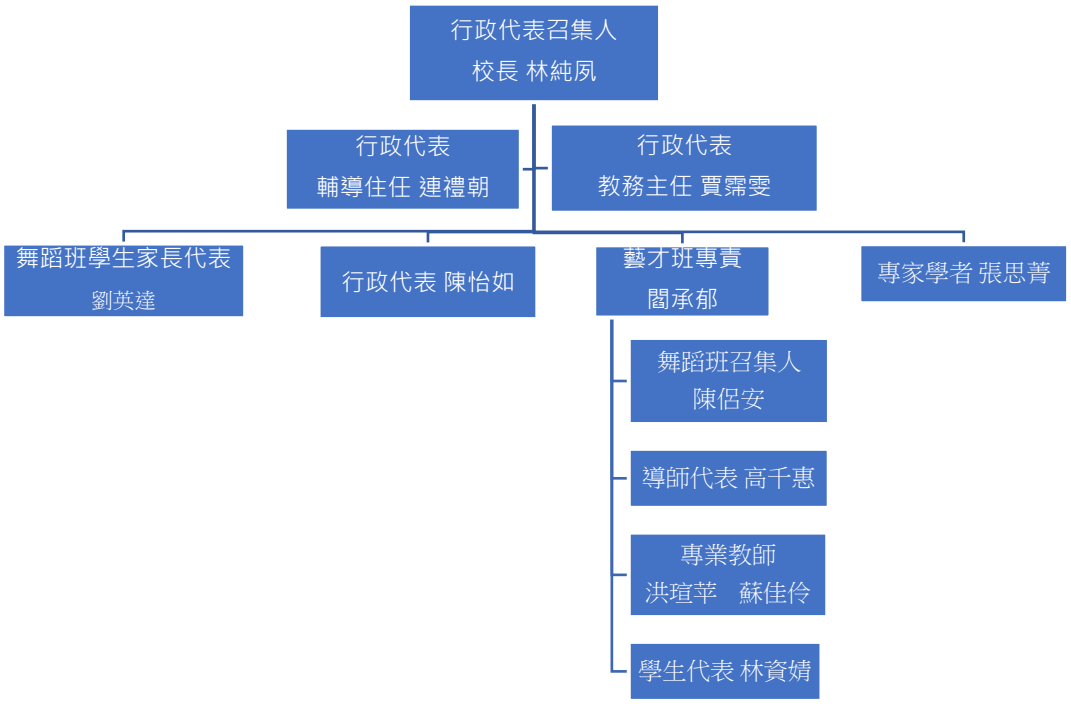
四、 組織成員：

藝術才能舞蹈班課程發展工作小組名單

委員職稱	工作事項
校長 林純夙	綜理與督導。
輔導主任 連禮朝	綜理藝術才能班業務，溝通協調，掌握工作進程。
教務主任 賈霈雯	課程與師資規劃。
藝才班專責 閻承郁	1. 藝術才能班業務推動及活動策劃執行。 2. 擬定藝術才能班計畫、召開會議。
行政代表 陳怡如	課程安排及協調。
導師代表 高千惠	協助藝術才能班各項活動執行。 班級學生資料建置。 整合家長資源及建立聯繫管道。
舞蹈班召集人 陳侶安	1. 擬定藝術才能班課程計畫。 2. 協助推動藝術才能班課程及各項活動執行。
專業教師 洪瑄芊	1. 專業指導與教學。 2. 協助推動藝術才能班業務及各項活動執行。

專業教師 蘇佳伶	1. 專業指導與教學。 2. 協助推動藝術才能班業務及各項活動執行。
舞蹈班學生家長代表 劉英達	協助班級運作。
專家學者 張思菁	課程諮詢與輔導。
舞蹈班學生代表 林資婧	審議課程規劃及舞蹈班整體運作。

藝術才能舞蹈班課程發展工作小組組織圖



五、 會議：

定期會議：本課程發展工作小組應於每學年開學初（或暑假中），召開小組會議擬定課程 計畫，並依計畫確實執行。

不定期會議：舞蹈教師實施教學計畫遇到困難如無法處裡，或上級督導單位臨時交辦時，得要求召開發展工作小組會議處理。

六、本辦法經校長核定後實施，並得於課程發展工作小組會議中視需要修訂。

附錄二：藝術才能舞蹈班課程發展小組會議紀錄

臺中市立豐陽國民中學114學年度第二學期

舞蹈班課程發展會議 會議記錄

時間：115年6月9日（星期二）中午07：40

地點：微笑之屋

主席：林純夙校長

紀錄：閻承郁老師

出列席：詳如簽到表

壹、主席報告：上週的豐陽雩舞活動圓滿落幕，感謝各位老師的辛苦指導。

貳、工作報告：

一、115學年的課程安排，術科課程結束不變，教學以校內教師為主，外聘教師則盡量於課後、假日及暑期進行加深加廣課程。

參、提案討論：

提案一

案由：**115學年度舞蹈班課程計畫(如附件)，提請討論**。

說明：

1. 依據「十二年國民教育基本藝術才能班課程實施規範」、「十二年國民基本教育藝術才能專長領域課程綱要」。修訂112學年度課程計畫內容。
2. 課程計畫經決議通過後送本校課程發展委員會審查。

決議：同意，照案通過，送本校課程發展委員會審查。

肆、臨時動議：

說明：

決議：

伍、散會。

114 學年度第 2 學期 舞蹈班課程發展小組會議 簽到表

- 時間：115 年 6 月 9 日（二）上午 7：40
- 地點：微笑之屋

出席人員		簽名
校　長	林純夙	
輔導主任	連禮朝	
教務主任	賈霈雯	
教學組長	陳怡如	
藝才專責	閻承郁	
舞蹈班召集人	陳侶安	
舞蹈教師	洪瑄苹	
舞蹈教師	蘇佳伶	
109 導師	巫靜怡	
209 導師	高千惠	
307 導師	羅清月	
家長會長	劉英達	請假
學生代表	林資婧	

附錄三：臺中市立豐陽國中 114 學年度課程發展委員會議資料