

附件 1-112 上社團-開課基本資料表

申請單位/人	陳筠臻		
指導老師	陳筠臻	聯絡電話	0917-357035
聯絡人 e-mail	yumi114190@gmail.com		

社團/班級名稱	舞蹈社團
課程類別	<input type="checkbox"/> 學藝類社團：語文類、科學類等。 <input type="checkbox"/> 體育類社團：球類、田徑類、技擊類等。 <input checked="" type="checkbox"/> 才藝類社團：音樂類、表演團隊、視覺藝術類等。 <input type="checkbox"/> 其它類別社團( )。
課程內容簡介	1. 初步認識身體與動作 2. 學會正確有效的身體練習動作技巧 3. 學習簡單運用肢體表達的能力 4. 學習觀察、模仿及創作等基本能力 5. 培養了解自己的肢體能力並能欣賞他人肢體的能力
招生年級	1-6 年級
活動時間	<input type="checkbox"/> 週一班(13 次) <input type="checkbox"/> 週二班(14 次) <input type="checkbox"/> 週三班(14 次) <input type="checkbox"/> 週四班(14 次) <input checked="" type="checkbox"/> 週五班(13 次) 自 <u>上</u> 午(7)時(35)分至上 <u>午</u> (8)時(45)分止。
費用	1. 報名費 <u>1300</u> 元 2. 其他(教材費或材料費)： <u>                </u> 費， <u>                </u> 元
每班招生人數	預計收( <u>35</u> )人。(為維護學生上課品質，超過25人安排助教。)
學生上課自備物品	
上課其他注意事項	務必著彈性大的褲子，著運動鞋。

附件 3-112 上社團-授課內容計畫書

◎社團/班級名稱：【 舞蹈社 】 ◎任課教師：【 陳筠臻 】

◎班次：週一班 週二班 週三班 週四班 週五班

★週一班有 13 次上課、週二班有 14 次上課、週三班有 14 次上課、週四班有 14 次上課、週五班有 13 次上課。

★填寫授課內容將於招生時提供家長參考。

次數	上課日期	時間	授課內容	授課教師簽名
例	112. 09. 18	16:00-17:30	請依該節授課內容填寫	
1	112. 09. 22	7:45~8:35	肢體律動 動作複習一(手部轉動技巧.身體壓低位置) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
2	112. 10. 06	7:45~8:35	Warm-up 課程所需律動 基礎 hip hop 動作複習一(小雞舞部.前踢雙腳左右開合) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
3	112. 10. 13	7:45~8:35	肢體律動 動作複習一(左右腳抬由外向內收技巧) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習 緩和運動:肢體延展	
4	112. 10. 20	7:45~8:35	Warm-up 課程所需律動 基礎 locking 動作複習一(手部轉動技巧.身體壓低位置) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
5	112. 10. 27	7:45~8:35	肢體律動 動作複習一(右手轉左腳出的協調) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習 緩和運動:肢體延展	
6	112. 11. 10	7:45~8:35	Warm-up 課程所需律動 基礎 hip hop 動作複習一(雙腳交合轉圈.雙腳前後運用) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	

7	112.11.17	7:45~8:35	肢體律動 動作複習一(兩手轉動搭配單腳抬放) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習 緩和運動:肢體延展	
8	112.11.24	7:45~8:35	Warm-up 課程所需律動 基礎 locking 動作複習一(左右腳抬由外向內收技巧) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
9	112.12.01	7:45~8:35	肢體律動 課程所需律動 動作複習一(肢體敏捷度) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 緩和運動:肢體延展	
10	112.12.08	7:45~8:35	Warm-up 課程所需律動 基礎 hip hop 動作複習一(前後 up down 運用) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
11	112.12.15	7:45~8:35	肢體律動 動作複習一(手部轉動技巧.身體壓低位置) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
12	112.12.22	7:45~8:35	Warm-up 課程所需律動 基礎 hip hop 動作複習一(小雞舞部.前踢雙腳左右開合) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習	
13	112.12.29	7:45~8:35	肢體律動 動作複習一(左右腳抬由外向內收技巧) 動作複習二(跟著音樂從頭到尾不斷練習) 舞碼練習 緩和運動:肢體延展	