


臺南市仁愛國小 111 學年度 第一學期社團 課程規劃表

社團名稱	舞蹈入門	指導老師	王婕仔老師 (手機 0973-345798)
上課時間	每週五 12:50 ~14:20	上課地點	活動中心 2 樓舞台
參加年級/ 人數	【1-4】年級 【8】人開班，上限【15】人	教材或 其他額外收費	舞鞋 300 元
課程簡介	舞蹈某部份起源是來自於生活中，由站而走、由走而跑、由跑而跳、由跳而躍，擷取此基本元素進而轉換為舞蹈，並取自自我本能自然呼吸感，搭配全身肢體協調性開發，強化心靈喚醒與肢體的認知度，構圖出美感的舞蹈藝術。		
週次	日期	課程內容	備註
1	9/16(五)	教師評估習舞狀態，進而認識新同學，舞蹈課程注意事項。	
2	9/23(五)	舞蹈肢體探索及開發，啟發創造力。	
3	9/30(五)	基本舞蹈動律練習及認識舞蹈術語。	
4	10/7(五)	認識舞蹈道具 及 基本舞蹈入門動作訓練。	
5	10/14(五)	提升肢體柔軟度、肌耐力及延展度。	
6	10/21(五)	練習舞蹈音樂的節奏。例如：快、慢、節拍練習	
7	10/28(五)	強化動作設計加入感覺統合刺激孩子發展。	
8	11/4(五)	★停課一次(期中考週)	考試日期 11/3(四)、11/4(五)
9	11/11(五)	擷取適齡音樂，教授舞蹈小品主要動作(完成三分之一)。	
10	11/18(五)	講解動作過程及線性動作的主要途徑。	
11	11/25(五)	肢體協調性的動律練習；教授舞蹈小品(完成三分之二)。	
12	12/2(五)	融入空間的變化，高、中、低及平面、立體的肢體表現	
13	12/9(五)	強化肢體動律，將呼吸融入於舞蹈肢體之中。	
14	12/16(五)	動作設計加入感覺統合發展，包含視.聽.觸.動.前庭平衡覺	
15	12/23(五)	強化舞蹈空間運行並完成舞蹈小品。	

16	12/30(五)	★停課一次	運動會補假
17	1/6(五)	舞作組合練習及分組觀摩。例如：欣賞表演藝術。 最後課堂發表自我的想法、創意及課程感想。	
上課總堂數		15 堂	
 若曾參加舞蹈社團已有購買舞鞋者，本期則無需購買。			

★本學期統一停課時間：

1	9/9(五) 中秋節調整放假
2	10/10(一) 國慶補放假
3	11/3(四)-11/4(五) 期中評量
4	12/24(六)校慶運動會
5	12/30(五)運動會補假
6	1/2(一) 元旦補假
7	1/10(二)-1/11(三)期末評量