

臺南市仁愛國小 111 學年度 第二學期社團 課程規劃表

社團名稱	舞蹈入門		指導老師	王婕仔 老師 0973 345 798
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 【 9 】人開班，上限【 15 】人		教材或 其他額外收費	舞鞋 300 元 (僅代購，可自備)
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	2/24(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	3/3(五)	舞蹈肢體探索及開發，啟發創造力。例如：創造肢體生活化成果展舞蹈小品複習(三分之一) 並加入新同學。		
3	3/10(五)	基本舞蹈動律練習；成果展舞蹈小品複習(三分之二)。		
4	3/17(五)	強化動作設計加入感覺統合刺激孩子發展。 成果展舞蹈小品複習及隊形變化。		
5	3/24(五)	練習眼神的臉部表情。例如：自信心的培育。 成果展舞蹈小品及演出進退場練習。		成果展
6	3/31(五)	認識舞蹈道具 及 基本舞蹈入門動作訓練。		
7	4/7(五)	基本舞蹈入門動作訓練中，進而提升肢體柔軟度、肌耐力、協調性及延展度。		
8	4/14(五)	練習舞蹈音樂的節奏。例如：快、慢、節拍練習		
9	4/21(五)	擷取適齡音樂，教授舞蹈小品主要肢體動作。		
10	4/28(五)	強化肢體動律，將呼吸融入於舞蹈肢體之中。 舞蹈小品 完成三分之一。		
11	5/5(五)	動作設計中，加入感覺統合發展(視.聽.觸.動.前庭平衡覺)		
12	5/12(五)	肢體協調性及音樂動律練習；舞蹈小品 完成三分之二。		
13	5/19(五)	講解動作過程、細節分析及線性動作的主要途徑。		
14	5/26(五)	強化舞蹈空間運行並將其舞蹈小品完成。		
15	6/2(五)	舞蹈小品組合練習並融入隊形變化。		
16	6/9(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	16 堂			
備註：若曾參加舞蹈社團已有購買舞鞋者，本期則無需再另外購買。				