

【表演藝術-舞夢成真】

①外聘教師隔週協同教學一次，分低、中、高年段共3班，低、中年級各1節，高年級2節，113學年度上下學期共20週，合計80節。

②其餘課程時間由校內教師授課，增進校內老師實作經驗，提升教學績效。

低年級課程：

週次	課程主題	年級/人數	教學內容	任課教師 (外聘)
1	音樂節奏練習	低年級 21 人	隨著不同的音樂，用身體打節拍	陳仲玥
2	模仿大秀	低年級 21 人	想像自己是海洋生物，模仿出來讓同學互相猜猜看是什麼動物	陳仲玥
3	想像力	低年級 21 人	想像自己在海洋裡隨意舞動身軀的樣子，每組呈現 4.8 拍的動作	陳仲玥
4	隊形創造	低年級 21 人	分組進行隊形創造, 人數由少至多	陳仲玥
5	道具創作	低年級 21 人	拿氣球當道具分組邊拍做出 4.8 拍動作	陳仲玥
6	道具舞蹈變化及使用	低年級 21 人	介紹前一堂課道具運用及舞蹈結合	陳仲玥
7	翻滾吧	低年級 21 人	前滾翻，後滾翻	陳仲玥
8	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	模仿海洋生物姿態，進行舞蹈呈現(4 個 8 拍動作)	陳仲玥
9	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	複習上週進度 進行舞蹈編排 B 段落，加入道具氣球的元素	陳仲玥
10	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	分組練習 A、B 段落 進行舞蹈編排 C 段落，以學生課程中編排動作為主	陳仲玥
11	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	分組練習 A、B、C 段落 由學生進行間奏隊形編排	陳仲玥
12	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	分組練習 A、B、C 間奏段落 進行舞蹈編排 D 段落	陳仲玥
13	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	分組複習 進行舞蹈結尾編排	陳仲玥

14	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	分組複習 進行舞蹈細修	陳仲玥
15	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	分組複習 進行舞蹈細修	陳仲玥
16	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	舞蹈整合	陳仲玥
17	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	舞蹈整合，進退場練習	陳仲玥
18	舞碼編排 (海洋世界)	低年級 21 人	舞碼總複習	陳仲玥
19	舞碼總彩排	低年級 21 人	舞碼總彩排	陳仲玥
20	成果展演	低年級 21 人	舞碼展演 錄製成果演出	陳仲玥

中年級課程：

週次	課程主題	年級/人數	教學內容	任課教師 (外聘)
1	體能訓練	中年級 22 人	以每組 7 分鐘來訓練心肺及手臂肌耐力訓練	陳仲玥
2	情緒感官	中年級 22 人	依音樂的不同做出不同情緒變化	陳仲玥
3	節奏訓練	中年級 22 人	不同的音樂找尋身體的節奏性	陳仲玥
4	舞蹈創作	中年級 22 人	想像自己是海洋生物，為了保護家園，太初有力量的舞蹈動作，每組呈現 4.8 拍的動作	陳仲玥
5	舞蹈創作	中年級 22 人	想像自己是海洋生物，為了保護家園，太初有力量的舞蹈動作，每組呈現 4.8 拍的動作	陳仲玥
6	道具創作	中年級 22 人	以彩帶來開發出屬於自己的舞蹈動作	陳仲玥
7	道具創作	中年級 22 人	以彩帶來開發出屬於自己的舞蹈動作	陳仲玥

8	道具製作	中年級 22 人	利用水管，和緞帶做出屬於自己的彩帶	陳仲玥
9	故事發想	中年級 22 人	讓學生分組已指定的場景進行故事發想，並完成故事內容	陳仲玥
10	故事發想	中年級 22 人	讓學生分組已指定的場景進行故事發想，並完成故事內容	陳仲玥
11	舞碼編排 海洋保衛戰	中年級 22 人	根據前課程選出一組故事作為舞蹈編排	陳仲玥
12	舞碼編排 海洋保衛戰	中年級 22 人	以基礎的芭蕾舞，呈現海洋中魚兒的樣子 A 段落 (4 個 8 拍動作)	陳仲玥
13	舞碼編排 海洋保衛戰	中年級 22 人	複習上週進度 進行舞蹈編排 B 段落，加入道具氣球	陳仲玥
14	舞碼編排 海洋保衛戰	中年級 22 人	分組練習 A、B 段落 進行舞蹈編排 C 段落	陳仲玥
15	舞碼編排 海洋保衛戰	中年級 22 人	分組練習 A、B、C 段落 舞蹈結尾	陳仲玥
16	舞蹈整合 海洋保衛戰	中年級 22 人	舞蹈整合細修舞蹈	陳仲玥
17	舞碼彩排 海洋保衛戰	中年級 22 人	舞蹈總彩排	陳仲玥
18	舞碼彩排 海洋保衛戰	中年級 22 人	著裝總彩排	陳仲玥
19	舞碼編排 海洋保衛戰	中年級 22 人	著裝總彩排	陳仲玥
20	海洋保衛戰	中年級 22 人	演出	陳仲玥

高年級課程：

週次	課程主題	年級/人數	教學內容	任課教師 (外聘)
1	柔軟度訓練	高年級 22 人	開發學生柔軟度	陳仲玥

2	毯子功	高年級 22 人	倒立、翻滾、前軟翻	陳仲玥
3	舞蹈創作	高年級 22 人	以抽到的物品融合在舞蹈裡	陳仲玥
4	神經反應	高年級 22 人	利用左右手不同的動作，訓練神經反應	陳仲玥
5	表演力	高年級 22 人	用表情展現出喜、怒、哀、樂	陳仲玥
6	道具發想	高年級 22 人	將指定的道具加入現有的舞蹈動作裡，分組練習	陳仲玥
7	道具發想	高年級 22 人	將指定的道具加入現有的舞蹈動作裡，分組練習	陳仲玥
8	舞碼編排 海灘遊行	高年級 22 人	學生以海灘上人們的行為改編成舞蹈動作，A 段由學生編排	陳仲玥
9	舞碼編排 海灘遊行	高年級 22 人	A 段舞蹈細修, B 段編排	陳仲玥
10	舞碼編排 海灘遊行	高年級 22 人	隊形編排，由學生自行完成	陳仲玥
11	舞碼編排 海灘遊行	高年級 22 人	蹈整合，結尾.	陳仲玥
12	服裝設計 海灘遊行	高年級 22 人	由學生自行設計服裝，並加工	陳仲玥
13	服裝設計 海灘遊行	高年級 22 人	由學生自行設計服裝，並加工	陳仲玥
14	舞碼整合 海灘遊行	高年級 22 人	著裝整合舞蹈	陳仲玥
15	舞碼整合 海灘遊行	高年級 22 人	著裝整合舞蹈，修舞	陳仲玥
16	海灘遊行走位	高年級 22 人	舞台走位，定點	陳仲玥
17	海灘遊行總彩排	高年級 22 人	著裝整合舞蹈	陳仲玥
18	海灘遊行總彩排	高年級 22 人	著裝總彩排，模擬實際演出	陳仲玥

19	海灘遊行正式演出	高年級 22 人	著裝正式演出 錄製演出影片	陳仲玥
20	舞蹈作品 回顧	高年級 22 人	演出影片 回顧及課程分享	陳仲玥