

桃園市龍山國小 109 學年度上學期課後社團教學計畫

◎ 開課名稱：_____舞蹈社團_____

◎ 上課時間：星期二 下午(3)：(40)～(5)：(10)

◎ 授課老師及電話：0976720872

◎ 課程簡介：以基本功動作練習，訓練韻律感、節奏感、協調性以及培養自信心，進而以 MV 舞曲融入舞蹈姿態，盡情發揮、展現自我。

◎ 教學目標：學生能夠利用肢體呈現舞蹈風格，以及能夠展現柔軟度的舞蹈姿態。

◎ 教學進度：如下表。

次別	日期	授 課 內 容	備 註
一	9/15	芭蕾舞拉筋暖身和基本舞姿的認識	
二	9/22	利用芭蕾舞姿訓練韻律感	
三	9/29	利用芭蕾舞姿訓練協調性	
四	10/6	嘗試翻滾及訓練協調性	
五	10/13	學習民族舞蹈相關舞姿展現	
六	10/20	學習民族舞蹈相關舞姿展現	
七	10/27	加以訓練基本功且能嘗試自我創作	
八	11/3	利用舞蹈曲目訓練節奏感	
九	11/10	利用舞蹈曲目訓練韻律感	
十	11/17	利用舞蹈曲目訓練協調性	
十一	11/24	成果作品加以訓練 1	
十二	12/1	成果作品加以訓練 2	
十三	12/8	利用舞蹈曲目展現自我、建立信心	
十四	12/15	複習，成果展當週	

註:各社團開課及結業日期都在同一週，請勿更動。

本表請於開課日印發給學生