苗栗縣三灣國民小學大坪分校藝術深耕一表演藝術舞蹈教學教案

學習領域	藝術-表演藝術					
教學主題	新學期 新希望	教學年級	中高年級			
單元名稱	中國求佛舞、韓團 BAAM 混搭曲 風舞蹈教學	教學時間	400 分鐘			
關鍵字	肢體訓練;舞蹈教學;練習教學法					
設計理念	根據十二年國教健康與體育領域課程綱要,表現型運動是「透過肢體展現動作 美感、表達情感與思想、創意、動作技巧與文化精神,同時能欣賞各種表現類型及文化特徵。依表現的對象分為動作、節奏、主題創作表現及民					
det ESTATIA Lade	俗。」從身體素養的角度而言時, 啟發的方式,自在地運用想像力和創 性,達到表達、溝通及自我實現之	每位學生可從 創造力,不斷 目的。	模仿、即興入門,經由引導			
教學設計者	三灣國小大坪分校: 呂家瀅、張惠如					
學習重點	學習 2c-II-2表現增進團隊合作、表表現主動 多與、樂於嘗試的學習態度。 2c-II-3表現主動 多與、樂於嘗試的學習態度。 2c-III-3表現積極多與,接受挑的學習態度。 2d-III-1分享運 於賞與創作的美 感體驗。 3c-表現聯合性動作技能。 3d-II-用動作技能的練習策略。 3c-II-表現穩定的身體控制和協 調能力。 學習 lb-III-1 音樂律動與模仿性創作 路。 lb-III-1 模仿性與主題性創作舞	動 核素 核素動 II-1 1 運 II-1	推體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養, 是進多元感官的發展,在生活 環境中培養運動與健康有關的 長感體驗。			
教學目標	1.能主動參與、樂於嘗試的態度 (2c- 2.能與小組同儕團隊合作與互動,於 1)。 3.能表現積極參與,接受挑戰的 4.能表現聯合性動作技能,展現感知 5.聯合性動作技能,展現感知與欣賞	才論動作技能的 分學習態度 (26 1與欣賞的美	c-Ⅲ-3)。 			
6.能與小組同儕團隊溝通合作,展現穩定身體控制力與協調力,表現模仿性 與 主題性身體創作 (3c-Ⅲ-1、3c-Ⅲ-3、lb-Ⅲ-1)。						
Tut word 4	課程摘要		時間			
教學內容 1、	雙腳伸直,雙手舉高 4*8	雙手打開與局 開) 到右邊左手摸 4 回中間 223 回中間 4234 [右腳 4 回中間			

		1) 146 HOH-1 11	1
		住摸腳動作 4*8	
	4*8 身體倒左邊右手摸左腳	8*8 雙腳打開身體向前彎	
	「1234 回中間 2234 回中間	曲,手撐著下巴 停在那裡休	
	3234 回中間 4234 回中間 停	息八個八拍	
	住摸腳動作 4*8」		
		1*0 扣 之 28 维 毛 豆 肺 一股 四	
	8*8 成蹲的姿勢雙腳併攏 雙	1*8 起立後雙手叉腰 右腳擺	
	手扶地板 「蹲 2345678 屁	後面 成弓箭步~4*8 右腳往	
	股翹高膝蓋伸直」循環四	前踢完再放回原位 「踢 1234	
	次 第四次停住四個八拍	放後面」重複四次	
	4*8 左腳往前踢完再放回原	4*8 雙腳併攏往上跳兩個八	
	位「踢 1234 放後面」重複	拍開合跳兩個八拍	
	四次		【25 分鐘】
	二、發展活動:		
	1.聆賞舞蹈樂曲-「求佛舞」科目	三	
	2.第一段(4*8)舞步分解教學:	- '	
	膝蓋分開 兩腳微彎 左右搖擺	(/ 1/1)	
	744 - 1144 1144 117	(/ \fb)	
	手肘張開 往兩旁轉出去,		マラ 八 公立 】
	右手在上 左手在下 向右上揮	出去(八拍)	【5分鐘】
	兩手握拳交叉 兩腳繼續左右		
	兩手切菜:慢慢右切再左切(/	(拍)	
	快快右切再左切	(11)	
	v · v · · · · · · · · · · · · · · · · ·	441	
	兩手向下往內炒菜炒炒炒(八	、扫)	
	三、綜合活動:		【10 分鐘】
	1.教師綜合說明,請學生回家練	ī習,將口訣背起來。	
	2.提醒下次上課應注意事項。		
	37CHE 7 (CEP) 7 (CEP)		
	第一節結束		
	为 即四本		
	VV. 445 V-71 V-745 V-15-33		【25 分鐘】
	一、準備活動:暖身練習		
	1.頭部:點頭一轉頸		
	2.肢體:手部動作-腰臀-腿部	動作	
	3.緩和動作		
	- /WX/1P-2/J11		
	一、		
	二、發展活動:		
	1.複習上次課程		
	2.舞步分解教學:		
	第二段 4*8		
	手花朵朵開		
		LII/4 l	
	兩手舉高,一前一後做出花兒	, p p .	
	向前是一朵花 向後也是一朵		【5 分鐘】
	兩手往上做出朵朵花再往下	往旁邊	「「」との理】
	(換邊再做一次)		
	右手在後 左手在前 做轉圈拉	竪弓姿勢	
		<i></i>	
<u> </u>			

雙手合十 做魚兒游泳姿勢	
三、綜合活動: 1.教師綜合說明,請學生回家練習,將口訣背起來。 2.提醒下次上課應注意事項。	【10 分鐘】
第二節結束	【25 分鐘】
一、準備活動:暖身練習1.頭部+肢體2.舞曲基本動作融入	【5分鐘】
二、發展活動: 1.複習第一、二段課程:加強不熟悉的花朵動作 2.第三段舞曲教學: 切菜:右切兩下 左切兩下 右手伸出食指往前伸直 兩腳繼續左右晃動 右手放腰後 左手往前往旁邊搖晃 雙腳同時左右搖動 右手放額頭邊 做敬禮姿勢	【10 分鐘】
 2.隊形變化練習與結束隊形變換練習 分三組前中後排出一位投球位打擊出去 一位當球飛出去 一接球 一往前跑 再做最後動作坐下成佛姿勢 結束動作 三、綜合活動: 1.動作修正 2.教師綜合說明,請學生回家要練習,並將口訣背起來。 	【25 分鐘】
第三節結束 第三節結束	
 一、準備活動:暖身練習 1.頭部:點頭—轉頸 2.肢體:手部動作—腰臀—腿部動作 3.緩和動作 	【5分鐘】
二、發展活動: 1.複習上一段舞曲「求佛」 2.聆賞韓團舞蹈樂曲-「BAAM」 3.音樂舞步第一段分解教學: 兩手肘往左右舉高,與肩膀同高,上下如拍翅 雙腳往前扭,並向前兩拍、再向右邊兩拍、	【10 分鐘】
再回前面兩拍做滑步 左手插腰 右手往頭上舉高繞圈圈做牛仔套牛狀、 同時兩腿往下壓蹲像青蛙 右腳前點後點再右轉	【25 分鐘】

(以上動作重複兩次)	
三、綜合活動:	
1.教師綜合說明,請學生覆誦口訣。 2.動作叮嚀提醒。	
 第四節結束	【5分鐘】
一、準備活動:暖身練習	
1.頭部:點頭一轉頸	
2.肢體:手部動作—腰臀—腿部動作	
3.舞曲基本動作融入	
 二、發展活動:	【10 分鐘】
1.複習-第一段舞步	
2.音樂舞步第二段分解教學:	
左腳再前 右手往左手手腕點點 比看時間動作、	
左右點頭加上扭屁股	【25 分鐘】
雙手食指往兩邊平舉出去點點頭	
右轉像磨石臼往下壓手搧扇子	
右手往上做額頭瞄準姿勢	
 三、綜合活動:	
1.教師針對各組動作講評。	
2.表現優秀學生予以口頭獎勵。	
第五節結束	Tr / Last T
》(在)工程, · IIII 白 / 在 习习	【5分鐘】
一、準備活動:暖身練習 1.頭部:點頭—轉頸	
3.緩和動作	
	7 / T Avir T
二、發展活動:	【10 分鐘】
1.複習-第一段、第二段舞步	
2.第三段舞步分解教學:	
第三段 4*8	
右手放左胸 左手放右胸 兩手在胸前交叉 兩手抱拳 再往頭兩側敲打兩下	【25 分鐘】
端盤子:兩手手掌往上翻 兩腳左右點踏	
左手插腰 右手往臉部擦臉,右腳往前踢三下	
走前面:右手左手 向前劃出大肚子	
三、綜合活動:	

2.教師隊形安排。	【5分鐘】
第六節結束	
一、準備活動:暖身練習	
1.頭部:點頭—轉頸 2.肢體:手部動作—腰臀—腿部動作	Tao /i Art I
3. 緩和動作	【10分鐘】
二、發展活動: 1.複習第三段舞步 分組檢測	
2.第四段舞兩手交叉胸前右腳向前跨一步	【25 分鐘】
雙手往前甩一下 右腳收回來 手指右比七 往前伸直 再放屁股後扭兩下	1 /4/222
蹲下 右腳在前 兩手掌手指相交疊 做波浪形狀上下動 兩手往前甩兩下	
站起來 右手遮眼睛 交叉在胸前畫圓圈 同時屁股扭四下	
三、綜合活動:	
1.教師針對各組動作講評。 2.表現優秀學生予以口頭獎勵。	【5 分鐘】
第七節結束	
一、準備活動:暖身練習	
1.頭部:點頭一轉頸	V / 1 Arts V
2.肢體:手部動作—腰臀—腿部動作 3.緩和動作	【10分鐘】
二、發展活動:	
1.複習第一段舞步動作	【25 分鐘】
2.音樂舞步第二段分解教學(4*8): 分段:左邊手伸出去抓回來蹲下去	
右邊手伸出去抓回來蹲下去 中間左右交叉往前走 2 步	
哇哇哇往後走	
右走兩步敬禮兩次	【5分鐘】
三、綜合活動: 1.肢體延展放鬆。	
2.教師綜合說明,提醒下次將進行舞碼驗收考試。	
第八節結束	【10分鐘】
一、準備活動:暖身練習	

1.頭部:點頭-轉頸 2.肢體:手部動作-腰臀-腿部動作 3.緩和動作 【25分鐘】 二、發展活動: 1.複習第一、二段舞步 2.分組進行動作小測驗 【5分鐘】 3.隊形編排練習 4.學生發表心得 二、綜合活動: 1.動作檢討。 2.教師綜合說明。 第九節結束 一、準備活動:暖身練習 1.點頭、轉頸、轉手、扭腰、伸腿 2.肢體開發活動一 伸展、身體柔軟度訓練、肌耐力訓練 3.緩和動作 二、發展活動: 1.隊形變化練習 2.兩首舞曲串聯發表 三、綜合活動: 1.教師課程總結說明。 2. 獎勵表現優良學生。 3.學生心得感想。

第十節結束