

【表演藝術-埔舞新姿】

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，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	年級/人數	上課節次	主題	教學內容	任課教師 (外聘)
1	低年級 22 人	第 1 節	音樂節奏練習	隨著不同的音樂，用身體打節拍	陳仲玥
2	低年級 22 人	第 1 節	聲音表達技巧訓練	配合各式情境狀況，揣摩角色類型，運用不同的發聲部位，準確傳達角色的各種情緒	陳仲玥
3	低年級 22 人	第 1 節	身體感知能力	兩人一組，閉上雙眼在不同地點舞動身體	陳仲玥
4	低年級 22 人	第 1 節	隊形創造	分組進行隊形創造，人數由少至多	陳仲玥
5	低年級 22 人	第 1 節	白紗道具創作	拿白紗當道具分組邊拍做出 4.8 拍動作	陳仲玥
6	低年級 22 人	第 1 節	道具舞蹈變化及使用	介紹前一堂課道具運用及舞蹈結合	陳仲玥
7	低年級 22 人	第 1 節	翻滾吧	前滾翻，後滾翻	陳仲玥
8	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	以基礎的現代舞蹈，呈現海洋中魚兒的樣子 A 段落 (4 個 8 拍動作)	陳仲玥
9	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	複習上週進度 進行舞蹈編排 B 段落，加入 道具白紗	陳仲玥
10	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	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	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	分組練習 A、B、C 段落 由學生進行間奏隊形編排	陳仲玥

12	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	分組練習 A、B、C 間奏段落 進行舞蹈編排 D 段落	陳仲玥
13	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	分組複習 進行舞蹈結尾編排	陳仲玥
14	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	分組複習 進行舞蹈細修	陳仲玥
15	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	分組複習 進行舞蹈細修	陳仲玥
16	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	舞蹈整合	陳仲玥
17	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	舞蹈整合，進退場練習	陳仲玥
18	低年級 22 人	第 1 節	舞碼編排 (海洋之星)	舞碼總複習	陳仲玥
19	低年級 22 人	第 1 節	舞碼總彩排	舞碼總彩排	陳仲玥
20	低年級 22 人	第 1 節	成果展演	舞碼展演 錄製成果演出	陳仲玥

中年級課程：

週次	年級/人數	上課節次	主題	教學內容	任課教師 (外聘)
1	中年級 19 人	第 4 節	體能訓練	以每組 7 分鐘來訓練心肺 及手臂肌耐力訓練	陳仲玥
2	中年級 19 人	第 4 節	情緒感官	依音樂的不同做出不同情 緒變化	陳仲玥
3	中年級 19 人	第 4 節	節奏訓練	不同的音樂找尋身體的節 奏性	陳仲玥
4	中年級 19 人	第 4 節	雙人默契大考驗	兩人組創作出雙人動作	陳仲玥
5	中年級 19 人	第 4 節	小小舞者	芭蕾舞基礎動作練習	陳仲玥

6	中年級 19 人	第 4 節	小小舞者	芭蕾舞基礎動作練習	陳仲玥
7	中年級 19 人	第 4 節	大地和我一起滾吧	讓指定的身體與地板接觸進行翻、滾等練習	陳仲玥
8	中年級 19 人	第 4 節	道具氣球發想	以氣球為道具,讓學生自己發揮想像力,表達對氣球的不同想法	陳仲玥
9	中年級 19 人	第 4 節	故事發想	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	中年級 19 人	第 4 節	故事發想	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	中年級 19 人	第 4 節	舞碼編排 海洋奇緣	根據前課程選出一組故事作為舞蹈編排	陳仲玥
12	中年級 19 人	第 4 節	舞碼編排 海洋奇緣	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	中年級 19 人	第 4 節	舞碼編排 海洋奇緣	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	中年級 19 人	第 4 節	舞碼編排 海洋奇緣	分組練習 A、B 段落 進行舞蹈編排 C 段落	陳仲玥
15	中年級 19 人	第 4 節	舞碼編排 海洋奇緣	分組練習 A、B、C 段落 舞蹈結尾	陳仲玥
16	中年級 19 人	第 4 節	舞蹈整合 海洋奇緣	舞蹈整合細修舞蹈	陳仲玥
17	中年級 19 人	第 4 節	舞碼彩排 海洋奇緣	舞蹈總彩排	陳仲玥
18	中年級 19 人	第 4 節	舞碼彩排 海洋奇緣	著裝總彩排	陳仲玥
19	中年級 19 人	第 4 節	舞碼編排 海洋奇緣	著裝總彩排	陳仲玥
20	中年級 19 人	第 4 節	海洋奇緣	演出	陳仲玥

高年級課程：

週次	年級/人數	上課節次	主題	教學內容	任課教師 (外聘)
1	高年級 18 人	第 2、3 節	柔軟度訓練	開發學生柔軟度	陳仲玥
2	高年級 18 人	第 2、3 節	毯子功	倒立、翻滾、前軟翻	陳仲玥
3	高年級 18 人	第 2、3 節	即興舞蹈創作	以抽到的物品融合在舞蹈裡	陳仲玥
4	高年級 18 人	第 2、3 節	音樂節奏練習	隨著不同的音樂，用身體打節拍	陳仲玥
5	高年級 18 人	第 2、3 節	表演力	用表情展現出喜、怒、哀、樂	陳仲玥
6	高年級 18 人	第 2、3 節	道具玩很大	讓學生自行帶任一件物品作為舞蹈中的道具	陳仲玥
7	高年級 18 人	第 2、3 節	道具玩很大	讓學生自行帶任一件物品作為舞蹈中的道具，進行個人演出	陳仲玥
8	高年級 18 人	第 2、3 節	舞碼編排 夏日派對	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	高年級 18 人	第 2、3 節	舞碼編排 夏日派對	A 段舞蹈細修, B 段編排	陳仲玥
10	高年級 18 人	第 2、3 節	舞碼編排 夏日派對	隊形編排，由學生自行完成	陳仲玥
11	高年級 18 人	第 2、3 節	舞碼編排 夏日派對	蹈整合，結尾.	陳仲玥
12	高年級 18 人	第 2、3 節	服裝設計 夏日派對	由學生自行設計服裝，並加工	陳仲玥
13	高年級 18 人	第 2、3 節	服裝設計 夏日派對	由學生自行設計服裝，並加工	陳仲玥
14	高年級 18 人	第 2、3 節	舞碼整合 夏日派對	著裝整合舞蹈	陳仲玥

15	高年級 18 人	第 2、3 節	舞碼整合 夏日派對	著裝整合舞蹈，修舞	陳仲玥
16	高年級 18 人	第 2、3 節	夏日派對 走位	舞台走位，定點	陳仲玥
17	高年級 18 人	第 2、3 節	夏日派對 總彩排	著裝整合舞蹈	陳仲玥
18	高年級 18 人	第 2、3 節	夏日派對 總彩排	著裝總彩排，模擬實際演出	陳仲玥
19	高年級 18 人	第 2、3 節	海洋之心 正式演出	著裝正式演出 錄製演出影片	陳仲玥
20	高年級 18 人	第 2、3 節	舞蹈作品 回顧	演出影片 回顧及課程分享	陳仲玥