

## 捌、藝術才能班課程計畫

### 一、學習節數調整分配表(表 8)

#### 基隆市建德國中藝術才能班學習節數調整分配表(舞蹈)

科目		年級		七		八		九	
		國語文	英語文	6-8	5	6-8	5	6-8	5
部 定 課 程	語 文 領 域	國語文		6-8	5	6-8	5	6-8	5
		英語文			3		3		4
	數學領域		3-4	4	3-4	4	3-4	4	
	社會領域		2-3	3	2-3	3	2-3	3	
	藝術領域		1	1	1	1	1	0	
	自然科學/自然與 生活科技		2-3	3	2-3	3	2-3	4	
	科技領域		2	2	2	2	2	0	
	健康與體育領域		1	1	1	1	1	0	
	綜合活動領域		3	1	3	1	3	1	
	藝術才能專長領域		7	7	7	7	7	0	
領域學習節數		30		30		21			
校 訂 課 程	特殊需求(藝術才能專長)領域		2-4	4	2-4	4	2-4	8	
	統整性主題/專題/ 議題探究課程		1-2	0	1-2	0	1-2	0	
	社團活動與技藝課程			1		1		4	
學習總節數		35		35		34			

備註：

1. 依「高級中等以下學校藝術才能班設立標準」第 11 條：「國民小學及國民中學藝術才能班之藝術與人文領域學習節數，每週以六節至十節為原則，得由國民中小學九年一貫課程綱要所列之領域節數中調整，並得以其他適當時間補足之。」

## 二、藝術才能班各年級課程教學進度規劃

### (一) 七年級第一學期教學進度總表(表 8-1)

#### 基隆市建德國民中學 109 學年度七年級第一學期藝術才能班教學重點、評量方式及進度總表

全學期教學重點及評量方式說明		
科目名稱	教學重點	評量方式
芭蕾舞	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.介紹芭蕾舞起源歷史及傳承。</li> <li>2.了解芭蕾舞動作基本規範，手與腳的正確位置及舞臺方位。</li> <li>3.能夠欣賞芭蕾舞劇，例如.浪漫芭蕾-Giselle、古典芭蕾-Swan lake、Sleeping beauty、Nutcraker</li> </ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
現代	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.從最基本的現代舞術語讓學生開始接觸，進而建立學生的邏輯，了解何謂現代舞蹈。</li> <li>2.此學期讓學生認識及瞭解葛蘭姆派別的基本動作</li> <li>3.學期末讓學生觀賞國內外任一舞團之舞作，讓學生建立觀賞舞團演出的習慣，藉由觀賞演出讓自己思考何謂跳舞。</li> </ol>	知識： 以分組討論方式讓學生互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之
中國舞	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.使學生對流動踢腿的基本動作熟習。</li> <li>2.培養互相觀摩學習。</li> <li>3.能增進手及腳的並用及協調性。</li> </ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之

即興創作	1. 介紹即興舞蹈的概念與元素。 2. 了解即興舞蹈中的時間、空間、精力，並認識身體的運動方式。 3. 能夠欣賞他人的即興呈現並分享感受。	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
舞蹈鑑賞	1. 介紹中國舞蹈的發展與演變。 2. 認識中國舞蹈史。	知識： 以分組討論方式讓學生互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之

**各週教學進度及議題融入規劃**

週次	日期	芭蕾	現代	中國舞	即興創作	舞蹈鑑賞			
1	0830   0905	芭蕾舞基本介紹	葛蘭姆技巧術語教學、 地板腹部核心肌群訓練	地板暖身組合教學複習	即興舞蹈概念與發展	舞蹈的起源			

2	0906   0912	1-5 手位 1-5 腳 位組合	Bounces 組合 練習	把杆壓腿基本動 作複習	即興舞蹈概念與 發展	歷史介紹			
3	0913   0919	舞台空間與方位	High release 組 合練習	踢正、旁、片腿 動作教學	上肢關節認識與 練習	上古時期舞蹈			
4	0920   0926	芭蕾舞地板暖身組 合	推跨組合練習	加強正反打單贊 子、 雙贊子動作	下肢關節認識與 練習	上古時期舞蹈			
5	0927   1003	芭蕾舞地板暖身組 合	Small contraction 組合練習	正反打五響基本 動作講解	脊椎認識與練習	雅樂鼎盛之周王 朝			
6	1004   1010	Plie (Demi grand)	地板腹部核心肌 群加強	打飛腳分解八拍 的基本動作教學	身體部位(Body Part) 綜合練習	雅樂鼎盛之周王 朝			
7 一段	1011   1017	Battement Tendu	地板腹部核心肌 群加強	劈腿、朝天凳基 本動作講解	身體部位(Body Part) 綜合練習	雅樂鼎盛之周王 朝			
8	1018   1024	Battement Jete	Turn around a back 組 合練習	跪地耗腰 跪地下腰動作教 學	速度的認識與練 習	Review			

9	1025   1031	Rond de Jambe(En dehors、Endans)	貓背組合練習	站姿下腰動作教 學	水平的認識與練 習	深度發展之漢代			
10	1101   1107	Pepit Battement	地板腹部核心肌 群加強	喉弄豆汁的分解 三拍 基本動作教學	方位的認識與練 習	深度發展之漢代			
11	1108   1114	Retire and Passe	地板全套路複習	腳步基本動作組 合複習	運動面向認識與 練習	樂舞融合之時代			
12	1115   1121	Battement Fondu	期中考小品出題	中國舞蹈作品概 說《一》	空間元素綜合練 習	樂舞融合之時代			
13	1122   1128	Grand Battement	期中考小品出題	期中考小品出題	身體質地的練習	舞蹈黃金時期 唐			
14 二段	1129   1205	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗			
15	1206   1212	Saute 組合 (Chantment)	Plie 組合練習	手式的組合練習	情緒質地的練習	舞蹈黃金時期 唐			
16	1213   1219	Saute 組合(Pas de chat、Pas de bourree)	Tendu 組合練習	腳步及手式的組 合練習	主題式練習/作 品欣賞	宋遼夏金舞蹈			



(二) 七年級第二學期教學進度總表(表 8-2)

基隆市建德國民中學 109 學年度七年級第二學期藝術才能班教學重點、評量方式及進度總表

全學期教學重點及評量方式說明		
科目名稱	教學重點	評量方式
芭蕾	1.學生正確掌握芭蕾舞動作基本規範，手與腳的正確位置及舞臺方位。 2.學生能夠分辨動作的不同性並詮釋每個動作間的質地。	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
現代	1.從最基本的現代舞術語讓學生開始接觸，進而建立學生的邏輯，了解何謂現代舞蹈。 2.此學期讓學生認識及瞭解葛蘭姆派別的基本動作 3.學期末讓學生觀賞國內外任一舞團之舞作，讓學生建立觀賞舞團演出的習慣，藉由觀賞演出讓自己思考何謂跳舞。	知識： 以分組討論方式讓學生互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之
中國舞	1.使學生對流動踢腿的基本動作熟習。 2.培養互相觀摩學習。 3.能增進手及腳的並用及協調性。	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之

即興創作	1. 介紹即興舞蹈的概念與元素。 2. 了解即興舞蹈中的時間、空間、精力，並認識身體的運動方式。 3. 能夠欣賞他人的即興呈現並分享感受。	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
舞蹈鑑賞	1. 能夠分析各時期舞蹈作品。 2. 能夠從舞作特質進行心得分享。	知識： 以分組討論方式讓學生互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之

**各週教學進度及議題融入規劃**

週次	日期	芭蕾	現代	中國舞	即興創作	舞蹈鑑賞			
1	0207   0213	芭蕾地板暖身組合	葛蘭姆技巧術語教學、 地板腹部核心肌群訓練	地板暖身組合 教學複習	即興舞蹈概念與發展	a 引導舞作歷史背景			



2	0214   0220	芭蕾舞地板暖身 肌耐力組合	Bounces 組合 練習	把杆壓腿基本 動作複習	即興舞蹈概念 與發展	a 回溯舞作背景			
3	0221   0227	Plie (Demi grand) Battement Tendu	High release 組 合練習	踢正、旁、片 腿動作教學	上肢關節認識 與練習	a 創作者動機			
4	0228   0306	Battement Jete	推跨組合練習	加強正反打單 贊子、 雙贊子動作	下肢關節認識 與練習	a 舞作服裝考究			
5	0307   0313	Rond de Jambe (En dehors、 Endans)	Small contraction 組合練習	正反打五響基 本動作講解	脊椎認識與練 習	a 舞台設計			
6	0314   0320	Pepit Battement	地板腹部核心 肌群加強	打飛腳分解八 拍的基本動作 教學	身體部位(Body Part) 綜合練習	心得回饋			
7 一段	0321   0327	Retire .Passe+Pi route	地板腹部核心 肌群加強	劈腿、朝天凳 基本動作講解	身體部位(Body Part) 綜合練習	b 引導舞作歷史 背景			
8	0328   0403	Battement Fondu 舉腿組合	Turn around a back 組合練習	跪地耗腰 跪地下腰動作 教學	速度的認識與 練習	b 回溯舞作背景			

9	0404   0410	Grand Battement 把桿 stretch 組合	貓背組合練習	站姿甩腰動作 教學	水平方位的認識與練習	b 創作者動機			
10	0411   0417	Saute 組合	期中考小品出題	期中考小品出題	運動面向認識與練習	b 舞作服裝考究			
11	0418   0424	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	b 舞台設計			
12	0425   0501	大跳組合	地板腹部核心肌群加強	回望.涮腰.探海.擰身組合	空間元素綜合練習	心得回饋			
13	0502   0508	Center Adagio	地板全套路複習	腳步基本動作組合複習	身體質地的練習	c 引導舞作歷史背景			
14 二段	0509   0515	Center Adagio	Plie 組合練習	手式的組合複習	情緒質地的練習	c 回溯舞作背景			
15	0516   0522	流動組合	Tendu 組合練習	腳步及手式的組合練習	主題式練習/作品欣賞	c 創作者動機			
16	0523   0529	流動組合	Side stretch 組合練習	點步翻身動作練習	主題式練習/作品欣賞	c 舞作服裝考究			



(三) 八年級第一學期教學進度總表(表 8-3)

基隆市建德國民中學 109 學年度八年級第一學期藝術才能班教學重點、評量方式及進度總表

全學期教學重點及評量方式說明		
科目名稱	教學重點	評量方式
芭蕾	<ol style="list-style-type: none"><li>1.讓學生更了解芭蕾動作深層肌肉使用方式，尤其胯、臀肌。</li><li>2.讓學生正確做出動作要點，並加深加廣組合訓練，如旋轉、彈跳。</li><li>3.能分析且欣賞舞蹈演出的背後寓意及發想背景。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
現代	<ol style="list-style-type: none"><li>1.對於現代舞已有相關知識認知，進而帶入不同派別之動作及重點。</li><li>2.慢慢了解自己身體的所有位置及肌肉該如何使用之方式。</li><li>3.學期末讓學生觀賞國內外任一舞團之舞作，讓學生建立觀賞舞團演出的習慣，藉由觀賞演出讓自己思考如何跳舞一事。</li></ol>	知識： 以分組討論方式讓學生能夠互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之
中國舞	<ol style="list-style-type: none"><li>1.使學生能做到在移動中的流動性。</li><li>2.培養學生能注重體力及肌力的訓練。</li><li>3.使學生具有最基本的軟開度。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之

即興創作	<p>1.介紹即興舞蹈的概念與元素。</p> <p>2.了解即興舞蹈中時間、空間、精力的概念，並運用於肢體語彙。</p> <p>3.能夠欣賞他人的即興呈現並分享感受。</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>
舞蹈鑑賞	<p>1.介紹西洋舞蹈史的發展與演變。</p> <p>2.能夠認識芭蕾之起源及歷史背景。</p>	<p>知識： 以分組討論方式讓學生能夠互相切磋</p> <p>技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>

**各週教學進度及議題融入規劃**

週次	日期	芭蕾	現代	中國舞	即興創作	舞蹈鑑賞			
1	0830   0905	芭蕾地板暖身組合	地板腹部核心肌群訓練	地板暖身組合教學複習	課程介紹/破冰活動	芭蕾歷史			

2	0906   0912	芭蕾舞地板暖身 肌耐力組合	地板組合 1 練習	把杆壓腿基本 動作複習	即興舞蹈概念 與發展	芭蕾舞歷史			
3	0913   0919	Plie (Demi grand) Battement Tendu	地板組合 2 練 習	踢正、旁、片 腿動作教學	上肢關節即興 運用	浪漫芭蕾			
4	0920   0926	Battement Jete	地板腹部核心 肌群訓練	加強正反打單 贊子、 雙贊子動作	下肢關節即興 運用	浪漫芭蕾			
5	0927   1003	Rond de Jambe (En dehors、 Endans)	地板組合 3 練 習	正反打五響的 基本動作講解	脊椎即興運用	浪漫芭蕾			
6	1004   1010	Pepit Battement	訓練單腳支撐 力及腿部肌肉 控制	打飛腳的組合 動作教學	身體部位(Body Part) 綜合練習	古典芭蕾			
7 一段	1011   1017	Retire .Passe+Pi route	Center Plie 練習	蹦子的組合動 作教學	身體部位(Body Part) 綜合練習	古典芭蕾			
8	1018   1024	Battement Fondu 舉腿組合	Center 組合 1 練習	跪地耗腰 站姿下腰動作 教學	速度的即興運 用	古典芭蕾			

9	1025   1031	Grand Battement 把桿 stretch 組合	Center 組合 2 練習	單手側翻的動作複習	水平的即興運用	新古典芭蕾			
10	1101   1107	Saute 組合	期中考小品出題	串翻身分解動作練習	方位的即興運用	新古典芭蕾			
11	1108   1114	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	新古典芭蕾			
12	1115   1121	大跳組合	Center 組合 3 練習	點步翻身延伸動作練習	運動面向的即興運用	現代芭蕾			
13	1122   1128	Center Adagio	地板加 Center 全套路複習	回望.涮腰.探海.擰身 延伸組合	空間元素綜合練習	現代芭蕾			
14 二段	1129   1205	Center Adagio	Center 組合 4 練習	烏龍腳柱分解動作教學	身體質地的練習	現代芭蕾			
15	1206   1212	流動組合	訓練重心轉換	掃堂腿組合動作練習	情緒質地的練習	當代芭蕾			
16	1213   1219	流動組合	流動組合 1.2 練習	期末考小品出題	主題式練習/作品欣賞	當代芭蕾			





(四) 八年級第二學期教學進度總表(表 8-4)

基隆市建德國民中學 109 學年度八年級第二學期藝術才能班教學重點、評量方式及進度總表

全學期教學重點及評量方式說明

科目名稱	教學重點	評量方式
芭蕾	<ol style="list-style-type: none"><li>1.讓學生更了解芭蕾動作深層肌肉使用方式，尤其胯、臀肌。</li><li>2.讓學生正確做出動作要點，並加深加廣組合訓練，如旋轉、彈跳。</li><li>3.能分析且欣賞舞蹈演出的背後寓意及發想背景。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
現代	<ol style="list-style-type: none"><li>1.對於現代舞已有相關知識認知，進而帶入不同派別之動作及重點。</li><li>2.慢慢了解自己身體的所有位置及肌肉該如何使用之方式。</li><li>3.學期末讓學生觀賞國內外任一舞團之舞作，讓學生建立觀賞舞團演出的習慣，藉由觀賞演出讓自己思考如何跳舞一事。</li></ol>	知識： 以分組討論方式讓學生能夠互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之
中國舞	<ol style="list-style-type: none"><li>1.使學生能做到在移動中的流動性。</li><li>2.培養學生能注重體力及肌力的訓練。</li><li>3.使學生具有最基本的軟開度。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之

即興創作	<p>1.介紹即興舞蹈的概念與元素。</p> <p>2.了解即興舞蹈中時間、空間、精力的概念，並運用於肢體語彙。</p> <p>3.能夠欣賞他人的即興呈現並分享感受。</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>
舞蹈鑑賞	<p>1.能夠分析各時期舞蹈作品。</p> <p>2.能夠從舞作特質進行心得分享。</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>

**各週教學進度及議題融入規劃**

週次	日期	芭蕾	現代	中國舞	即興創作	舞蹈鑑賞				
1	0207   0213	芭蕾地板暖身組合	地板腹部核心肌群訓練	地板暖身組合教學複習	課程介紹/破冰活動	a 引導舞作歷史背景				
2	0214   0220	芭蕾地板暖身肌耐力組合	地板組合1練習	把杆壓腿基本動作複習	即興舞蹈概念與發展	a 回溯舞作背景				

3	0221   0227	Plie (Demi grand)  Battement Tendu	地板組合 2 練習	踢正、旁、片腿、倒踢紫金冠練習	上肢關節即興運用	a 創作者動機				
4	0228   0306	Battement Jete	地板腹部核心肌群訓練	贊子組合動作	下肢關節即興運用	a 舞作服裝考究				
5	0307   0313	Rond de Jambe  (En dehors、Endans)	地板組合 3 練習	正反打五響的基本動作講解	脊椎即興運用	a 舞台設計				
6	0314   0320	Pepit Battement	訓練單腳支撐力及腿部肌肉控制	打飛腳的組合動作教學	身體部位 (Body Part)  綜合練習	心得回饋				
7 一段	0321   0327	Retire .Passe+ Pirouette	Center Plie 練習	蹦子的組合動作教學	身體部位 (Body Part)  綜合練習	b 引導舞作歷史背景				
8	0328   0403	Battement Fondu  舉腿組合	Center 組合 1 練習	跪地耗腰站姿下腰動作教學	速度的即興運用	b 回溯舞作背景				

9	0404   0410	Grand Battement 把桿 stretch 組合	Center 組合 2 練習	單手側翻的動作複習	水平的即興運用	b 創作者動機				
10	0411   0417	Saute 組合	期中考小品出題	串翻身分解動作練習	方位的即興運用	b 舞作服裝考究				
11	0418   0424	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	b 舞台設計				
12	0425   0501	大跳組合	Center 組合 3 練習	點步翻身延伸動作練習	運動面向的即興運用	心得回饋				
13	0502   0508	Center Adagio	地板加 Center 全套路複習	回望.涮腰.探海.擰身 延伸組合	空間元素綜合練習	c 引導舞作歷史背景				
14 二段	0509   0515	Center Adagio	Center 組合 4 練習	烏龍腳柱分解動作教學	身體質地的練習	c 回溯舞作背景				
15	0516   0522	流動組合	訓練重心轉換	掃堂腿組合動作練習	情緒質地的練習	c 創作者動機				
16	0523   0529	流動組合	流動組合 1.2 練習	期末考小品出題	主題式練習/ 作品欣賞	c 舞作服裝考究				

17 藝能科 認知考	0530   0605	x	x	x	x	x				
18	0606   0612	考題總複習	期末考小品出題	期末考小品出題	Jam Party	心得回饋				
19	0613   0619	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末測驗	期末測驗				
20	0620   0626	術科期末檢討 回饋	術科期末檢討 回饋	術科期末檢討 回饋	術科期末檢討 回饋	術科期末檢 討回饋				
21 三段	0627   0703	術科期末檢討 回饋	術科期末檢討 回饋	術科期末檢討 回饋	術科期末檢討 回饋	術科期末檢 討回饋				

(五) 九年級第一學期教學進度總表(表 8-5)

基隆市建德國民中學 109 學年度九年級第一學期藝術才能班教學重點、評量方式及進度總表

全學期教學重點及評量方式說明		
科目名稱	教學重點	評量方式
芭蕾	<ol style="list-style-type: none"><li>1.讓學生更了解芭蕾組合的精確概要，貫穿基礎、高階動作及技巧。</li><li>2.讓學生正確並快速做出動作加強反應力，並加深加廣組合訓練，如旋轉、彈跳。</li><li>3.能夠從所學的動作，串聯編排並加入自我風格發揮創意。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
現代	<ol style="list-style-type: none"><li>1.加強動作的精準度及靈活度，進而使用平常容易忽略的小肌肉。</li><li>2.了解自己身體的關節位置及肌肉該如何使用之方式。</li><li>3.學期末讓學生觀賞國內外任一舞團之舞作，讓學生建立觀賞舞團演出的習慣，藉由觀賞演出讓自己思考如何跳舞一事。</li></ol>	知識： 以分組討論方式讓學生能夠互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之
中國舞	<ol style="list-style-type: none"><li>1.使學生能做到在移動中的流動性。</li><li>2.培養學生能注重體力及肌力的訓練。</li><li>3.使學生具有最基本的軟開度。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之

即興創作	<p>1.介紹即興舞蹈的發展與元素。</p> <p>2.了解即興中時間、空間、動力三元素，並運用於呈現與創作。</p> <p>3.能夠欣賞並分析他人的即興呈現與創作。</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>
舞蹈鑑賞	<p>1.介紹當代舞團之流變</p> <p>2.當代舞蹈之應用場域</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>

**各週教學進度及議題融入規劃**

週次	日期	芭蕾	現代	中國舞	即興創作	舞蹈鑑賞			
1	0830   0905	芭蕾地板暖身 組合 (肌力)	地板腹部核心 肌群訓練	地板暖身把杆 壓腿 組合教學複習	課程介紹/破冰 活動	現代舞起源			
2	0906   0912	芭蕾把杆暖 身組合	地板組合 1 練習	踢正、旁、片 腿動作教學	即興舞蹈概念 與發展	自由舞蹈			

3	0913   0919	單手扶把 Plie (Demi Grand)	地板組合 2 練 習	加強打單贊 子、雙贊子動 作	身體部位(Body Part) 即興運用	自由舞蹈			
4	0920   0926	Battement Tendu	地板組合 3 練 習	打五響的基本 動作練習	時間的即興運 用	現代舞早年時 期			
5	0927   1003	Battement Jete	地板組合 4 練 習	打飛腳、蹦子 基本動作教學	空間的即興運 用	現代舞早年時 期			
6	1004   1010	Rond de Jambe(En dehors、 Endans)	訓練單腳支撐 力及腿部肌肉 控制	跪地耗腰 站姿下腰動作 教學	分組創作練習 1	現代舞早年時 期			
7 一段	1011   1017	Pepit Battement	Center Plie 練習	劈腿、朝天凳 基本動作講解	分組創作練習 2	舞團介紹			
8	1018   1024	Retire and Passe	Center 組合 1 練習	側翻的基本分 解動作練習	身體質地的練 習	舞團介紹			
9	1025   1031	Battement Fondu	Center 組合 2 練習	串翻身連續的 動作練習	情緒質地的練 習	舞團介紹			
10	1101   1107	Grand Battement	期中考小品出 題	期中考小品出 題	綜合即興練習	現代舞中期發 展			
11	1108   1114	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	現代舞中期發 展			



12	1115   1121	Saute 組合	訓練核心肌群 及重心轉換	烏龍腳柱的連 續動作教學	作品欣賞與分 析	現代舞中期發 展			
13	1122   1128	Adagio 舉腳組 合	流動組合 1 練 習	喉弄豆汁的連 續動作教學	作品欣賞與分 析	舞團介紹			
14 二段	1129   1205	Center plie 組合 (crosie、 efface、earte)	流動組合 2 練 習	前雙飛燕基本 動作教學	主題即興創作- 個人	舞團介紹			
15	1206   1212	流動組合	流動組合 3 練 習	旁雙飛燕基本 動作教學	主題即興創作- 個人	舞團介紹			
16	1213   1219	流動組合	訓練核心肌群 及重心轉換	後雙飛燕基本 動作教學	主題即興創作- 雙人	現代舞晚期轉 變			
17	1220   1226	考題複習	期末考小品出 題	大射雁基本動 作教學	主題即興創作- 群體	現代舞晚期轉 變			
18	1227   0102	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末測驗	現代舞晚期轉 變			
19 藝能科 認知考	0103   0109	x	x	x	x	舞團介紹			
20	0110   0116	術科期末檢討	術科期末檢討	術科期末檢討	術科期末檢討	期末測驗			

21 三段	0117   0123	術科期末検討	術科期末検討	術科期末検討	術科期末検討	期末回饋			
----------	-------------------	--------	--------	--------	--------	------	--	--	--

(六) 九年級第二學期教學進度總表(表 8-6)

基隆市○○國民中學 109 學年度九年級第二學期藝術才能班教學重點、評量方式及進度總表

全學期教學重點及評量方式說明		
科目名稱	教學重點	評量方式
芭蕾	<ol style="list-style-type: none"><li>1.讓學生更了解芭蕾組合的精確概要，貫穿基礎、高階動作及技巧。</li><li>2.讓學生正確並快速做出動作加強反應力，並加深加廣組合訓練，如旋轉、彈跳。</li><li>3.能夠從所學的動作，串聯編排並加入自我風格發揮創意。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之
現代	<ol style="list-style-type: none"><li>1.加強動作的精準度及靈活度，進而使用平常容易忽略的小肌肉。</li><li>2.了解自己身體的關節位置及肌肉該如何使用之方式。</li><li>3.學期末讓學生觀賞國內外任一舞團之舞作，讓學生建立觀賞舞團演出的習慣，藉由觀賞演出讓自己思考如何跳舞一事。</li></ol>	知識： 以分組討論方式讓學生能夠互相切磋 技能： 利用上課小考測驗學生之臨場反應，用以測驗學生上課之專注力 學習態度： 依據課堂狀態評定之
中國舞	<ol style="list-style-type: none"><li>1.使學生能做到在移動中的流動性。</li><li>2.培養學生能注重體力及肌力的訓練。</li><li>3.使學生具有最基本的軟開度。</li></ol>	知識： 以筆試、口試報告評定之 技能： 依據課堂測驗評定之 學習態度： 依據課堂狀態評定之

即興創作	<p>1.介紹即興舞蹈的發展與元素。</p> <p>2.了解即興中時間、空間、動力三元素，並運用於呈現與創作。</p> <p>3.能夠欣賞並分析他人的即興呈現與創作。</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>
舞蹈鑑賞	<p>1.當代舞蹈作品之分享。</p> <p>2.當代舞蹈作品之剖析。</p>	<p>知識： 以筆試、口試報告評定之</p> <p>技能： 依據課堂測驗評定之</p> <p>學習態度： 依據課堂狀態評定之</p>

**各週教學進度及議題融入規劃**

週次	日期	芭蕾	現代	中國舞	即興創作	舞蹈鑑賞			
1	0207   0213	芭蕾地板暖身 組合 (肌力)	地板腹部核心 肌群訓練	地板暖身把杆 壓腿 組合教學複習	課程介紹/破冰 活動	a 引導舞作歷史 背景			
2	0214   0220	芭蕾把杆暖 身組合	地板組合 1 練習	踢正、旁、片 腿動作教學	即興舞蹈概念 與發展	a 回溯舞作背景			

3	0221   0227	單手扶把 Plie (Demi Grand)	地板組合 2 練習	加強打單贊子、雙贊子動作	身體部位(Body Part) 即興運用	a 創作者動機			
4	0228   0306	Battement Tendu	地板組合 3 練習	打五響的基本動作練習	時間的即興運用	a 舞作服裝考究			
5	0307   0313	Battement Jete	地板組合 4 練習	打飛腳、蹦子基本動作教學	空間的即興運用	a 舞台設計			
6	0314   0320	Rond de Jambe(En dehors、Endans)	訓練單腳支撐力及腿部肌肉控制	跪地耗腰 站姿下腰動作教學	分組創作練習 1	心得回饋			
7 一段	0321   0327	Pepit Battement	Center Plie 練習	劈腿、朝天凳基本動作講解	分組創作練習 2	b 引導舞作歷史背景			
8	0328   0403	Retire and Passe	Center 組合 1 練習	側翻的基本分解動作練習	身體質地的練習	b 回溯舞作背景			
9	0404   0410	Battement Fondu	Center 組合 2 練習	串翻身連續的動作練習	情緒質地的練習	b 創作者動機			
10	0411   0417	Grand Battement	期中考小品出題	期中考小品出題	綜合即興練習	b 舞作服裝考究			

11	0418   0424	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	術科期中測驗	b 舞台設計			
12	0425   0501	Saute 組合	訓練核心肌群 及重心轉換	烏龍腳柱的連 續動作教學	作品欣賞與分 析	心得回饋			
13	0502   0508	Adagio 舉腳組 合	流動組合 1 練 習	喉弄豆汁的連 續動作教學	作品欣賞與分 析	c 引導舞作歷史 背景			
14 二段	0509   0515	Center plie 組合 (crosie、 efface、earte)	流動組合 2 練 習	前雙飛燕基本 動作教學	主題即興創作- 個人	c 回溯舞作背景			
15	0516   0522	流動組合	流動組合 3 練 習	旁雙飛燕基本 動作教學	主題即興創作- 個人	c 創作者動機			
16	0523   0529	流動組合	訓練核心肌群 及重心轉換	後雙飛燕基本 動作教學	主題即興創作- 雙人	c 舞作服裝考究			
17 藝能科 認知考	0530   0605	x	x	x	x	x			
18	0606   0612	考題複習	期末考小品出 題	大射雁基本動 作教學	主題即興創作- 群體	心得回饋			
19	0613   0619	考題複習	期末考小品出 題	大射雁基本動 作教學	主題即興創作- 群體	期末測驗			

20	0620   0626	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末測驗	術科期末檢討 回饋			
21 三段	0627   0703	術科期末檢討	術科期末檢討	期末檢討回饋	Jam Party	術科期末檢討 回饋			