

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Basic Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: sl248939@yahoo.com.tw			
五、教學目標	認知：了解倒立的感覺(手感、平衡感)。 情意：欣賞同學倒立的姿勢(線條、角度)。 技能：加強倒立的力量、吊力、控制力。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	基本體能恢復及調整		
	2	體能檢測		
	3	倒立基本功(力量、吊力、控制力)		
	4	倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	5	個人主修項目練習		
	6	男、女團體項目練習		
	7	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	8	倒立基本功(力量、吊力、控制力)		
	9	期中考		
	10	倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	11	個人主修項目練習		
	12	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	13	男、女團體項目練習		
	14	倒立基本功(力量、吊力、控制力)		
	15	倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	16	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	17	男、女團體項目練習		
	18	個人主修項目練習		
	19	期末考		
	20	彈性課程、大會考、成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量	每月個人主修、男女團體項目評比(平時成績) 總結性評量(期中考、期末考)			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: sl248939@yahoo.com.tw			
五、教學目標	認知：了解雜耍的練習重點(拋、接概念)。 情意：協同學作雜耍組合練習。 技能：加強雜耍拋、接的穩定性。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	2	檢測雜耍項目基礎拋接動作		
	3	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	4	雜耍拋接組合動作		
	5	雜耍拋接組合動作		
	6	雙人對拋接練習		
	7	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	8	雙人對拋接練習		
	9	期中考		
	10	多人對拋接練習		
	11	多人對拋接練習		
	12	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	13	雜耍拋接組合動作		
	14	雜耍拋接組合動作		
	15	雙人對拋接練習		
	16	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	17	雙人對拋接練習		
	18	多人對拋接練習		
	19	期末考		
	20	彈性課程、大會考、成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量	每月個人主修、男女團體項目評比(平時成績) 總結性評量(期中考、期末考)			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: sl248939@yahoo.com.tw			
五、教學目標	認知：了解練腰的安全性及注意事項。 情意：協助同學做壓腰的練習。 技能：加強腰部的柔軟度、速度及力量。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	恢復腰部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	2	檢測腰部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	3	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	4	加強腰部關節柔軟度		
	5	加強腰部關節柔軟度		
	6	加強腰部肌肉力量		
	7	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	8	加強腰部肌肉力量		
	9	期中考		
	10	加強下腰速度		
	11	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	12	加強下腰速度		
	13	腰功技巧(平身子)		
	14	腰功技巧(平身子)		
	15	腰功技巧(元寶)		
	16	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	17	腰功技巧(元寶)		
	18	腰功技巧(甩腰)		
	19	期末考		
	20	彈性課程、大會考、成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	每月個人主修、男女團體項目評比(平時成績) 總結性評量(期中考、期末考)			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: s1248939@yahoo.com.tw			
五、教學目標	認知：了解練腿的安全性及注意事項。 情意：協助同學做壓腿的練習。 技能：加強腿部的柔軟度、速度及力量。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	恢復腿部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	2	檢測腿部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	3	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	4	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	5	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	6	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	7	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	8	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	9	期中考		
	10	加強腿部速度(踢腿)		
	11	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	12	加強腿部速度(踢腿)		
	13	腿功技巧(搬腿)		
	14	腿功技巧(搬腿)		
	15	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	16	每月評比(個人主修、男女團體項目)		
	17	加強腿部速度(踢腿)		
	18	腿功技巧(搬腿)		
	19	期末考		
	20	彈性課程、大會考、成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量	每月個人主修、男女團體項目評比(平時成績) 總結性評量(期中考、期末考)			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
	E-mail:			
五、教學目標	1. 加強雜耍技巧之熟練度與穩定度, 以及使用道具間的協調性與敏捷度 2. 加入雜耍各項道具的小品節目編排, 以增加學生的表演藝術性。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	開學第一週: 本學期雜耍基礎學習事項宣布		
	2	雜耍丟球/圈/棒之技巧穩定度/協調性訓練		
	3	雜耍丟球/圈/棒之雙人對丟技巧穩定度/協調性訓練		
	4	雜耍小品節目編排與動作穩定度訓練		
	5	單車壓車練習與單車個人技巧動作練習		
	6	單車動作加上跳繩技巧練習		
	7	單車個人動作與團體技巧動作穩度加強		
	8	單車團體節目編排與動作穩定度訓練		
	9	期中會考--雜耍基礎動作檢定		
	10	轉球基本動作練習與協調性訓練		
	11	轉球基本動作穩定度練習與團體動作默契訓練		
	12	轉球團體節目編排與動作穩定度訓練		
	13	丟帽個人與團體動作穩定度加強訓練		
	14	轉球團體節目編排與團體動作穩定度以及默契訓練		
	15	扯鈴單/雙人與團體技巧動作的穩度訓練		
	16	扯鈴節目小品複習與團體動作穩定度以及默契訓練		
	17	個人期末考之雜耍基礎考試動作的編排與練習		
	18	術科期末會考--雜耍基礎		
	19	本學期雜耍基礎之個人學習進度總檢討		
20	期末學習事項宣布			
七、授課方式	講述, 分組討論, 影片欣賞 (每學期 1次), 戶外教學, 實際演練			
八、成績評量	成績評量: 期中與期末成績各佔35%, 平時學習態度佔30%			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
九、參考書目	<p>E-mail:</p> <p>參考書目：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 郭志輝 (2004)。舞蹈應用生理解剖學。台北。五南。 2. 郭功義 (2004, 4)。伸展運動究竟能不能預防運動傷害？運動生理週訊，第163期。 2006年4月10日，取自 http://www.epsport.idv.tw/epsport/week/search.asp 3. 郭漢鼎 (1996)。復興劇校不只教平劇。載於王秋桂 (主編)，表演、藝術與工藝 (頁93至94) 台北縣：稻鄉。 4. 增進柔軟度的運動 (無日期)。2006年3月15日，取自 http://www.iosh.gov.tw/netbook/healthbook/healthbook.htm 5. 楊錫讓等 (1997)。運動生理學原理及應用。台北：中國文化大學。 6. 葉憲清 (2003)。運動訓練法。台北：師大書苑。 7. 趙家琪、田時佳 (1995)。實用運動生理問答。台北。浩園。 8. 丁樹云、程伍仔 (1990)。雜技藝術教程。成都：成都。 9. 中國雜技藝術家協會編 (2000)。雜技論壇。北京：華文。 10. 吳克明主編 (1992)。雜技艺术論。貴州：貴州人民。 			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
	E-mail:			
五、教學目標	加強學生的腰部柔軟度,輔以單人/雙人動作技巧的學習,使之完成軟功節目的部份動作與小品呈現,並特重學生在動作表現時的美感。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	開學第一週:本學期腰功基礎學習事項宣布		
	2	地板耗腰/盪腰時間三分鐘;加強腹腰柔軟度與肌耐力		
	3	快速甩腰50個,眼手腳穩住不亂動;加強腰部定力		
	4	地板耗腰坐頭動作5分鐘,以為腰功分科項目暖身動作		
	5	下腰來回滾地元寶動作10回;腰柔軟度與動作流暢訓練		
	6	地上與立姿後把動作訓練;特重平衡感與腰部軟度		
	7	平身子動作半空中耗住一分;訓練學生後背肌與腰力		
	8	平身子動作慢速上下來回30次;訓練學生後背肌力與腹腰力		
	9	期中會考--腰功基礎動作檢定		
	10	下腰/甩腰/搬腰等腰部基礎動作柔軟度訓練		
	11	小海豚腰部翻身動作練習;加強動作穩定度與順暢感		
	12	下腰單腿夾碗轉身動作訓練;加強動作穩定度與平衡感		
	13	雙人劈叉動作肩上起頂項目穩定度訓練;強調穩定度與默契和諧		
	14	雙人下腰三角頂肘上起頂動作練習;特重穩定度與姿態美感		
	15	元寶滾燈技巧練習;加強穩定度與動作順暢美感		
	16	壓腰/耗腰/盪腰/抓元寶等腰部基礎動作柔軟度訓練		
	17	三人軟功小品技巧複習;強調動作穩定度與美感		
	18	下腰360度轉身技巧訓練;特重協調性與動作穩度		
	19	術科期末會考--腰功基礎		
20	本學期腰功基礎之個人學習進度總檢討			
七、授課方式	講述,分組討論,影片欣賞(每學期1次),實際演練,其他:至學校中興堂實習演出			
八、成績評量	期中與期末成績各佔35%,平時學習態度佔30%			

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
九、參考書目	<p>E-mail:</p> <ol style="list-style-type: none"> 郭志輝 (2004)。舞蹈應用生理解剖學。台北。五南。 郭功義 (2004, 4)。伸展運動究竟能不能預防運動傷害？運動生理週訊，第163期。2006年4月10日，取自http://www.epsport.idv.tw/epsport/week/search.asp 郭漢鼎 (1996)。復興劇校不只教平劇。載於王秋桂 (主編)，表演、藝術與工藝 (頁 93至94) 台北縣：稻鄉。 增進柔軟度的運動 (無日期)。2006年3月15日，取自http://www.iosh.gov.tw/netbook/healthbook/healthbook.htm 楊錫讓等 (1997)。運動生理學原理及應用。台北：中國文化大學。 葉憲清 (2003)。運動訓練法。台北：師大書苑。 趙家琪、田時佳 (1995)。實用運動生理問答。台北。浩園。 丁樹云、程伍仟 (1990)。雜技藝術教程。成都：成都。 中國雜技藝術家協會編 (2000)。雜技論壇。北京：華文。 吳克明主編 (1992)。雜技艺术論。貴州：貴州人民。 			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
	E-mail:			
五、教學目標	延續國三上學期學生在腿部基礎的基本訓練,除注重在腿部的柔軟度與肌肉爆發力/肌耐力/平衡感之外,並加入單項體能訓練以針對不足部份之補強,以期達到腿功基礎之充份訓練			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	期初腿功基礎課堂重要事項宣布		
	2	地上劈腿:正面開胯/右/左腳前後劈腿需達180度		
	3	立姿靠牆壓腿達正壓180度,加強髖關節柔軟度		
	4	把杆上正/旁/後壓腿與耗腿動作練習,完畢後前抱腿並維持上半身的端正姿勢		
	5	板凳面上劈腿:單腳上板凳的正面/右/左腳前後劈腿練習		
	6	立姿抱腿完耗住後,做手扶前舉腿/朝天凳/後舉腿的搬腿耗穩練習		
	7	立姿前射雁/旁舉腿/後探海的單腿放手舉腿腿力練習		
	8	板凳面上立姿前射雁/旁舉腿/後探海動作各5分鐘		
	9	期中會考--腿功基礎動作檢定		
	10	正/旁/外擺/內擺/前拍腿等原地快速踢腿各20腿		
	11	大/小蹦子/連續飛腿/踏轉身拍腿/旋子等流動踢腿,一次20個來回2趟		
	12	原地三連腿連續甩腿練習:加強腿肌力與平衡感		
	13	流動踢腿:正腿/旁腿/外擺腿/內擺腿/前拍腿/飛腿/大、小蹦子等每項做兩趟,每趟做10個		
	14	流動上步轉身拍腿連續動作,加強協調性與彈力		
	15	板凳上下反覆跳躍200次,加強學生腿肌力與爆發力		
	16	原地馬步/弓箭步5分鐘蹲姿訓練,加強學生腿部肌耐力		
	17	快速連續原地抱腿彈跳100次,加強學生腿肌爆發力與耐力		
	18	術科期末會考--腿功基礎		
	19	本學期腿功基礎之個人學習進度總檢討		
	20	期末學習事項宣布		
七、授課方式	講述,分組討論,影片欣賞(每學期1次),戶外教學,實際演練			
八、成績評量	成績評量:期中與期末成績各佔35%,平時學習態度佔30%			

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
九、參考書目	<p>E-mail:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 郭志輝 (2004)。舞蹈應用生理解剖學。台北。五南。 2. 郭功義 (2004, 4)。伸展運動究竟能不能預防運動傷害? 運動生理週訊, 第163期。 2006年4月10日, 取自 http://www.epsport.idv.tw/epsport/week/search.asp 3. 郭漢鼎 (1996)。復興劇校不只教平劇。載於王秋桂 (主編), 表演、藝術與工藝 (頁93至94) 台北縣: 稻鄉。 4. 增進柔軟度的運動 (無日期)。2006年3月15日, 取自 http://www.iosh.gov.tw/netbook/healthbook/healthbook.htm 5. 楊錫讓等 (1997)。運動生理學原理及應用。台北: 中國文化大學。 6. 葉憲清 (2003)。運動訓練法。台北: 師大書苑。 7. 趙家琪、田時佳 (1995)。實用運動生理問答。台北。浩園。 8. 丁樹云、程伍仔 (1990)。雜技藝術教程。成都: 成都。 9. 中國雜技藝術家協會編 (2000)。雜技論壇。北京: 華文。 10. 吳克明主編 (1992)。雜技艺术論。貴州: 貴州人民。 			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
	E-mail:			
五、教學目標	加強學生在原有頂功基礎上的技巧難度與穩度,並開始學習團體對手動作的技巧,與小品排練.			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	開學第一週:本學期腰功基礎學習事項宣布		
	2	頂功基礎動作複習;基本頂動作訓練		
	3	板凳上分腿起頂10個兩回;加強動作協調性與美感		
	4	坐頭分腿起頂連續動作5回;訓練支撐平衡感與雙人默契		
	5	三人舉頂技巧動作練習;加強動作美感與多人動作默契		
	6	三人板凳上三掐脖動作訓練;加強支撐平衡感與雙人默契		
	7	板凳上木磚頂技巧練習:從起頂拿8塊磚到下漢水推樁/丟磚動作;特重動作穩定與協調		
	8	板凳上木磚頂立磚技巧訓練:從立磚起頂耗住到拍磚推樁起頂;訓練動作穩定度		
	9	期中會考--頂功基礎動作檢定		
	10	地上單/雙立碑起頂動作練習;訓練學生平衡感與動作穩定度		
	11	板凳上單/雙立碑起頂動作練習;訓練學生平衡感與動作穩定度		
	12	板凳上小船頂動作訓練:加強默契與動作穩定度		
	13	板凳上前釘子動作練習;以分腿頂與端頂方式的起頂訓練		
	14	地上單/雙飛燕動作訓練,加強學生動作穩定度與平衡感		
	15	板凳上單/雙飛燕動作訓練,加強學生動作穩定度與平衡感		
	16	椅子頂四至六把之起頂動作技巧訓練		
	17	板凳面頂功技巧小品編排;增加學生表演經驗與動作美感		
	18	術科期末會考--頂功基礎		
	19	本學期頂功基礎之個人學習進度總檢討		
	20	期末學習事項宣布		
七、授課方式	講述,分組討論,影片欣賞(每學期1次),實際演練			
八、成績評量	期中與期末成績各佔35%,平時學習態度佔30%			

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
九、參考書目	<p>E-mail:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 郭志輝 (2004)。舞蹈應用生理解剖學。台北。五南。 2. 郭功義 (2004, 4)。伸展運動究竟能不能預防運動傷害? 運動生理週訊, 第163期。2006年4月10日, 取自http://www.epsport.idv.tw/epsport/week/search.asp 3. 郭漢鼎 (1996)。復興劇校不只教平劇。載於王秋桂 (主編), 表演、藝術與工藝 (頁93至94) 台北縣: 稻鄉。 4. 增進柔軟度的運動 (無日期)。2006年3月15日, 取自http://www.iosh.gov.tw/netbook/healthbook/healthbook.htm 5. 楊錫讓等著 (1997)。運動生理學原理及應用。台北: 中國文化大學。 6. 葉憲清 (2003)。運動訓練法。台北: 師大書苑。 7. 趙家琪、田時佳 (1995)。實用運動生理問答。台北。浩園。 8. 丁樹云、程伍仟 (1990)。雜技藝術教程。成都: 成都。 9. 中國雜技藝術家協會編 (2000)。雜技論壇。北京: 華文。 10. 吳克明主編 (1992)。雜技艺术論。貴州: 貴州人民。 			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 班(週)會			
	(英文) Class Conference			
二、開課別	學年課程		年 級	三年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 1.0
四、授課教師	陳鳳廷	專兼任別	專任	
	E-mail:			
五、教學目標	1. 宣導班上同學每週應盡的義務與權利。 2. 經濟有效的處理班級事務。 3. 配合學校的行政措施。 4. 溫馨和諧的師生溝通。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	本學期班級事務討論與幹部選舉		
	2	議題:守法-遵守校規,對於學生手冊的規範了解		
	3	議題:環保-養成隨手關燈、關水與節省能源的習慣		
	4	議題:節約能源-由個人做起,並在日常生活中確實落實		
	5	議題:環保創意-廢棄物再生利用,轉變為裝飾或具創意之環保服裝		
	6	議題:校園整潔-培養學生清潔習慣及責任感,防止病媒孳生,避免疾病傳染		
	7	議題:校園安全-宣導學生應注意的交通規則與校園內外安全		
	8	議題:法律常識-宣導青少年應具備的法律常識與注意事項		
	9	議題:遠離煙毒-告知煙毒帶來的壞處與深遠影響		
	10	學科期中會考		
	11	議題:人際關係-結交益友遠離損友,學會善用人際關係		
	12	議題:熱心公益-關懷身心障礙學生,幫助社會弱勢人士		
	13	議題:家庭問題1-與父母相處之道及親子溝通		
	14	議題:家庭問題2-如何尋求青少年保護及家暴求助		
	15	議題:家庭問題3-如何看待性別平等與性別平等教育		
	16	議題:分享1-好書推薦/交換與心得分享		
	17	議題:分享2-重視智慧財產權與著作權		
	18	議題:環境安全1-防災防震常識宣導		
	19	議題:環境安全2-登革熱與其他可能發生的傳染病防治宣導		
	20	學科期末會考		
七、授課方式				
八、成績評量	成績評量:60%出席率,40%為積極參與班會並踴躍建議			
九、參考書目	1. 林進材(2005)。班級經營。台北:五南。 2. 王文科(2001)。教育概論。台北:五南。			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Basic Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1-提升學生對於技巧方面的充份掌握,並且能夠有相當的程度表現。 2-提升學生對於身體基本能力之素質,並且能夠達到全方位的表現。 3-提升學生對於藝術概念之基本認知,並且能夠將技藝表現與藝術概念相互融合。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講述此學期中,應注意之各項課堂要求與學習進度。		
	2	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主1		
	3	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主2		
	4	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容1		
	5	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容2		
	6	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)1		
	7	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)2		
	8	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)1		
	9	術科期中考試		
	10	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)2		
	11	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)1		
	12	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)2		
	13	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)3		
	14	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)3		
	15	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)3		
	16	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)1		
	17	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)2		
	18	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)3		
	19	術科期末考		
	20	學期檢討		
七、授課方式	講述,分組討論,實際演練			
八、成績評量	1-依認知,情意,技能三方面來作為總成績之評鑑。 2-以學生之身體基本能力表現與身體技巧能力表現,來合併為技能方面之評鑑。 3-以學生之雜技基本認知與藝術基本認知,來合併為認知方面之評鑑。 4-以學生之學習態度與學習反應,來合併為情意方面之評鑑。 5-學期總成績之核算方式,為期中評鑑,期末評鑑,平時成績三方面之總和平均數。			
九、參考書目	表演藝術教程/林洪桐著 健康體適能/陳定雄著 教育概論(導論)/黃光雄著			

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Basic Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)	雜技基本功之各類教學, 會依照各個學生能力, 需求與興趣之不同, 而在時間上的配置或多或少將會有所出入.			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1-提升學生對於技巧方面的充份掌握,並且能夠有相當的程度表現。 2-提升學生對於身體基本能力之素質,並且能夠達到全方位的表現。 3-提升學生對於藝術概念之基本認知,並且能夠將技藝表現與藝術概念相互融合。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講述此學期中,應注意之各項課堂要求與學習進度。		
	2	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主1		
	3	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主2		
	4	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容1		
	5	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容2		
	6	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)1		
	7	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)2		
	8	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)1		
	9	術科期中考試		
	10	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)2		
	11	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)1		
	12	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)2		
	13	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)3		
	14	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)3		
	15	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)3		
	16	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)1		
	17	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)2		
	18	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)3		
	19	術科期末考		
	20	學期檢討		
七、授課方式	講述,分組討論,實際演練			
八、成績評量	1-依認知,情意,技能三方面來作為總成績之評鑑。 2-以學生之身體基本能力表現與身體技巧能力表現,來合併為技能方面之評鑑。 3-以學生之雜技基本認知與藝術基本認知,來合併為認知方面之評鑑。 4-以學生之學習態度與學習反應,來合併為情意方面之評鑑。 5-學期總成績之核算方式,為期中評鑑,期末評鑑,平時成績三方面之總和平均數。			
九、參考書目	表演藝術教程/林洪桐著 健康體適能/陳定雄著 教育概論(導論)/黃光雄著			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)	雜技基本功之各類教學, 會依照各個學生能力, 需求與興趣之不同, 而在時間上的配置或多或少將會有所出入.			

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1-提升學生對於技巧方面的充份掌握,並且能夠有相當的程度表現。 2-提升學生對於身體基本能力之素質,並且能夠達到全方位的表現。 3-提升學生對於藝術概念之基本認知,並且能夠將技藝表現與藝術概念相互融合。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講述此學期中,應注意之各項課堂要求與學習進度。		
	2	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主1		
	3	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主2		
	4	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容1		
	5	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容2		
	6	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)1		
	7	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)2		
	8	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)1		
	9	術科期中考試		
	10	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)2		
	11	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)1		
	12	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)2		
	13	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)3		
	14	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)3		
	15	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)3		
	16	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)1		
	17	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)2		
	18	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)3		
	19	術科期末考		
20	學期檢討			
七、授課方式	講述,分組討論,實際演練			
八、成績評量	1-依認知,情意,技能三方面來作為總成績之評鑑。 2-以學生之身體基本能力表現與身體技巧能力表現,來合併為技能方面之評鑑。 3-以學生之雜技基本認知與藝術基本認知,來合併為認知方面之評鑑。 4-以學生之學習態度與學習反應,來合併為情意方面之評鑑。 5-學期總成績之核算方式,為期中評鑑,期末評鑑,平時成績三方面之總和平均數。			
九、參考書目	表演藝術教程/林洪桐著 健康體適能/陳定雄著 教育概論(導論)/黃光雄著			

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)	雜技基本功之各類教學, 會依照各個學生能力, 需求與興趣之不同, 而在時間上的配置或多或少將會有所出入.			

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1-提升學生對於技巧方面的充份掌握,並且能夠有相當的程度表現。 2-提升學生對於身體基本能力之素質,並且能夠達到全方位的表現。 3-提升學生對於藝術概念之基本認知,並且能夠將技藝表現與藝術概念相互融合。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講述此學期中,應注意之各項課堂要求與學習進度。		
	2	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主1		
	3	正式進入教學課程,並先以學生適應學習活動內容為主2		
	4	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容1		
	5	觀察學生的身體是否已適應課堂學習內容,並適時調整教學課程內容2		
	6	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)1		
	7	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)2		
	8	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)1		
	9	術科期中考試		
	10	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)2		
	11	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)1		
	12	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)2		
	13	加強學生的身體基本能力素質(肌耐力)與(敏捷反應力)3		
	14	加強學生的身體基本能力素質(爆發力)與(協調性)3		
	15	加強學生的身體基本能力素質(柔軟度)與(彈跳性)3		
	16	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)1		
	17	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)2		
	18	加強學生的身體基本能力素質(肢體線條)與(動作細節)3		
	19	術科期末考		
20	學期檢討			
七、授課方式	講述,分組討論,實際演練			
八、成績評量	1-依認知,情意,技能三方面來作為總成績之評鑑。 2-以學生之身體基本能力表現與身體技巧能力表現,來合併為技能方面之評鑑。 3-以學生之雜技基本認知與藝術基本認知,來合併為認知方面之評鑑。 4-以學生之學習態度與學習反應,來合併為情意方面之評鑑。 5-學期總成績之核算方式,為期中評鑑,期末評鑑,平時成績三方面之總和平均數。			
九、參考書目	表演藝術教程/林洪桐著 健康體適能/陳定雄著 教育概論(導論)/黃光雄著			

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)	雜技基本功之各類教學, 會依照各個學生能力, 需求與興趣之不同, 而在時間上的配置或多或少將會有所出入.			

一、課程名稱	(中文) 舞蹈			
	(英文) Dance			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 1.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 使學生對舞蹈藝術有基本的認識 2. 使學生能夠更明白肢體與舞蹈訓練的關係 3. 使學生對於音樂的知覺能夠更敏銳 4. 使學生明白舞蹈教學對於雜技訓練上的優點與重要性			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講解本學期的課堂注意事項與學習要求		
	2	舞蹈肢體的基本姿勢說明		
	3	舞台空間與基本方位說明		
	4	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合1		
	5	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合2		
	6	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合3		
	7	隨堂平時測驗1		
	8	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合4		
	9	術科期中考		
	10	坐姿身韻與拉筋組合1		
	11	坐姿身韻與拉筋組合2		
	12	坐姿身韻與拉筋組合3		
	13	隨堂平時測驗2		
	14	影片欣賞---舞團年度展演		
	15	站姿腿法與旋轉組合1		
	16	站姿腿法與旋轉組合2		
	17	站姿腿法與旋轉組合3		
	18	隨堂平時測驗3		
	19	術科期末考		
	20	學期檢討		
七、授課方式	講述，實際演練			
八、成績評量	1. 教師自定 2. 以課堂中的教學內容為考試依據, 另外更加入了舞蹈專業術語的口試評量			
九、參考書目	1. 中國舞精選教材 2. 中國古典舞基本功教材教學法			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎			
	(英文) Basic Chinese classical dance			
二、開課別	學年課程		年級	一年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 3.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 使學生對舞蹈藝術有基本的認識 2. 使學生能夠更明白肢體與舞蹈訓練的關係 3. 使學生對於音樂的知覺能夠更敏銳 4. 使學生明白舞蹈教學對於雜技訓練上的優點與重要性			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講解本學期的課堂注意事項與學習要求		
	2	舞蹈肢體的基本姿勢說明		
	3	舞台空間與基本方位說明		
	4	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合1		
	5	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合2		
	6	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合3		
	7	隨堂平時測驗1		
	8	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合4		
	9	術科期中考		
	10	坐姿身韻與拉筋組合1		
	11	坐姿身韻與拉筋組合2		
	12	坐姿身韻與拉筋組合3		
	13	隨堂平時測驗2		
	14	影片欣賞---舞團年度展演		
	15	站姿腿法與旋轉組合1		
	16	站姿腿法與旋轉組合2		
	17	站姿腿法與旋轉組合3		
	18	隨堂平時測驗3		
	19	術科期末考		
	20	學期檢討		
七、授課方式	講述，實際演練			
八、成績評量	1. 教師自定 2. 以課堂中的教學內容為考試依據, 另外更加入了舞蹈專業術語的口試評量			
九、參考書目	1. 中國舞精選教材 2. 中國古典舞基本功教材教學法			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 肢體與音樂			
	(英文) Movement for Music			
二、開課別	學年課程		年級	三年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 2.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 使學生對舞蹈藝術有基本的認識 2. 使學生能夠更明白肢體與舞蹈訓練的關係 3. 使學生對於音樂的知覺能夠更敏銳 4. 使學生明白舞蹈教學對於雜技訓練上的優點與重要性			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講解本學期的課堂注意事項與學習要求		
	2	舞蹈肢體的基本姿勢說明		
	3	舞台空間與基本方位說明		
	4	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合1		
	5	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合2		
	6	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合3		
	7	隨堂平時測驗1		
	8	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合4		
	9	術科期中考		
	10	坐姿身韻與拉筋組合1		
	11	坐姿身韻與拉筋組合2		
	12	坐姿身韻與拉筋組合3		
	13	隨堂平時測驗2		
	14	影片欣賞---舞團年度展演		
	15	站姿腿法與旋轉組合1		
	16	站姿腿法與旋轉組合2		
	17	站姿腿法與旋轉組合3		
	18	隨堂平時測驗3		
	19	術科期末考		
	20	學期檢討		
七、授課方式	講述，實際演練			
八、成績評量	1. 教師自定 2. 以課堂中的教學內容為考試依據, 另外更加入了舞蹈專業術語的口試評量			
九、參考書目	1. 中國舞精選教材 2. 中國古典舞基本功教材教學法			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 舞蹈			
	(英文) Dance			
二、開課別	學年課程		年級	三年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 1.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	兼任	
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 使學生對舞蹈藝術有基本的認識 2. 使學生能夠更明白肢體與舞蹈訓練的關係 3. 使學生對於音樂的知覺能夠更敏銳 4. 使學生明白舞蹈教學對於雜技訓練上的優點與重要性			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	講解本學期的課堂注意事項與學習要求		
	2	舞蹈肢體的基本姿勢說明		
	3	舞台空間與基本方位說明		
	4	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合1		
	5	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合2		
	6	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合3		
	7	隨堂平時測驗1		
	8	躺姿踝. 膝. 胯關節與胸腰組合4		
	9	術科期中考		
	10	坐姿身韻與拉筋組合1		
	11	坐姿身韻與拉筋組合2		
	12	坐姿身韻與拉筋組合3		
	13	隨堂平時測驗2		
	14	影片欣賞---舞團年度展演		
	15	站姿腿法與旋轉組合1		
	16	站姿腿法與旋轉組合2		
	17	站姿腿法與旋轉組合3		
	18	隨堂平時測驗3		
	19	術科期末考		
	20	學期檢討		
七、授課方式	講述，實際演練			
八、成績評量	1. 教師自定 2. 以課堂中的教學內容為考試依據, 另外更加入了舞蹈專業術語的口試評量			
九、參考書目	1. 中國舞精選教材 2. 中國古典舞基本功教材教學法			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年級	二年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 5.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 瞭解雜耍技藝之名稱與類別。 2. 瞭解雜耍表演道具之規格與修護製作過程。 3. 訓練優秀之雜技藝術表演人才。 4. 培養雜技表演技巧之基本能力。 5. 訓練演員的反應能力。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	丟球. 三顆傳球. 單雙過橋. 一分二球. 吸球. 彈球練習		
	2	丟球. 三顆傳球. 單雙過橋. 一分二球. 吸球. 彈球練習		
	3	單三顆起手訓練. 頭接訓練. 揸劍訓練. 過腳訓練. 雙揸劍訓練		
	4	單三顆起手訓練. 頭接訓練. 揸劍訓練. 過腳訓練. 雙揸劍訓練		
	5	大球訓練. 轉球. 過手. 滾球訓練. 腳部接球訓練. 頭部頂球訓練		
	6	大球訓練. 轉球. 過手. 滾球訓練. 腳部接球訓練. 頭部頂球訓練		
	7	圈. 套頭. 連續. 滾圈練習. 雙人拋接練習		
	8	圈. 套頭. 連續. 滾圈練習. 雙人拋接練習		
	9	04/07各科術科期中會考週/		
	10	檢討期中考事項目加強		
	11	扯鈴. 運鈴. 過手. 腰. 腳練習. 拋接練習		
	12	扯鈴. 運鈴. 過手. 腰. 腳練習. 拋接練習. 跳繩. 雙人		
	13	拋鈴側空. 雲嶺. 小翻. 上接練習. 空翻下練習		
	14	魚躍翻接鈴練習. 三人技巧練習		
	15	四人技巧練習.		
	16	團體接鈴練習 + 加翻滾練習		
	17	總復習		
	18	準備期末會考週		
	19	各術科期末會考週		
	20	期末班展小型演出		
七、授課方式	講述, 分組討論, 課堂報告, 影片欣賞 (每學期 2次), 戶外教學, 實際演練			
八、成績評量	基本技術20% 團體項目30% 個人項目50%			
九、參考書目	馬凱環。《戲曲武功戲去武功與墊上體操技巧》。大陸。 楊翰笙(1989)。《戲拓荒者之歌》。大陸：四川。 Guy Laliberte ·, Founder and Guide Montreal(2004)。CIRQUE DU SOLEIL 20 YEARS			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年級	二年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 5.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	腰部大 . 小肌肉群恢復期		
	2	恢復期		
	3	恢復期		
	4	下腰抓腳訓練. 抓腳踝 . 小腿. 膝蓋. 大腿訓練		
	5	平身子. 翻腰練習. 點部翻身練習		
	6	團體練習. 腰部整體素質訓練. 三個動作組成.		
	7	團體練習. 腰部整體素質訓練. 五個動作組成.		
	8	團體練習. 腰部整體素質訓練. 八個動作組成.		
	9	04/07各科術科期中會考週		
	10	檢討期中考事項目加強		
	11	10個動作. 加上腿功. 頂功 二人以上默契配合練習		
	12	10個動作. 加上腿功. 頂功 二人以上默契配合練習		
	13	10個動作. 加上腿功. 頂功 二人以上默契配合練習		
	14	強化腿功訓練模式 . 力度. 柔軟度. 平衡性之技巧訓練		
	15	強化腿功訓練模式 . 力度. 柔軟度. 平衡性之技巧訓練		
	16	強化腿功訓練模式 . 力度. 柔軟度. 平衡性之技巧訓練		
	17	強化腿功訓練模式 . 力度. 柔軟度. 平衡性之技巧訓練		
	18	小品練習		
	19	各術科期末會考週		
	20	期末班展小型演出		
七、授課方式	講述，課堂報告，影片欣賞（每學期 2次），戶外教學，實際演練			
八、成績評量	下腰、翻腰、正側劈腿30% 甩腰、左右搬腿30% 平身子、正踢腿、外內擺腿40%			

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw 馬凱環。《戲曲武功戲去武功與墊上體操技巧》。大陸。 楊翰笙(1989)。《戲拓荒者之歌》。大陸：四川。 Guy Laliberte • , Founder and Guide Montreal(2004) 。 CIRQUE DU SOLEIL 20 YEARS			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	訓練腿部大肌肉及小腿群為主要項目		
	2	恢復期		
	3	雙人推蹬默契練習		
	4	雙人拋接蹬人為主. 底做腳部平衡. 手部平衡. 蹬人平衡訓練		
	5	雙人拋接蹬人為主. 底做腳部平衡. 手部平衡. 蹬人平衡訓練		
	6	雙人拋接蹬人為主. 底做腳部平衡. 手部平衡. 蹬人平衡訓練		
	7	雙人拋接蹬人為主. 底做腳部平衡. 手部平衡. 蹬人平衡訓練		
	8	蹬人肩子平衡訓練. 肩子腳步肌力訓練		
	9	蹬人肩子平衡訓練. 肩子腳步肌力訓練		
	10	蹬人肩子平衡訓練. 肩子腳步肌力訓練		
	11	蹬人肩子平衡訓練. 肩子腳步肌力訓練		
	12	推蹬空翻訓練. 前空. 後空. 小翻		
	13	推蹬空翻訓練. 前空. 後空. 小翻		
	14	推蹬空翻訓練. 前空. 後空. 小翻		
	15	推蹬空翻訓練. 前空. 後空. 小翻		
	16	團體蹬人訓練. 站腳. 前空. 後空. 倒立		
	17	團體蹬人訓練. 前空. 後空. 倒立		
	18	團體蹬人訓練. 前空. 後空. 倒立		
	19	團體蹬人訓練. 前空. 後空. 倒立		
	20	期末班展小型演出		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞（每學期 2次），戶外教學，實際演練			
八、成績評量	雙人技巧平衡40% 基本技巧腿功 40% 自選20%			

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年級	二年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 4.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw 馬凱環。《戲曲武功戲去武功與墊上體操技巧》。大陸。 楊翰笙(1989)。《戲拓荒者之歌》。大陸：四川。 Guy Laliberte · , Founder and Guide Montreal(2004) 。 CIRQUE DU SOLEIL 20 YEARS			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
五、教學目標	頂功的基本訓練，除了增強上支撐力量之外，輕巧下身並解決上下身協調能力，除此之外就是鍛鍊何發展大腦前庭器官(平衡器官)的分析能力，在訓練培養學員在頭朝下有清晰的方位感覺。由於拿頂時人身體處於到立狀態，大腦前庭器官相應發生變化，比較適應翻騰動作的旋轉狀態。因此，頂功是學員必練的一項基本功，是學員不可忽視的練習項目。以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	恢復體力與手部肌肉群動作		
	2	空頂一分X5次(直, 跨, 分, 端, 蛙)X5漢水1分X2		
	3	空頂2分X5次(直, 跨, 分, 端, 蛙)X10漢水1分X3單飛燕練習		
	4	單手一分鐘x2空頂分3X5次(直, 跨, 分, 端, 蛙)X10漢水1分30秒X3單飛燕練習		
	5	單手一分鐘x2對手頂練習, 腳上頂練習, 頭上頂練習		
	6	單手一分鐘x2對手頂練習, 腳上頂練習, 頭上頂練習		
	7	單手一分鐘x2排練實習演出事項(基本功, 單雙飛燕, 木磚頂)		
	8	單手一分鐘x2排練實習演出事項(基本功, 單雙飛燕, 木磚頂)		
	9	術科期中會考		
	10	單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	11	團體練習, 雙人技巧. 肩上到立. 頭上到立. 膝蓋到立. 單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	12	團體練習, 雙人技巧. 對手到立. 單手扶撐雙人倒立. 肩上到立. 頭上到立. 膝蓋到立. 單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	13	團體練習, 三人技巧. 拋接倒立練習. 肩上到立. 頭上到立. 膝蓋到立. 單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	14	團體練習, 四人拋接對手頂平衡練習. 三人技巧. 拋接倒立練習雙人技巧. 肩上到立. 頭上到立. 膝蓋到立. 單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	15	團體練習, 四人拋接對手頂平衡練習. 三人技巧. 拋接倒立練習雙人技巧. 肩上到立. 頭上到立. 膝蓋到立. 單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	16	團體練習, 四人拋接對手頂平衡練習. 三人技巧. 拋接倒立練習雙人技巧. 肩上到立. 頭上到立. 膝蓋到立. 單手一分鐘x2單手頂側吊訓練, 單端頂訓練		
	17	小品呈現		
	18	準備期末會考週		
	19	術科期末會考		
	20	期末班展小型演出		
七、授課方式	講述, 分組討論, 課堂報告, 影片欣賞(每學期 2次), 戶外教學, 實際演練			
八、成績評量	對手頂30% 拋接頂40% 推椿頂30%			

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
九、參考書目	馬凱環。《戲曲武功戲去武功與墊上體操技巧》。大陸。 楊翰笙(1989)。《戲拓荒者之歌》。大陸：四川。 Guy Laliberte • , Founder and Guide Montreal(2004)。CIRQUE DU SOLEIL 20 YEARS			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 班(週)會			
	(英文) Class Conference			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 1.0
四、授課教師	彭書相	專兼任別	專任	
	E-mail: 48641164@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1、鼓勵自主探索學習。 2、尊重個別差異，促進適性發展。 3、加強親師的聯繫，並維持密切溝通的合作。 4、教導學生如何明辨是非，凡是該如何做決定。 5、教學相長凝聚向心力，讓親、師、生三關係更趨和諧。 6、培養學生尊重自我及他人，養成守時、守紀律的好習慣。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1			
	2	班級幹部選舉		
	3	科務		
	4	班會(整潔)		
	5	班會(榮譽)		
	6	科務時間(創團講座)		
	7	衛生講座		
	8	班會(學問)		
	9	開班會(勤儉)		
	10	複習其中考題04/14學科期中考04/15學科期中考		
	11	開班會(感恩)		
	12	1-10與學生面談		
	13	班會(尊重)		
	14	11-25與學生面談		
	15	班會(有恆)		
	16	複習其末考題		
	17	班會(省思)		
	18	科務時間		
	19			
	20			
七、授課方式	講述，課堂報告			
八、成績評量				
九、參考書目	書目：老師你也可以這樣作。作者：黃旭田律師 出版：五南圖書出版股份有限公司			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Basic Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任	
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw			
五、教學目標	紮實訓練各項頂功基礎、進階活用之技巧			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	空頂3分、踮頂十把、分腿五把、推椿10把		
	2	空頂3分、踮頂十把、分腿五把、推椿10把		
	3	空頂3分、踮頂十把、分腿五把、推椿10把		
	4	空頂3分、踮頂十把、分腿五把、推椿10把		
	5	空頂5分、踮頂二十把、分腿十把、推椿20把		
	6	空頂5分、踮頂二十把、分腿十把、推椿20把		
	7	空頂5分、踮頂二十把、分腿十把、推椿20把		
	8	空頂5分、踮頂二十把、分腿十把、推椿20把		
	9	空頂5分、踮頂二十把、分腿十把、推椿20把		
	10	空頂7分、踮頂30把、分腿15把、推椿30把、蛙頂10把、對手頂		
	11	空頂7分、踮頂30把、分腿15把、推椿30把、蛙頂10把、對手頂		
	12	空頂7分、踮頂30把、分腿15把、推椿30把、蛙頂10把、對手頂		
	13	空頂7分、踮頂30把、分腿15把、推椿30把、蛙頂10把、對手頂		
	14	空頂7分、踮頂30把、分腿15把、推椿30把、蛙頂10把、對手頂		
	15	空頂10分、踮頂30把、分腿20把、推椿50把、蛙頂20把、對手頂		
	16	空頂10分、踮頂30把、分腿20把、推椿50把、蛙頂20把、對手頂		
	17	空頂10分、踮頂30把、分腿20把、推椿50把、蛙頂20把、對手頂		
	18	空頂10分、踮頂30把、分腿20把、推椿50把、蛙頂20把、對手頂		
	19	空頂10分、踮頂30把、分腿20把、推椿50把、蛙頂20把、對手頂		
	20	空頂10分、踮頂30把、分腿20把、推椿50把、蛙頂20把、對手頂		
七、授課方式	講述，實際演練			
八、成績評量				
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年級	一年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 5.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任	
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw			
五、教學目標	訓練學生各項雜耍技巧之完成			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	2	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	3	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	4	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	5	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	6	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	7	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	8	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧驗收成果		
	9	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	10	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	11	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	12	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	13	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	14	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	15	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	16	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	17	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	18	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧成果驗收		
	19	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
	20	皮條、盤子、爬杆、晃梯晃板、踢碗、軟功、扯鈴、足技各項雜耍技巧之訓練		
七、授課方式	實際演練			
八、成績評量				
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎				
	(英文) Waist Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數	4.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	訓練學生腰功各項基礎之技巧				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	下腰10下、耗腰5下、甩腰10下			
	2	下腰10下、耗腰5下、甩腰10下			
	3	下腰10下、耗腰5下、甩腰10下			
	4	下腰10下、耗腰5下、甩腰10下			
	5	下腰10下、耗腰5下、甩腰10下			
	6	下腰10下、耗腰5下、甩腰10下			
	7	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下			
	8	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下			
	9	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下			
	10	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下			
	11	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶1分鐘			
	12	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶1分鐘			
	13	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶1分鐘			
	14	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶1分鐘			
	15	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶2分鐘			
	16	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶2分鐘			
	17	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶2分鐘			
	18	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶2分鐘			
	19	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶2分鐘			
	20	下腰10下、耗腰10下、甩腰10下、跪腰5下、元寶2分鐘			
七、授課方式	實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年級	一年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 4.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任	
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw			
五、教學目標	訓練學生紮實腿功之柔軟度及技巧			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	正劈、側劈、體前彎柔軟度訓練		
	2	正劈、側劈、體前彎柔軟度訓練		
	3	正劈、側劈、體前彎柔軟度訓練		
	4	正劈、側劈、體前彎柔軟度訓練		
	5	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓柔軟度訓練		
	6	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓柔軟度訓練		
	7	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓柔軟度訓練		
	8	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓柔軟度訓練		
	9	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓柔軟度訓練		
	10	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	11	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	12	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	13	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	14	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	15	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	16	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	17	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	18	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	19	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
	20	正劈、側劈、體前彎、兩人互壓、朝天凳、探海柔軟度訓練		
七、授課方式				
八、成績評量				
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎			
	(英文) Juggling Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	林慈洵	專兼任別	兼任	
	E-mail: krall85223@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體能回復期. 基本功. 體能訓練		
	2	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	3	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	4	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	5	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	6	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	7	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	8	小品訓練. 複習期中考		
	9	期中考試		
	10	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	11	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	12	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	13	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	14	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	15	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	16	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	17	加強個人技巧足技\桶\竿\蹬人\小雲梯減少失誤率. 體能訓練. 注重下盤穩定度.		
	18	成果展小品排練. 複習期末考.		
	19	期末考試		
	20	成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量				
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	林慈洵	專兼任別	兼任	
	E-mail: krall85223@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體能回復期. 基本功. 體能訓練		
	2	耗腰*一分 . 平身子*10次~(女生上三角椅做)下腰抓腿(腳踝\小腿\膝蓋\大腿)甩腰*10(3組)		
	3	原地前軟*10 前軟+側翻+後軟*3(膝蓋腳尖繃直) 點步翻身\花瓶 \下腰翻身		
	4	點步翻身\花瓶 \下腰翻身\趴頭\元寶\平身咬花		
	5	小品訓練		
	6	耗腰*一分 . 平身子*10次~(女生上三角椅做)下腰抓腿(腳踝\小腿\膝蓋\大腿)甩腰*10(3組)		
	7	原地前軟*10 前軟+側翻+後軟*3(膝蓋腳尖繃直) 點步翻身\花瓶 \下腰翻身		
	8	小品訓練. 複習期中考		
	9	期中考試		
	10	對自己考完試後的評比感想並檢討如何加以改進. 加強個人. 技巧.		
	11	耗腰*一分 . 平身子*10次~(女生上三角椅做)下腰抓腿(腳踝\小腿\膝蓋\大腿)甩腰*10(3組)		
	12	原地前軟*10 前軟+側翻+後軟*3(膝蓋腳尖繃直) 點步翻身\花瓶 \下腰翻身		
	13	點步翻身\花瓶 \下腰翻身\趴頭\元寶\平身咬花		
	14	小品訓練		
	15	耗腰*一分 . 平身子*10次~(女生上三角椅做)下腰抓腿(腳踝\小腿\膝蓋\大腿)甩腰*10(3組)		
	16	原地前軟*10 前軟+側翻+後軟*3(膝蓋腳尖繃直) 點步翻身\花瓶 \下腰翻身		
	17	點步翻身\花瓶 \下腰翻身\趴頭\元寶\平身咬花		
	18	成果展小品排練. 複習期末考.		
	19	期末考試		
	20	成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎			
	(英文) Waist Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年級	二年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 4.0
四、授課教師	林慈洵	專兼任別	兼任	
	E-mail: krall85223@yahoo.com.tw			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 4.0
四、授課教師	林慈洵	專兼任別	兼任	
	E-mail: krall185223@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體能回復期. 基本功. 體能訓練		
	2	強化腿部柔軟度. 腿部肌力. 線條. 下盤穩定度		
	3	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	4	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	5	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	6	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	7	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	8	小品訓練. 複習期中考		
	9	期中考試		
	10	板板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	11	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	12	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	13	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	14	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	15	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	16	板凳壓腿. 扳腿(正拔*30秒\側邊提腿*30秒\後拔腿(女生單手抓). 踢腿.(正\側\後)		
	17	小品訓練. 節目排練		
	18	成果展小品排練. 複習期末考.		
	19	期末考試		
	20	成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量				
九、參考書目				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎			
	(英文) Leg Movement Basics			
二、開課別	學年課程		年級	二年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 4.0
四、授課教師	林慈洵	專兼任別	兼任	
	E-mail: krall185223@yahoo.com.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 5.0
四、授課教師	林慈洵	專兼任別	兼任	
	E-mail: krall185223@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體能回復期. 基本功. 體能訓練		
	2	空頂(2-10分)加強基本頂:端頂\分腿頂\蛙頂\端頂\推樁\搗手\漢水訓練		
	3	空頂(2-10分)加強基本頂:端頂\分腿頂\蛙頂\端頂\推樁\搗手\漢水訓練		
	4	空頂(2-10分)加強基本頂:端頂\分腿頂\蛙頂\端頂\推樁\搗手\漢水訓練		
	5	空頂(2-10分)加強基本頂:端頂\分腿頂\蛙頂\端頂\推樁\搗手\漢水訓練		
	6	訓練個人頂技巧:木磚. 雙飛燕. 對手. 單手. 掐脖頂. 按頭頂. 三控頂.		
	7	訓練個人頂技巧:木磚. 雙飛燕. 對手. 單手. 掐脖頂. 按頭頂. 三控頂.		
	8	小品訓練. 複習期中考		
	9	期中考試		
	10	考完試後檢討 加強個人技巧. 要求自我動作美感並減少失誤率		
	11	空頂(2-10分)加強基本頂:端頂\分腿頂\蛙頂\端頂\推樁\搗手\漢水訓練		
	12	空頂(2-10分)加強基本頂:端頂\分腿頂\蛙頂\端頂\推樁\搗手\漢水訓練		
	13	訓練個人頂技巧:木磚. 雙飛燕. 對手. 單手. 掐脖頂. 按頭頂. 三控頂.		
	14	訓練個人頂技巧:木磚. 雙飛燕. 對手. 單手. 掐脖頂. 按頭頂. 三控頂.		
	15	訓練個人頂技巧:木磚. 雙飛燕. 對手. 單手. 掐脖頂. 按頭頂. 三控頂.		
	16	成果展小品排練 訓練個人頂技巧:木磚. 雙飛燕. 對手. 單手. 掐脖頂. 按頭頂. 三控頂.		
	17	成果展小品排練		
	18	成果展小品排練. 複習期末考.		
	19	期末考試		
	20	成果展		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量				
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 班(週)會			
	(英文) Class Conference			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 1.0
四、授課教師	葉嘉中	專兼任別	專任	
	E-mail: bbb000ms29.hinet.net			
五、教學目標	1. 養成民主的素養。 2. 透過議題的討論來培養傾聽多元意見的涵養。 3. 藉由班會的召開，來熟悉開會的流程與步驟。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	97.02.13班會時間：幹部選舉		
	2	97.02.20科務時間		
	3	97.02.27班會時間：班規的制定		
	4	97.03.05班會時間：校慶擺攤相關事宜討論		
	5	97.03.12專題：體育講座		
	6	97.03.19科務時間		
	7	97.03.26專題：衛生講座		
	8	97.04.02班會時間：班遊相關事宜討論		
	9	97.04.09專題：消防安全演練		
	10	97.04.16科務時間		
	11	97.04.23專題：春暉專案		
	12	97.04.30班會時間：民主的迷思		
	13	97.05.07專題：兩性教育		
	14	97.05.14科務時間		
	15	97.05.21班會時間：如何養成民主的素養		
	16	97.05.28專題：交通安全		
	17	97.06.04班會時間：班刊製作相關事宜討論		
	18	97.06.11科務時間		
	19	97.06.18班會時間：歡送會相關事宜討論		
	20	97.06.25班會時間：學期總檢討		
七、授課方式	講述，分組討論			
八、成績評量	1. 平時發言。 2. 參與態度。 3. 落實程度。			
九、參考書目	1. 民主的訴素養。 2. 老師，你也可以這樣做。 3. 班級經營。			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 肢體與音樂			
	(英文) Movement for Music			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 2.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任	
	E-mail: mandy_wen82@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 了解舞蹈與音樂間之關係。 2. 感受音樂與旋律之變化，並以肢體表現。 3. 透過視覺、聽覺與動覺，增進舞蹈肢體律動之美感與學習。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	復習音樂與肢體舞蹈之關係		
	2	復習音符認知(一)		
	3	復習音符認知(二)		
	4	節奏練習(一)--手、足		
	5	節奏練習(二)--空間變化		
	6	音樂短句與肢體練習(一)		
	7	音樂短句與肢體練習(二)。隨堂測驗		
	8	音感練習。肢體律動(一)		
	9	科術期中考。肢體律動(二)		
	10	學科期中考		
	11	肢體律動(三)		
	12	節奏&肢體發展(一)		
	13	節奏&肢體發展(二)		
	14	節奏&肢體發展(三)		
	15	分組小品練習(一)		
	16	分組小品練習(二)		
	17	分組小品練習(三)		
	18	分組小品練習(四)		
	19	術科期末考		
	20	學科期中考		
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練			
八、成績評量	1. 期中、期末測驗60% 2. 平時成績30% 3. 學習筆記10%			
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <音樂基本樂理>			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 舞蹈			
	(英文) Dance			
二、開課別	學年課程		年 級	一年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 1.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任	
	E-mail: mandy_wen82@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 了解中國古典舞的動作典故與肢體學習。 2. 加強對中國古典舞動作術語的認識。 3. 訓練基本身體態(腰、腿、軀幹、呼吸、肌力)與肢體之協調運用。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	了解中國古典舞蹈之美與動作原則		
	2	認識中國古典舞動作名稱與正確身體姿態		
	3	練習(一)-呼吸. 腰柔軟度		
	4	練習(二)-呼吸. 腿柔軟度		
	5	練習(三)-軀幹伸展. 前側肌力(上半身)		
	6	練習(四)-軀幹伸展. 後側肌力(上半身)		
	7	練習(五)-腿部肌力訓練(下半身)		
	8	練習(六)-腿部肌力訓練(下半身). 隨堂測驗		
	9	科術期中考		
	10	學科期中考		
	11	站姿練習(一)-手. 足(定點基本練習)		
	12	站姿練習(二)-手. 足(空間變化活動)		
	13	肢體修正. 腰腿加強訓練(一)		
	14	肢體修正. 腰腿加強訓練(二)		
	15	彈跳. 流動. 小品組合練習(一)		
	16	彈跳. 流動. 小品組合練習(二). 隨堂測驗		
	17	彈跳. 流動. 小品組合練習(三)		
	18	彈跳. 流動. 小品組合練習(四)		
	19	科術期末考		
	20	學科期末考		
七、授課方式	講述, 實際演練, 其他: 筆記			
八、成績評量	期中. 期末測驗60% 平時成績(含學習筆記)30% 學習態度10%			
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎			
	(英文) Basic Chinese classical dance			
二、開課別	學年課程		年級	一年級
三、修課別	必修	學分	0.0	時數 3.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任	
	E-mail: mandy_wen82@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 了解中國古典舞的動作典故與肢體學習。 2. 加強對中國古典舞動作術語的認識。 3. 訓練基本身體態(腰、腿、軀幹、呼吸、肌力)與肢體之協調運用。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	了解中國古典舞蹈之美與動作原則		
	2	認識中國古典舞動作名稱與正確身體姿態		
	3	練習(一)-呼吸. 腰柔軟度		
	4	練習(二)-呼吸. 腿柔軟度		
	5	練習(三)-軀幹伸展. 前側肌力(上半身)		
	6	練習(四)-軀幹伸展. 後側肌力(上半身)		
	7	練習(五)-腿部肌力訓練(下半身)		
	8	練習(六)-腿部肌力訓練(下半身). 隨堂測驗		
	9	術科期中考		
	10	學科期中考		
	11	站姿練習(一)-手. 足(定點基本練習)		
	12	站姿練習(二)-手. 足(空間變化活動)		
	13	肢體修正. 腰腿加強訓練(一)		
	14	肢體修正. 腰腿加強訓練(二)		
	15	彈跳. 流動. 小品組合練習(一)		
	16	彈跳. 流動. 小品組合練習(二). 隨堂測驗		
	17	彈跳. 流動. 小品組合練習(三)		
	18	彈跳. 流動. 小品組合練習(四)		
	19	科術期末考		
	20	學科期末考		
七、授課方式	講述, 實際演練, 其他: 筆記			
八、成績評量	期中. 期末測驗60% 平時成績(含學習筆記)30% 學習態度10%			
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 舞蹈			
	(英文) Dance			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 1.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任	
	E-mail: mandy_wen82@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 了解中國古典舞的動作典故與肢體學習。 2. 加強對中國古典舞動作術語的認識。 3. 訓練基本身體態(腰、腿、軀幹、呼吸、肌力)與肢體之協調運用。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	了解中國古典舞蹈肢體與動作原則		
	2	認識中國古典舞動作名稱與正確身體姿態		
	3	呼吸應用. 腰柔軟度. 手姿		
	4	呼吸應用. 腿開展度. 手姿		
	5	軀幹伸展. 前側肌力--腰. 背		
	6	軀幹伸展. 後側肌力--腰. 背		
	7	肌力訓練--腿部. 腹部		
	8	腿部彈跳. 爆發力訓練(一)		
	9	科術期中考		
	10	學科期中考		
	11	腿部彈跳. 爆發力訓練(二)		
	12	腿部彈跳. 爆發力訓練(三)		
	13	修正肢體線條. 組合(一)		
	14	修正肢體線條. 組合(二)		
	15	修正肢體線條. 組合(三)		
	16	跳躍練習 . 小品組合(一)		
	17	旋轉練習 . 小品組合(二)		
	18	平衡控制 . 小品組合(三)		
	19	科術期末考		
	20	學科期末考		
七、授課方式	講述，影片欣賞（每學期 1次），實際演練			
八、成績評量	期中. 期末測驗60% 平時成績30% 學習態度10%			
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎			
	(英文) Basic Chinese classical dance			
二、開課別	學年課程		年 級	二年級
三、修課別	必修	學 分	3.0	時 數 3.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任	
	E-mail: mandy_wen82@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1. 了解中國古典舞的動作典故與肢體學習。 2. 加強對中國古典舞動作術語的認識。 3. 訓練基本身體態(腰、腿、軀幹、呼吸、肌力)與肢體之協調運用。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	了解中國古典舞蹈肢體與動作原則		
	2	認識中國古典舞動作名稱與正確身體姿態		
	3	呼吸應用. 腰柔軟度. 手姿		
	4	呼吸應用. 腿開展度. 手姿		
	5	軀幹伸展. 前側肌力(上半身)		
	6	軀幹伸展. 後側肌力(上半身)		
	7	肌力訓練--腿部. 腹部		
	8	腿部彈跳. 爆發力訓練(一)		
	9	科術期中考		
	10	學科期中考		
	11	腿部彈跳. 爆發力訓練(二)		
	12	腿部彈跳. 爆發力訓練(三)		
	13	修正肢體線條. 組合(一)		
	14	修正肢體線條. 組合(二)		
	15	修正肢體線條. 組合(三)		
	16	跳躍練習 . 小品組合(一)		
	17	旋轉練習 . 小品組合(二)		
	18	平衡控制 . 小品組合(三)		
	19	科術期末考		
	20	學科期末考		
七、授課方式	講述, 影片欣賞 (每學期 1次), 實際演練			
八、成績評量	期中. 期末測驗60% 平時成績30% 學習態度10%			
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著			
十、備註(其他課程相關之要求)				