

一、課程名稱	(中文) 體操			
	(英文) Gymnastics			
二、開課別	學年課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	10.0	時數 10.0
四、授課教師	王基成	專兼任別	兼任	
	E-mail: pk6441@hotmail.com			
五、教學目標	以能力分組, 盡可能讓每位學生都能夠充分發揮自己所長, 達到一定的水平.			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	肌耐力, 柔軟度及動作複習		
	2	側翻內轉體, 頭手前翻, 單(雙)前手翻練習		
	3	側翻內轉體, 頭手前翻, 單(雙)前手翻練習		
	4	側翻內轉體, 頭手前翻, 單(雙)前手翻練習		
	5	側翻內轉體, 頭手前翻, 單(雙)前手翻練習		
	6	側空翻, 單(雙)後手翻練習		
	7	側空翻, 單(雙)後手翻練習		
	8	側空翻, 單(雙)後手翻練習		
	9	側空翻, 單(雙)後手翻練習		
	10	動作串聯及空翻練習		
	11	動作串聯及空翻練習		
	12	動作串聯及空翻練習		
	13	動作串聯及空翻練習		
	14	動作串聯及空翻練習		
	15	動作串聯及空翻練習		
	16	加強所有動作姿勢及穩定性		
	17	加強所有動作姿勢及穩定性		
	18	加強所有動作姿勢及穩定性		
	19	加強所有動作姿勢及穩定性		
	20			
七、授課方式	影片欣賞 (每學期 2次)			
八、成績評量	動作的穩定性, 姿勢, 精神及平時上課態度均為成績評量的重點.			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 彈性課程			
	(英文)			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	玉天	專兼任別	專任	
	E-mail: yutien@tcpa.edu.tw			
五、教學目標	一、能明瞭戲曲豐富的內容 二、能提高學習戲曲的興趣 三、能堅定學習戲曲藝術的意念 四、能了解戲曲藝術的表現方式 五、能藉由觀摩欣賞而博採戲劇知識 藉由舞台觀摩，了解舞台位置，以及在舞台上翻滾時的注意事宜，能有效保護自己，協助他人。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
	6			
	7			
	8			
	9			
	10	實際實習研討		
	11			
	12			
	13			
	14			
	15			
	16			
	17			
	18			
	19			
	20	實際實習研討		
七、授課方式	影片欣賞 (每學期 2次)			
八、成績評量	平時成績:40% 期中考:30% 期末考:30%			
九、參考書目				

一、課程名稱	(中文) 彈性課程			
	(英文)			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	玉天	專兼任別	專任	
	E-mail: yutien@tcpa.edu.tw			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 彈性課程			
	(英文)			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 2.0
四、授課教師	田鳳岐	專兼任別	專任	
	E-mail: tfc@ntjcpa.edu.tw			
五、教學目標	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	2	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	3	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	4	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	5	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	6	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	7	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	8	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	9	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	10	期中考		
	11	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	12	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	13	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	14	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	15	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	16	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	17	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	18	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	19	依該週課程進度進行習作、考卷內容檢討		
	20	期末考		
七、授課方式	講述，分組討論			
八、成績評量	實作評量			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 體操			
	(英文) Gymnastics			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	10.0	時 數 10.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生對體操動作技巧(前手翻、後手翻及側空翻)的瞭解。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，增進學生的同儕關係。</p> <p>技能：透過實際的體操動作技巧(前手翻、後手翻及側空翻)練習，加強學生的體操動作技巧(前手翻、後手翻及側空翻)。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體適能檢測		
	2	體操翻滾動作技巧測驗(以上一學期期末考考試動作為主)		
	3	彈性課程(加強教學)		
	4	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度		
	5	加強個體全身性及全面性的身體素質		
	6	訓練體操翻滾基本功及動作技巧(倒立、滾翻)		
	7	訓練體操翻滾動作技巧(側手翻、前軟翻)		
	8	訓練體操翻滾動作技巧(前軟翻、後軟翻)		
	9	訓練體操翻滾動作技巧(前手翻、後手翻)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	訓練體操翻滾動作技巧(前手翻、後手翻)		
	12	訓練體操翻滾動作技巧(前手翻、後手翻)		
	13	訓練體操翻滾動作技巧(前手翻、後手翻)		
	14	訓練體操翻滾動作技巧(側空翻)		
	15	訓練體操翻滾動作技巧(側空翻)		
	16	訓練體操翻滾動作技巧(側空翻)		
	17	訓練體操翻滾動作技巧(側空翻)		
	18	訓練體操翻滾動作技巧(側空翻)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞(每學期1次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 體操			
	(英文) Gymnastics			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	10.0	時 數 10.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 			
十、備註(其他課程相關之要求)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由雜技課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。 			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生對雜耍的練習重點(拋、接概念)的瞭解。</p> <p>情意：經由分組雜耍對拋練習、小組雜耍組合演練及同儕互助，增進學生的同儕關係。</p> <p>技能：透過實際的雜耍拋、接動作技巧練習，加強學生的雜耍拋、接動作技巧的穩定性。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測雜耍項目基礎拋接動作(以上一學期期末考考試動作為主)		
	2	彈性課程(加強球基礎拋、接動作技巧)		
	3	彈性課程(加強球基礎拋、接動作技巧)		
	4	彈性課程(加強球基礎拋、接動作技巧)		
	5	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	6	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	7	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	8	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	9	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	彈性課程(加強圈基礎拋、接動作技巧)		
	12	彈性課程(加強圈基礎拋、接動作技巧)		
	13	彈性課程(加強棒基礎拋、接動作技巧)		
	14	彈性課程(加強棒基礎拋、接動作技巧)		
	15	加強個人雜耍副修項目		
	16	加強個人雜耍副修項目		
	17	加強個人雜耍副修項目		
	18	加強個人雜耍副修項目		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞(每學期1次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	4.0	時數 4.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 			
十、備註(其他課程相關之要求)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由雜技課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。 			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生了解練腰的注意事項(暖腰、壓腰、回腰)及練習重點(柔軟度、速度、控制力)。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，培養學生團結互助的精神。</p> <p>技能：透過實際的腰部基本功練習，加強學生腰部的柔軟度、速度及力量。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測腰部基本功及動作技巧(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腰部關節柔軟度(暖腰、壓腰、回腰)		
	3	加強腰部關節柔軟度(暖腰、壓腰、回腰)		
	4	加強腰部關節柔軟度(暖腰、壓腰、回腰)		
	5	加強腰部肌肉力量		
	6	加強腰部肌肉力量		
	7	加強腰部肌肉力量		
	8	加強腰部速度		
	9	加強腰部速度		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(平身子)		
	12	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(平身子)		
	13	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(甩腰)		
	14	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(甩腰)		
	15	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(甩腰)		
	16	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(元寶)		
	17	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(元寶)		
	18	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(元寶)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞(每學期 1次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材 			
十、備註(其他課程相關之要求)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由體操課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。 			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生了解倒立的概念(手感、平衡感)及訓練重點(空頂、吊頂、推樁)。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，欣賞同學倒立的姿勢(線條、角度)。</p> <p>技能：透過實際的倒立動作技巧(空頂、吊頂、推樁)練習，加強學生的倒立動作技巧(力量、吊力、控制力)。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測倒立基本功及動作(力量、吊力、控制力)		
	2	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	3	加強手部肌肉力量		
	4	加強倒立基本功及動作(吊力)		
	5	加強倒立基本功及動作(控制力)		
	6	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	7	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	8	加強倒立技巧及動作(吊頂)		
	9	加強倒立技巧及動作(推樁)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(空頂直頂一分鐘)		
	12	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(空頂直頂一分鐘)		
	13	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(空頂直頂一分鐘)		
	14	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：蛙頂連續2-5次)		
	15	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：蛙頂連續2-5次)		
	16	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：分腿頂連續2-5次)		
	17	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：分腿頂連續2-5次)		
	18	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：端頂連續2-5次)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞(每學期1次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材 			
十、備註(其他課程相關之要求)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由體操課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。 			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生了解練腿的注意事項(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)及練習重點(柔軟度、速度、控制力)。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，培養學生團結互助的默契。</p> <p>技能：透過實際的腿部基本功練習，加強學生腿部的柔軟度、速度及力量。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測腿部基本功及動作技巧(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腿部關節柔軟度(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)		
	3	加強腿部關節柔軟度(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)		
	4	加強腿部關節柔軟度(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)		
	5	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	6	加強腿部速度(踢腿及彈跳)		
	7	加強腿部速度(踢腿及彈跳)		
	8	腿功技巧(搬腿及耗腿)		
	9	腿功技巧(搬腿及耗腿)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(三起三落、朝天蹬、探海)		
	12	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(三起三落、朝天蹬、探海)		
	13	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(三起三落、朝天蹬、探海)		
	14	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(踢腿動作：正踢、十字、側踢、內擺、外擺)		
	15	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(踢腿動作：正踢、十字、側踢、內擺、外擺)		
	16	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(踢腿動作：正踢、十字、側踢、內擺、外擺)		
	17	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(彈跳動作：二起腿、炫風腿)		
	18	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(彈跳動作：二起腿、炫風腿)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞(每學期 1次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材 			
十、備註(其他課程相關之要求)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由體操課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。 			

一、課程名稱	(中文) 彈性課程			
	(英文)			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 2.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生對身體素質、升部評鑑演練及術科主副修的瞭解。</p> <p>情意：經由分組練習、小組表演及同儕互助，增進學生的同儕關係。</p> <p>技能：透過實際的練習，加強學生的動作技巧。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體適能檢測		
	2	雜耍訓練		
	3	身體素質訓練		
	4	術科主、副修加強訓練		
	5	體適能檢測		
	6	雜耍訓練		
	7	身體素質訓練		
	8	術科主、副修加強訓練		
	9	升部評鑑演練		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	身體素質訓練		
	12	雜耍訓練		
	13	術科主、副修加強訓練		
	14	升部評鑑演練		
	15	升部評鑑演練		
	16	升部評鑑演練		
	17	體適能檢測		
	18	升部評鑑測驗		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 彈性課程			
	(英文)			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數 2.0
四、授課教師	陳俊安	專兼任別	專任	
九、參考書目	E-mail: f124893969@yahoo.com.tw			
	1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
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	檢測雜耍項目基礎拋接動作		
	2	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	3	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	4	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	5	雜耍拋接組合動作		
	6	雜耍拋接組合動作		
	7	雜耍拋接組合動作		
	8	雙人對拋接練習		
	9	檢測雜耍項目拋接組合動作		
	10	雙人對拋接練習		
	11	雙人對拋接練習		
	12	多人對拋接練習		
	13	多人對拋接練習		
	14	多人對拋接練習		
	15	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	16	雜耍拋接組合動作		
	17	雙人對拋接練習		
	18	多人對拋接練習		
	19	檢測雜耍項目拋接組合動作-雙人對拋接練習-多人對拋接練習		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	4.0	時數
				4.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
十、備註(其他課程相關之要求)	E-mail:			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
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	檢測腰部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腰部關節柔軟度		
	3	加強腰部關節柔軟度		
	4	加強腰部關節柔軟度		
	5	加強腰部肌肉力量		
	6	加強腰部肌肉力量		
	7	加強腰部肌肉力量		
	8	加強腰部速度		
	9	檢測腰部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	10	加強腰部速度		
	11	加強腰部速度		
	12	腰功技巧(平身子)		
	13	腰功技巧(平身子)		
	14	腰功技巧(平身子)		
	15	腰功技巧(甩腰)		
	16	腰功技巧(甩腰)		
	17	腰功技巧(甩腰)		
	18	腰功技巧(元寶)		
	19	檢測腰部基本功及動作(平身子、甩腰、元寶)		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	4.0	時數 4.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
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	體能檢測		
	2	檢測倒立基本功及動作(力量、吊力、控制力)		
	3	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	4	加強手部肌肉力量		
	5	加強手部肌肉力量		
	6	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	7	加強倒立基本功及動作(吊力)		
	8	加強倒立基本功及動作(控制力)		
	9	檢測倒立基本功及動作(力量、吊力、控制力)		
	10	加強倒立基本功及動作(吊力)		
	11	加強倒立基本功及動作(控制力)		
	12	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	13	加強倒立技巧及動作(推椿)		
	14	加強倒立技巧及動作(推椿)		
	15	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	16	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	17	加強倒立技巧及動作(吊頂)		
	18	加強倒立技巧及動作(吊頂)		
	19	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
20	進行寒假訓練項目練習			
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
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	檢測腿部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	3	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	4	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	5	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	6	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	7	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	8	加強腿部速度(踢腿)		
	9	檢測腿部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	10	加強腿部速度(踢腿)		
	11	加強腿部速度(踢腿)		
	12	腿功技巧(搬腿)		
	13	腿功技巧(搬腿)		
	14	腿功技巧(搬腿)		
	15	腿功技巧(探海)		
	16	腿功技巧(探海)		
	17	腿功技巧(三起三落)		
	18	腿功技巧(耗腿)		
	19	檢測腿部基本功及動作(劈腿、踢腿、搬腿、耗腿、探海、三起三落)		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	陳彩鳳	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生對雜耍的練習重點(拋、接概念)的瞭解。</p> <p>情意：經由分組雜耍對拋練習、小組雜耍組合演練及同儕互助，增進學生的同儕關係。</p> <p>技能：透過實際的雜耍拋、接動作技巧練習，加強學生的雜耍拋、接動作技巧的穩定性。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測雜耍項目基礎拋接動作(以上一學期期末考考試動作為主)		
	2	彈性課程(加強球基礎拋、接動作技巧)		
	3	彈性課程(加強球基礎拋、接動作技巧)		
	4	彈性課程(加強球基礎拋、接動作技巧)		
	5	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	6	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	7	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	8	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	9	加強個人雜耍主修項目(以升部評鑑項目為主)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	彈性課程(加強圈基礎拋、接動作技巧)		
	12	彈性課程(加強圈基礎拋、接動作技巧)		
	13	彈性課程(加強棒基礎拋、接動作技巧)		
	14	彈性課程(加強棒基礎拋、接動作技巧)		
	15	加強個人雜耍副修項目		
	16	加強個人雜耍副修項目		
	17	加強個人雜耍副修項目		
	18	加強個人雜耍副修項目		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	4.0	時數 4.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材			
十、備註(其他課程相關之要求)	1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由雜技課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生了解練腰的注意事項(暖腰、壓腰、回腰)及練習重點(柔軟度、速度、控制力)。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，培養學生團結互助的精神。</p> <p>技能：透過實際的腰部基本功練習，加強學生腰部的柔軟度、速度及力量。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測腰部基本功及動作技巧(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腰部關節柔軟度(暖腰、壓腰、回腰)		
	3	加強腰部關節柔軟度(暖腰、壓腰、回腰)		
	4	加強腰部關節柔軟度(暖腰、壓腰、回腰)		
	5	加強腰部肌肉力量		
	6	加強腰部肌肉力量		
	7	加強腰部肌肉力量		
	8	加強腰部速度		
	9	加強腰部速度		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(平身子)		
	12	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(平身子)		
	13	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(甩腰)		
	14	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(甩腰)		
	15	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(甩腰)		
	16	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(元寶)		
	17	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(元寶)		
	18	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(元寶)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞(每學期 2次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材			
十、備註(其他課程相關之要求)	1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由體操課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生了解倒立的概念(手感、平衡感)及訓練重點(空頂、吊頂、推樁)。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，欣賞同學倒立的姿勢(線條、角度)。</p> <p>技能：透過實際的倒立動作技巧(空頂、吊頂、推樁)練習，加強學生的倒立動作技巧(力量、吊力、控制力)。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測倒立基本功及動作(力量、吊力、控制力)		
	2	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	3	加強手部肌肉力量		
	4	加強倒立基本功及動作(吊力)		
	5	加強倒立基本功及動作(控制力)		
	6	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	7	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	8	加強倒立技巧及動作(吊頂)		
	9	加強倒立技巧及動作(推樁)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(空頂直頂一分鐘)		
	12	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(空頂直頂一分鐘)		
	13	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(空頂直頂一分鐘)		
	14	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：蛙頂連續2-5次)		
	15	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：蛙頂連續2-5次)		
	16	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：分腿頂連續2-5次)		
	17	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：分腿頂連續2-5次)		
	18	加強升部評鑑倒立動作技巧項目(吊頂動作：端頂連續2-5次)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞(每學期 2次)，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材			
十、備註(其他課程相關之要求)	1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由體操課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
	E-mail:			
五、教學目標	<p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生了解練腿的注意事項(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)及練習重點(柔軟度、速度、控制力)。</p> <p>情意：經由分組練習、小組演練及同儕互助，培養學生團結互助的默契。</p> <p>技能：透過實際的腿部基本功練習，加強學生腿部的柔軟度、速度及力量。</p>			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	檢測腿部基本功及動作技巧(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腿部關節柔軟度(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)		
	3	加強腿部關節柔軟度(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)		
	4	加強腿部關節柔軟度(暖腿、耗腿、壓腿、溜腿)		
	5	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	6	加強腿部速度(踢腿及彈跳)		
	7	加強腿部速度(踢腿及彈跳)		
	8	腿功技巧(搬腿及耗腿)		
	9	腿功技巧(搬腿及耗腿)		
	10	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	11	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(三起三落、朝天蹬、探海)		
	12	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(三起三落、朝天蹬、探海)		
	13	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(三起三落、朝天蹬、探海)		
	14	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(踢腿動作：正踢、十字、側踢、內擺、外擺)		
	15	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(踢腿動作：正踢、十字、側踢、內擺、外擺)		
	16	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(踢腿動作：正踢、十字、側踢、內擺、外擺)		
	17	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(彈跳動作：二起腿、炫風腿)		
	18	加強升部評鑑腰功動作技巧項目(彈跳動作：二起腿、炫風腿)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
七、授課方式	講述，分組討論，戶外教學，實際演練			
八、成績評量	<p>期中成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>期末成績：透過DV攝影，進行定量分析。</p> <p>平時成績：透過教師的討論，進行定性分析。</p>			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: 1. 運動訓練法。 2. 運動生理學。 3. 運動心理學。 4. 運動生物力學。 5. 運動營養學。 6. Mosston體育教學光譜的理論與應用。 7. 教育導論。 8. 民俗技藝教材教法 9. 舞蹈訓練教材教法 10. 腰腿頂初階基本功教材			
十、備註(其他課程相關之要求)	1. 期許透過舞蹈課程的訓練，可增加學生的肢體線條。 2. 希望經由武術課程的培養，可加強學生的動作協調性。 3. 藉由體操課程的訓練，以強化學生得身體素質以及身體POwer。			

一、課程名稱	(中文) 體操			
	(英文) Gymnastics			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	8.0	時 數 8.0
四、授課教師	郭憲偉	專兼任別	兼任	
	E-mail: 1982ken@yahoo.com.tw			
五、教學目標	學習體操基本技術 培養體操基本認知 培育體操涵養與同儕精神			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	基本素質訓練		
	2	基本素質訓練，腰腿基礎訓練		
	3	基本素質訓練，腰腿基礎訓練		
	4	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，前滾後滾訓練		
	5	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，前滾後滾訓練		
	6	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，原地側翻訓練		
	7	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，原地助跑側翻訓練		
	8	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，原地助跑側翻訓練		
	9	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，前後軟腰訓練		
	10	期中考		
	11	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，前後軟腰訓練		
	12	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，助跑前軟腰訓練		
	13	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，原地鍵子訓練		
	14	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，原地鍵子訓練		
	15	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，連續側翻鍵子訓練		
	16	基本素質訓練，腰腿基礎訓練，連續側翻鍵子訓練		
	17	連續側翻鍵子訓練、助跑前軟、原地雙腳前後軟翻		
	18	連續側翻鍵子訓練、助跑前軟、原地雙腳前後軟翻		
	19	總複習		
	20	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	平時評量30% 期中評量30% 期末評量40%			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	溫哲瑋	專兼任別	兼任	
	E-mail: radio2300@yahoo.com.tw			
五、教學目標	以西方馬戲雜耍訓練體系，教授傳統民俗技藝雜耍拋球、圈、草帽、切磚遊戲運動，增強手眼協調能力，促進左右腦平衡發展，與訓練大腦反應力，結合舞台表演雜耍節目編排、教授簡易雜耍道具製作。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	雜耍基本拋接		
	2	雜耍基本拋接		
	3	雜耍3球花式練習		
	4	雜耍3球花式練習		
	5	雜耍4球花式練習		
	6	雜耍4球花式練習		
	7	雜耍5球花式練習		
	8	雜耍5球花式練習		
	9	期中考		
	10	單項雜耍練習		
	11	單項雜耍練習		
	12	單項雜耍練習		
	13	單項雜耍練習		
	14	雜耍(球、環、棒)介紹雜耍沙包球道具製作介紹		
	15	雜耍(球、環、棒)介紹雜耍沙包球道具製作介紹		
	16	雜耍節目編排		
	17	雜耍節目編排		
	18	雜耍節目編排		
	19	期末考		
	20	影片欣賞		
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30% 期末40% 平時30%			
九、參考書目	method of juggling encyclopedia of juggling			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	六年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	溫哲瑋	專兼任別	兼任	
	E-mail: radio2300@yahoo.com.tw			
五、教學目標	以舞蹈基本動作、武術基本動作訓練，輔以雜技基本功之需要。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	腰部基本訓練		
	2	腰部基本訓練		
	3	腰部基本訓練		
	4	腰部基本組合動作訓練		
	5	腰部基本組合動作訓練		
	6	腰部基本組合動作訓練		
	7	腰部基本組合動作訓練		
	8	腰部基本組合動作訓練		
	9	腰部基本組合動作訓練		
	10	期中考		
	11	腰部進階動作訓練		
	12	腰部進階動作訓練		
	13	腰部進階動作訓練		
	14	腰部進階動作訓練		
	15	腰部進階組合動作訓練		
	16	腰部進階組合動作訓練		
	17	腰部進階組合動作訓練		
	18	腰部進階組合動作訓練		
	19	期末考		
20	影片欣賞			
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30% 期末40% 平時30%			
九、參考書目	腰腿頂基礎教材 雜技教材			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	溫哲瑋	專兼任別	兼任	
	E-mail: radio2300@yahoo.com.tw			
五、教學目標	以體操動作、雜技倒立基礎訓練，輔以雜技基本功之需要。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	倒立基本訓練		
	2	倒立基本訓練		
	3	倒立基本訓練		
	4	倒立組合動作訓練		
	5	倒立組合動作訓練		
	6	倒立組合動作訓練		
	7	倒立組合動作訓練		
	8	倒立組合動作訓練		
	9	倒立組合動作訓練		
	10	期中考		
	11	倒立進階動作訓練		
	12	倒立進階動作訓練		
	13	倒立進階動作訓練		
	14	倒立進階組合動作訓練		
	15	倒立進階組合動作訓練		
	16	倒立進階組合動作訓練		
	17	倒立進階組合動作訓練		
	18	倒立進階組合動作訓練		
	19	期末考		
	20	影片欣賞		
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30% 期末40% 平時30%			
九、參考書目	腰腿頂基礎教材 雜技教材			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	溫哲璋	專兼任別	兼任	
	E-mail: radio2300@yahoo.com.tw			
五、教學目標	以舞蹈基本動作、武術基本動作訓練，輔以雜技基本功之需要。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	腿部基本訓練		
	2	腿部基本訓練		
	3	腿部基本訓練		
	4	腿部組合動作訓練		
	5	腿部組合動作訓練		
	6	腿部組合動作訓練		
	7	腿部組合動作訓練		
	8	腿部組合動作訓練		
	9	腿部組合動作訓練		
	10	期中考		
	11	腿部進階動作訓練		
	12	腿部進階動作訓練		
	13	腿部進階動作訓練		
	14	腿部組合動作訓練		
	15	腿部組合動作訓練		
	16	腿部組合動作訓練		
	17	腿部組合動作訓練		
	18	腿部組合動作訓練		
	19	期末考		
20	影片欣賞			
七、授課方式	講述，影片欣賞(每學期 1次)			
八、成績評量	期中30% 期末40% 平時30%			
九、參考書目	腰腿頂基礎教材 雜技教材			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 體操			
	(英文) Gymnastics			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	8.0	時 數 8.0
四、授課教師	陳富國	專兼任別	兼任	
	E-mail: chen89273575@yahoo.com.tw			
五、教學目標	1/使學生能夠達到相當的柔韌度'敏捷度與肌耐力的基本標準。 2/培養學生樹立為藝術苦練基本功的思想不怕苦不怕累的藝術精神。 3/全面發展身體素質，增強身體練習翻騰動作技巧。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	開學適應週~以肌耐力的鍛鍊為主		
	2	柔韌度與彈性訓練(一)		
	3	柔韌度與彈性訓練(二)		
	4	肢體敏捷與動作協調訓練(一)		
	5	肢體敏捷與動作協調訓練(二)		
	6	滾翻基本教學(一)		
	7	滾翻基本教學(二)		
	8	滾翻進階教學(三)		
	9	期中考試		
	10	手翻基本教學(一)		
	11	手翻基本教學(二)		
	12	手翻基本教學(三)		
	13	手翻進階教學(一)		
	14	手翻進階教學(二)		
	15	手翻進階教學(三)		
	16	手翻組合教學		
	17	空翻基本教學(一)		
	18	空翻基本教學(二)		
	19	空翻基本教學(三)		
	20	期末考試		
七、授課方式				
八、成績評量	1/期中, 期末考試 70% 2/平時成績 30%			
九、參考書目	1/教材自編 2/學習經驗			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍技巧			
	(英文) Acrobatics Techniques			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	翁淑華	專兼任別	兼任	
	E-mail: Shuhua0604@hotmail.com.tw			
五、教學目標	加強個人雜耍技巧, 增進技巧難度, 提升表演性與穩定度			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
七、授課方式	分組討論, 實際演練			
八、成績評量	以期中, 期末考為主, 期間每星期訂定個別目標隨堂測驗			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 武術			
	(英文) Martial Art			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	蔡家元	專兼任別	兼任	
	E-mail: chiwu.eddie@gmail.com			
五、教學目標	札實武術基本功，培育武術舞台表演人才。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
七、授課方式				
八、成績評量				
九、參考書目	中國武術實用大全			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
五、教學目標	透過實際運動及課程講義 使學生了解如何以安全並科學的方式 進行雜耍基本功的課程 雜耍基本功： 1. 加強學生手眼協調能力 2. 加強體能靈敏度. 反應訓練 3. 透過基礎動作反覆練習強化雜耍基本功技術熟練度			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	影片賞析		
	2	體能靈敏度. 反應訓練		
	3	體能靈敏度. 反應訓練		
	4	體能靈敏度. 反應訓練		
	5	體能靈敏度. 反應訓練		
	6	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	7	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	8	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	9	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	10	術科期中考〈雜耍技巧綜合測驗〉		
	11	影片賞析		
	12	體能靈敏度. 反應訓練		
	13	體能靈敏度. 反應訓練		
	14	體能靈敏度. 反應訓練		
	15	體能靈敏度. 反應訓練		
	16	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	17			
	18	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	19	分組球圈練習. 體能靈敏度. 反應測驗		
	20	術科期末考(綜合能力測驗)		
七、授課方式	講述, 分組討論, 影片欣賞 (每學期 2次), 實際演練			
八、成績評量	以期中. 期末考為主. 期間每星期訂定小目標隨堂測驗			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	4.0	時數 4.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
	1. 舞蹈應用生理解剖學(郭志輝著, 五南圖書出版)			
	2. 腰腿頂初階基本功教材(張文美, 陳鳳廷, 程育君, 張燕燕編著, 國立台灣戲曲專科學校印)			
	3. 雜技教材(張連起編著, 國立台灣戲曲專科學校印)2000			
	4. 民俗技藝教材(中國四川雜技藝術團, 四川聞聯合編)1989			
	5. 教學原理(李永吟, 單文經著, 遠流出版社)			
	6. 體適能指導手冊(中華民國有氣體適能運動協會出版)			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
五、教學目標	透過實際運動及課程講義 使學生了解如何以安全並科學的方式 進行基本功的課程 腰部基本功： 1. 加強學生腰部柔軟度 2. 增加學生腰部控制能力 3. 背肌, 腹直肌, 腹側肌等肌力訓練			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型1分鐘		
	2	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型1分鐘		
	3	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型1分鐘		
	4	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型1分鐘		
	5	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型2分鐘		
	6	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型2分鐘		
	7	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型2分鐘		
	8	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型2分鐘		
	9	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型2分鐘		
	10	體能腹背肌訓練, 分組扶牆下腰, 橋型2分鐘, 期中測驗		
	11	體能腹背肌訓練, 自行下腰, 橋型3-5分鐘		
	12	體能腹背肌訓練, 自行下腰, 橋型3-5分鐘		
	13	體能腹背肌訓練, 自行下腰, 橋型3-5分鐘		
	14	體能腹背肌訓練, 自行下腰, 橋型3-5分鐘		
	15	體能腹背肌訓練, 自行下腰, 橋型5分鐘		
	16	體能腹背肌訓練, 耗腰, 甩腰, 抓腳練習		
	17			
	18	體能腹背肌訓練, 耗腰, 甩腰, 抓腳練習		
	19	體能腹背肌訓練, 耗腰, 甩腰, 抓腳練習		
	20	體能腹背肌訓練, 耗腰, 甩腰, 抓腳練習, 期末綜合測驗		
七、授課方式	講述, 分組討論, 課堂報告, 影片欣賞 (每學期 2次), 實際演練			
八、成績評量	以期中, 期末考為主, 期間每星期訂定小目標隨堂測驗			

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
	1. 舞蹈應用生理解剖學(郭志輝著, 五南圖書出版)			
	2. 腰腿頂初階基本功教材(張文美, 陳鳳廷, 程育君, 張燕燕編著, 國立台灣戲曲專科學校印)			
	3. 雜技教材(張連起編著, 國立台灣戲曲專科學校印)2000			
	4. 民俗技藝教材(中國四川雜技藝術團, 四川聞聯合編)1989			
	5. 教學原理(李永吟, 單文經著, 遠流出版社)			
	6. 體適能指導手冊(中華民國有氣體適能運動協會出版)			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<p>透過實際運動及課程講義 使學生了解如何以安全並科學的方式 進行倒立基本功的課程 倒立基本功：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 加強學生對倒立平衡能力之提升 2. 嚴格要求倒立正確姿勢 3. 增強學生手臂力量及耐力 4. 訓練學生活用倒立技巧之能力 5. 加深學生對倒立技巧之認知 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	倒立基本技巧訓練、素質訓練		
	2	倒立基本技巧訓練、素質訓練		
	3	倒立基本技巧訓練、素質訓練		
	4	倒立基本技巧訓練、素質訓練		
	5	倒立基本技巧訓練、素質訓練		
	6	倒立基本技巧訓練、素質訓練		
	7	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆踢倒立. 耗頂3分鐘		
	8	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆踢倒立. 耗頂3分鐘		
	9	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆踢倒立. 耗頂3分鐘		
	10	術科期中考〈倒立技巧綜合測驗〉		
	11	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆雙腳踮頂. 耗頂4分鐘		
	12	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆雙腳踮頂. 耗頂4分鐘		
	13	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆雙腳踮頂. 耗頂4分鐘		
	14	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆雙腳踮頂. 耗頂5分鐘		
	15	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆雙腳踮頂. 耗頂5分鐘		
	16	體能手臂肌耐力訓練. 靠牆雙腳踮頂. 耗頂5分鐘		
	17	頂功強度訓練、力量訓練		
	18	頂功強度訓練、力量訓練		
	19	頂功強度訓練、力量訓練		
	20	術科期末考(倒立技巧綜合能力測驗)		
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞（每學期 2次），實際演練			
八、成績評量	以期中、期末考為主。期間每星期訂定小目標隨堂測驗			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
	1. 舞蹈應用生理解剖學(郭志輝著, 五南圖書出版)			
	2. 腰腿頂初階基本功教材(張文美, 陳鳳廷, 程育君, 張燕燕編著, 國立台灣戲曲專科學校印)			
	3. 雜技教材(張連起編著, 國立台灣戲曲專科學校印)2000			
	4. 民俗技藝教材(中國四川雜技藝術團, 四川聞聯合編)1989			
	5. 教學原理(李永吟, 單文經著, 遠流出版社)			
	6. 體適能指導手冊(中華民國有氣體適能運動協會出版)			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
五、教學目標	透過實際運動及課程講義 使學生了解如何以安全並科學的方式 進行腿部基本功的課程 腿部基本功： 1. 加強學生腿部柔軟度 2. 增加學生腿部控制能力 3. 腿部肌力訓練及平衡控制			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	腿功柔軟度訓練〈正劈、側劈、體前彎、壓腳背〉		
	2	腿功柔軟度訓練〈正劈、側劈、體前彎、壓腳背〉		
	3	腿功柔軟度訓練〈正劈、側劈、體前彎、壓腳背〉		
	4	腿功柔軟度訓練〈正劈、側劈、體前彎、壓腳背〉		
	5	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練〈正踢、側踢、外擺、內擺、單拍、飛腿〉		
	6	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練〈正踢、側踢、外擺、內擺、單拍、飛腿〉		
	7	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練〈正踢、側踢、外擺、內擺、單拍、飛腿〉		
	8	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練〈正踢、側踢、外擺、內擺、單拍、飛腿〉		
	9	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	10	術科期中考〈腿功柔軟度、踢腿控腿能力〉		
	11	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	12	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	13	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	14	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	15	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	16	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	17			
	18	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	19	腿功柔軟度訓練、踢腿訓練、強度訓練〈跳板凳、跑步、跳繩〉		
	20	術科期末考(綜合能力測驗)		
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	以期中、期末考為主。期間每星期訂定小目標隨堂測驗			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	韓秉融	專兼任別	兼任	
九、參考書目	E-mail: vino2001new@yahoo.com.tw			
	1. 舞蹈應用生理解剖學(郭志輝著, 五南圖書出版)			
	2. 腰腿頂初階基本功教材(張文美, 陳鳳廷, 程育君, 張燕燕編著, 國立台灣戲曲專科學校印)			
	3. 雜技教材(張連起編著, 國立台灣戲曲專科學校印)2000			
	4. 民俗技藝教材(中國四川雜技藝術團, 四川聞聯合編)1989			
	5. 教學原理(李永吟, 單文經著, 遠流出版社)			
	6. 體適能指導手冊(中華民國有氣體適能運動協會出版)			
十、備註(其他課程相關之要求)	1. 舞蹈應用生理解剖學(郭志輝著, 五南圖書出版)			
	2. 腰腿頂初階基本功教材(張文美, 陳鳳廷, 程育君, 張燕燕編著, 國立台灣戲曲專科學校印)			
	3. 雜技教材(張連起編著, 國立台灣戲曲專科學校印)2000			
	4. 民俗技藝教材(中國四川雜技藝術團, 四川聞聯合編)1989			
	5. 教學原理(李永吟, 單文經著, 遠流出版社)			
	6. 體適能指導手冊(中華民國有氣體適能運動協會出版)			

一、課程名稱	(中文) 腰腿頂技巧			
	(英文) Arts to Waist, Leg & Headstand			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	黃筱蓉	專兼任別	兼任	
	E-mail: c15802003@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 協助學生重新認識並探索自我肢體的內在動能，覺察與傾聽內心的聲音。 2. 了解不同身體語彙，肯定個人肢體語言的表達模式，接納不同面向的自己。 3. 從與他人的肢體合作互動中，練習解決問題與促進與他人溝通的能力。 4. 發揮個人創造力，體驗自我實現的成就感與欣賞尊重他人的創意。 5. 培養學生擁有協調的身心靈，從整個過程中經驗自我的成長。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
七、授課方式	講述，影片欣賞 (每學期 2次)，實際演練			
八、成績評量	1. 術科期中考 25% 2 術科期末考 25% 3. 學習態度與平時表現 50%			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 肢體開發			
	(英文) Body Development			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數 2.0
四、授課教師	黃筱蓉	專兼任別	兼任	
	E-mail: c15802003@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 協助學生重新認識並探索自我肢體的內在動能，覺察與傾聽內心的聲音。 2. 了解不同身體語彙，肯定個人肢體語言的表達模式，接納不同面向的自己。 3. 從與他人的肢體合作互動中，練習解決問題與促進與他人溝通的能力。 4. 發揮個人創造力，體驗自我實現的成就感與欣賞尊重他人的創意。 5. 培養學生擁有協調的身心靈，從整個過程中經驗自我的成長。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	課程要求講述、身體探索、肢體解放遊戲		
	2	肢體表達：創意肢體自我介紹		
	3	讓呼吸喚醒肢體的內在覺察力		
	4	身體各部位的活動		
	5	身體的非位移動作與位移動作		
	6	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(一)- 時間		
	7	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(二)- 空間		
	8	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(三)- 力量		
	9	術科期中考		
	10	影片欣賞與討論		
	11	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(四)- 關係(人與人)		
	12	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(五)- 關係(人與物)		
	13	音樂與肢體		
	14	節奏與肢體		
	15	舞蹈元素的綜合運用		
	16	小組討論期末創意肢體設計與呈現方案		
	17	小組創意肢體設計與呈現(一)		
	18	小組創意肢體設計與呈現(二)		
	19	術科期末考		
	20	影片欣賞與討論		
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞 (每學期 2次)，實際演練			
八、成績評量	1. 術科期中考 25% 2 術科期末考 25% 3. 學習態度與平時表現 50%			
九、參考書目	李宗芹 (2001) 傾聽身體之歌- 舞蹈治療的發展與內涵。台北：心靈工坊。 李宗芹 (2002) 非常愛跳舞- 創造性舞蹈的心體驗。台北：心靈工坊。			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 肢體開發			
	(英文) Body Development			
二、開課別	學年課程		年級	六年級
三、修課別	必修	學分	2.0	時數 2.0
四、授課教師	黃筱蓉	專兼任別	兼任	
	E-mail: c15802003@yahoo.com.tw			
五、教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 協助學生重新認識並探索自我肢體的內在動能，覺察與傾聽內心的聲音。 2. 了解不同身體語彙，肯定個人肢體語言的表達模式，接納不同面向的自己。 3. 從與他人的肢體合作互動中，練習解決問題與促進與他人溝通的能力。 4. 發揮個人創造力，體驗自我實現的成就感與欣賞尊重他人的創意。 5. 培養學生擁有協調的身心靈，從整個過程中經驗自我的成長。 			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	肢體表達：創意肢體自我介紹		
	2	讓呼吸喚醒肢體的內在覺察力		
	3	身體各部位的活動		
	4	身體的非位移動作與位移動作		
	5	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(一)- 時間		
	6	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(一)- 空間		
	7	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(一)- 力量		
	8	術科期中考		
	9	影片欣賞與討論		
	10	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(四)- 關係(人與人)		
	11	探索舞蹈元素與人格特質的關聯(四)- 關係(人與物)		
	12	音樂與肢體		
	13	節奏與肢體		
	14	舞蹈元素的綜合運用		
	15	小組討論期末創意肢體設計與呈現		
	16	小組創意肢體設計與呈現(一)		
	17	小組創意肢體設計與呈現(二)		
	18	術科期末考		
	19	影片欣賞與討論		
	20	肢體創意時間分享		
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞(每學期 2次)，實際演練			
八、成績評量	1. 術科期中考 25% 2 術科期末考 25% 3. 學習態度與平時表現 50%			
九、參考書目	李宗芹 (2001) 傾聽身體之歌- 舞蹈治療的發展與內涵。台北：心靈工坊。 李宗芹 (2002) 非常愛跳舞- 創造性舞蹈的心體驗。台北：心靈工坊。			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
五、教學目標	認知：了解雜耍的練習重點(拋、接概念)。 情意：協助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	檢測雜耍項目基礎拋接動作		
	2	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	3	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	4	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	5	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	6	雜耍拋接組合動作		
	7	雜耍拋接組合動作		
	8	雙人對拋接練習		
	9	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	10	雙人對拋接練習		
	11	雙人對拋接練習		
	12	多人對拋接練習		
	13	多人對拋接練習		
	14	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	15	加強雜耍項目基礎拋接動作		
	16	雜耍拋接組合動作		
	17	雙人對拋接練習		
	18	多人對拋接練習		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 雜耍基本功			
	(英文) Training to Basic Acrobatics			
二、開課別	學年課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	4.0	時數 4.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腰基本功			
	(英文) Waist Movement			
二、開課別	學年課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數 4.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
五、教學目標	認知：了解練腰的安全性及注意事項。 情意：協同學做壓腰的練習。 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	檢測腰部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腰部關節柔軟度		
	3	加強腰部關節柔軟度		
	4	加強腰部關節柔軟度		
	5	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	6	加強腰部肌肉力量		
	7	加強腰部肌肉力量		
	8	加強腰部速度		
	9	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	10	加強腰部速度		
	11	加強腰部速度		
	12	腰功技巧(平身子)		
	13	腰功技巧(平身子)		
	14	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	15	腰功技巧(甩腰)		
	16	腰功技巧(甩腰)		
	17	腰功技巧(甩腰)		
	18	腰功技巧(元寶)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
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	體能檢測		
	2	檢測倒立基本功及動作(力量、吊力、控制力)		
	3	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	4	加強手部肌肉力量		
	5	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	6	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	7	加強倒立基本功及動作(吊力)		
	8	加強倒立基本功及動作(控制力)		
	9	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	10	加強倒立基本功及動作(吊力)		
	11	加強倒立基本功及動作(控制力)		
	12	加強倒立素質訓練(腹肌、背肌、上肢肌群、下肢肌群)		
	13	加強倒立技巧及動作(推椿)		
	14	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	15	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	16	加強倒立技巧及動作(空頂)		
	17	加強倒立技巧及動作(吊頂)		
	18	加強倒立技巧及動作(吊頂)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 頂基本功			
	(英文) Headstand Movement			
二、開課別	學期課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年 級	五年級
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數 5.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
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	檢測腿部基本功及動作(柔軟度、力量、速度)		
	2	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	3	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	4	加強腿部關節柔軟度(壓腿)		
	5	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	6	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	7	加強腿部肌肉力量(單腳深蹲、跳板凳)		
	8	加強腿部速度(踢腿)		
	9	術科期中考(攝影、拍照)進行動作分析		
	10	加強腿部速度(踢腿)		
	11	加強腿部速度(踢腿)		
	12	腿功技巧(搬腿)		
	13	腿功技巧(搬腿)		
	14	月評比(攝影、拍照)進行動作分析		
	15	腿功技巧(耗腿)		
	16	腿功技巧(探海)		
	17	腿功技巧(探海)		
	18	腿功技巧(三起三落)		
	19	術科期末考(攝影、拍照)進行動作分析		
	20	進行寒假訓練項目練習		
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) 彈性課程、大會考、成果展			
九、參考書目	民俗技藝教材教法 舞蹈訓練教材教法 運動生物力學 運動生理學 腰腿頂初階基本功教材			

一、課程名稱	(中文) 腿基本功			
	(英文) Leg Movement			
二、開課別	學期課程		年級	五年級
三、修課別	必修	學分	5.0	時數 5.0
四、授課教師	王偉帆	專兼任別	兼任	
	E-mail: viclom88@msn.com			
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 肢體開發			
	(英文) Body Development			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	薛欣宜	專兼任別	兼任	
	E-mail: xinyi9947@yahoo.com.tw			
五、教學目標	用活動的方式帶入肢體動作的概念，體驗用身體舞動的自然表現。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	課程說明、聲音與肢體的自我介紹		
	2	肢體協調性練習		
	3	肢體動作的韻律變化		
	4	舞台八方位的介紹		
	5	肢體練習~~人體節拍器		
	6	肢體模仿~~鏡子活動		
	7	開發身體動能		
	8	雙人及團體互動練習		
	9	期中考試		
	10	道具的運用與變化(專注力練習)		
	11	影片欣賞~~太陽劇團		
	12	道具運用~~椅子的各面向		
	13	靜態畫面說故事		
	14	音樂引導肢體創作		
	15	身體想像~~四格漫畫		
	16	想像力引導活動		
	17	期末考題練習		
	18	期末考試		
	19	影片欣賞		
20				
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 2次），實際演練，其他：分組活動			
八、成績評量	平時課堂表現、期中與期末兩次測驗			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				

一、課程名稱	(中文) 肢體開發			
	(英文) Body Development			
二、開課別	學年課程		年級	年級
三、修課別		學分	時數	
四、授課教師	薛欣宜	專兼任別	兼任	
	E-mail: xinyi9947@yahoo.com.tw			
五、教學目標	個人創造力為主要重點，利用想像力引導、動作探索，表達出具獨特性個人經驗的表現能力。			
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明		
	1	課程介紹、身體動作分析		
	2	身體動作分析與創作		
	3	身體節奏與創作		
	4	想像力引導肢體開發動能		
	5	開發身體協調反應		
	6	音樂引導肢體表現		
	7	複合性動作探索		
	8	意象與動作的配合		
	9	期中考題練習		
	10	期中考		
	11	影片欣賞		
	12	動作的連結性觀念		
	13	身體的開展度及其延伸性		
	14	動作小品基本組合		
	15	動作小品基本組合		
	16	期末考題練習		
	17	期末考題練習		
	18	期末考		
	19	影片欣賞		
	20			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 2次），實際演練，其他：分組活動			
八、成績評量	平時上課的參與、互動及學習態度，期中與期末兩次測驗			
九、參考書目				
十、備註(其他課程相關之要求)				