

**111 學年度第 2 學期學院部選修開課表**

| 班級  | 開課名稱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 開課教師       | 開課時間         | 選修人數<br>上限 |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|------------|
| 大一乙 | 肢體專題 II                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 陳俊安<br>陳儒文 | 星期四<br>9, 10 | 30         |
|     | <p>教學目標：</p> <p>認知：藉由講述與回饋的方式(強化內、外在認知)，促進學生對體操的瞭解。</p> <p>情意：經由分組討論、表演欣賞及同儕互助，增進學生的同儕關係。</p> <p>技能：透過實際的體操練習，加強學生的體操動作技巧。</p> <p>每一個人的身體素質及條件都有所不同，在訓練的過程中一定會有落差，如何能夠讓每一位同學都能跟的上進度，是我們努力的目標。</p> <p>課程內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習體操運動之體能(柔軟、平衡、協調、敏捷、耐力、爆發力)。</li> <li>2. 學習體操運動之技能(支撐能力、懸吊能力、空中能力、旋轉能力、彈蹬能力)。</li> <li>3. 學習專業運動個人之禮儀態度與精神。</li> <li>4. 學習專業運動團體之合作與互助精神能學習如何預防與避免運動傷害。</li> <li>5. 以體操基本動作為主，提供適宜學生之肢體協調發展訓練。</li> <li>6. 從地板項目的基礎動作帶入，並依照動作屬性分為；柔軟、支撐、跳躍、平衡、滾翻 5 大類及結合技術。</li> </ol> |            |              |            |
|     | 解剖生理學                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 江宗麟        | 星期三<br>3, 4  | 25         |
|     | <p>教學目標：</p> <p>希望以口語化的方式去解釋複雜的解剖生理學名詞，讓學生會因為陌生且難記的名詞造成負擔，引起學生的學習動機。</p> <p>課程內容：</p> <p>以人類胚胎發育簡介、身體結構與功能、細胞與組織、骨骼系統、肌肉系統、神經系統、感覺系統、皮膚系統、內分泌系統、循環系統、體液與酸鹼平衡、淋巴系統與免疫、呼吸系統、泌尿系統、消化系統、營養與代謝、生長與發育等單元，探討人體組織器官的發展、構造與基本生理功能。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |              |            |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |              |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|----|
| 大二乙                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 特技創作 I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 張京嵐<br>張文美 | 星期二<br>3, 4  | 25 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>教學目標：</p> <p>在特技技巧的基礎下，開創更多元的表演型態與技巧模式。結合舞蹈、戲劇等等各種表演藝術相關元素加以溶合，賦予雜技一個新的創發概念與思考方向。</p> <p>課程內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、讓學生在原有的特技技巧中重新思考、創發新的概念。</li> <li>二、利用各種特技的教具元素，加以溶合與嘗試找出可以統整改革的雜技技巧。</li> <li>三、專業的舞蹈概念與技巧訓練，讓學生得以多方嘗試並應用在雜技技巧的實際操作上。</li> <li>四、結合學生本身的專長，重新思考、發想並在原創下改變，利用器具的變革，技巧的創新，加以創造更多的可能性，並整合出屬於自己的表演風格與模式。</li> <li>五、大量的觀賞不同的表演藝術活動並從中汲取，改革創新的可能性。</li> </ol> <p>教學方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、實際操作</li> <li>二、創意發想口頭講述</li> <li>三、表演概念呈現</li> </ol> |            |              |    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 戲劇表演訓練 I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 黃彥霖        | 星期一<br>9, 10 | 25 |
| <p>教學目標：</p> <p>教導學生了解基本表演，並且試圖去創造表演的可能</p> <p>課程內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 基本 Stanislavsky 的表演概念：由內而外創造角色，以及其感官記憶、腳色自傳、第四面牆、假如的概念。</li> <li>2 基本身心方法演技的表演概念：包含身體與心理的關係，身體姿勢、動作張力與情感，以及如何藉著外在行動帶入內在情感。</li> <li>3 個人表演創作：個人設計表演主題作呈現</li> </ol> <p>教學方式：以實作方式來教學，每次上課均須實作呈現，並且於期末時需做公開之期末呈現</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |              |    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |     |             |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------------|----|
| 大三乙                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 瑜珈                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | TBA | 星期一<br>3, 4 | 25 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教學目標：<br/>瑜珈提斯是東方古老智慧與西方現代科學的結合；瑜珈透過體位法的練習達到強化肢體的效果，也因為歷史的悠久而醞釀出一套完整的養生哲學，帶給我們的不只是肢體上的訓練，更深入了內心，引導我們認識真實的自我，感覺自我的存在。彼拉提斯的課程教導我們控制身體的技巧，著重在身體核心肌群的穩定訓練。它是由德國人約瑟夫·彼拉提斯（Joseph·H·Pilates）所創始的，透過醫療復健學與體適能的技巧，所整合發展而出的運動。當瑜珈與彼拉提斯結合在一起時，不僅增加我們的柔軟度，更強化身體軀幹的肌力、肌耐力，幫助我們改善身體失衡的煩惱，並且改善我們的心裡狀態提升心靈層面，達到身、心、靈的合而為一。過程中或許會發現兩者是如此相輔相成，在之後不管是工作或學習上，都能有正面而且積極的幫助。</li> <li>● 課程內容：<br/>認識瑜珈、學習正確的瑜珈提斯的核心訓練技巧</li> <li>● 教學評量：<br/>期中術科考試及期末術科考試</li> <li>● 課堂要求：<br/>六、自備瑜珈墊、水、毛巾</li> </ul> |     |             |    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 街頭表演藝術                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 孫麗翠 | 星期一<br>7, 8 | 25 |
| <p>教學目標：</p> <p>培養學生適應戶外演出環境，隨不同空間的變更可以靈活演繹，從不同的戶外環境練習使用當下限有的物件自由即興，並與現場觀眾交流互動，發展絕對的臨場經驗</p> <p>課程內容：</p> <p>美術經驗地發展與不同領域藝術家相會，經驗生活食衣住行襪於表演中的情感與行為，觀察不同人群結聚與個人之間的可能關係，陌生人不陌生的心理發展</p> <p>教學方式：</p> <p>上課將於不同日於課外教學，提高學生對於走出室內，善用戶外資源的經驗，參觀美術館、博物館、畫廊、特殊建築、引導學生認識美術並活化表演，觀察路人並模仿彼此溝通，對於自我生活地自白，建立一個主題討論（有時是自我的生活方式，我與我家人、我的寵物、現在我看到的社會問題…）。</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |     |             |    |