

教學設計：『樂』活『舞』自信—表現類型運動（舞蹈）

第五學習階段（高中）

類別	表現類型運動(舞蹈)
階段	第五階段
名稱	『樂』活『舞』自信
主要目標	1.將拉邦(Laban)舞蹈教材結構、概念及方法，應用於課程設計，並著重於實踐的運用，培養分享、自信、欣賞與人際關係間的良好行為及態度，使學生從探索自我和他人增加同儕互動、讓學生展現創意，以及彼此欣賞與表現，養成終身運動之生活型態。 2.理解拉邦(Laban)舞蹈教材結構、概念及方法。透過課程安排，對於力量、空間與時間更能體會，配合自由動作編排與展演形式，融合致生活情境中。
課程大綱	1.理解拉邦(Laban)舞蹈教材結構、概念 2.拉邦(Laban)元素-空間與身體組合 3.拉邦(Laban)元素-空間、力量、時間與身體組合 4.土風舞動作編排與展演(1) 5.土風舞動作編排與展演(2) 6.舞蹈展演(1) 7.舞蹈展演(2)
撰寫	陳菽慈(臺北市松山高中) 詹恩華(高雄市海青工商)

一、單元設計理念說明：

本階段之學習規劃，以「自由創作與社交舞蹈動作編排與展演」的學習內容，結合EX2CPA模式，動作的探索（Exploration）、體驗（experience）、組合創作（creation）、表演與欣賞（performance and appreciation）之策略，結合前四階段所學習的舞蹈基礎運用轉化，透過拉邦（Laban）舞蹈教材動作基本元素，引導學生了解人的身體極限，並如何經由空間（space）、力量（energy）及身體（body）間之關係，尋找出動作質地的各種可能性，以及其如何影響著人的情感表達及與外界、人與人之間的溝通（relationship）。課程中將經由對動作分析基本元素之了解，訓練學生的觀察能力，進而從編排、練習、分享到展演，結合社交互動各國特色「土風舞」之情境學習編創設計原則，最後以「創意性舞蹈」和「土風舞」的學生展演活動，並依照動員活動（教師教學舞蹈與動作元素概念）、創作活動（動作分析與組合）、表演活動（展現自己或團體創意，增加互動）、欣賞活動（欣賞同儕與自己）以及最後討論活動（評析同儕與自我、表達自己和與同儕討論以改進與延伸方向）的教學流程，培養學生探索、互動、創意、表現與欣賞的素養，期許培養學



生終身運動之生活型態與運動欣賞之能力。

二、學習目標：

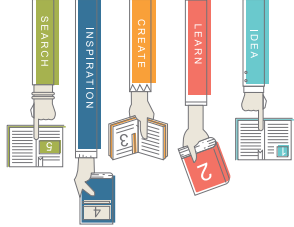
學習表現	認知/技能原理	情意/體育學習態度、運動欣賞	技能/技能表現	行為/運動計畫
學習內容	1d-V-1 分析各項運動技能原理。	2c-V-2 展現相互包容與適切的人際溝通互動之技巧。 2d-V-2 展現運動鑑賞和評析能力，體驗生活美學	3d-V-1 熟練運動技術的學習與比賽策略。	4d-V-2 主動地執行個人終身運動計畫，並做檢核與修正。
Ib-V-1 自由創作與社交舞蹈動作編排與展演。	學生能了解舞蹈元素與編排動作正確的觀念。	學生學習與人溝通互相尊重互動，培養自信，增加舞台經驗，以德智體群美，兼容並蓄。 藉由動態表演發揮合作精神，表現創造力以及欣賞他人優點的態度	學生能熟練舞蹈元素，認真參與活動，並培養設計排舞能力。	學生能培養舞蹈興趣成為動力，追求健康與幸福的人生，培養學生終身運動之生活型態與運動欣賞之能力。

三、核心素養的展現：

學生在學習自由創作與社交舞蹈動作編排與展演時，透過教師使用EX2CPA策略中學習「C2人際關係與團隊合作」，結合各國土風舞之教學內容，達到「C3多元文化與國際理解」之素養，最後安排學生舞蹈課程展演面對「B3藝術涵養與美感素養」更有深入理解與體驗。

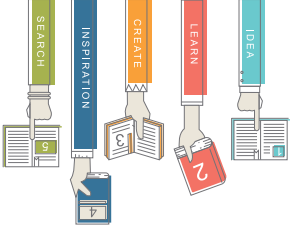
四、教學單元案例：

領域/科目	健康與體育領域		設計者	陳萩慈、詹恩華
實施年級	第五學習階段		總節數	7節
單元名稱	『樂』活『舞』自信			
學習重點	學習表現	1d-V-1分析各項運動技能原理。 2d-V-2展現運動鑑賞與評析能力，體驗生活美學。 2d-V-3體會運動與社會、歷史、文化之間的互動關係，並尊重其發展。 3c-V-1表現全身性的身體控制能力。 3c-V-2 熟練專項運動技能、創作和展演的技巧。 4c-V-3規劃與反省個人體適能與運動技能的終身運動計畫	領綱 核心 素養	B3藝術涵養與美感素養 健體-U-B3 具備運動與健康的創作與鑑賞能力，體會其與社會、歷史、文化之間的互動關係，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享。 C2人際關係與團隊合作 健體-U-C2 具備於體育活動和健康生活中，發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。 健體-U-C3 具備國際移動的能力，在堅定自我文化價值的同時，能尊重欣賞多元文化，拓展國際化視野，並主動關心全球體育與健康或國際情勢。
	學習內容	Ib-V-1自由創作與社交舞蹈動作編排與展演		
議題融入	實質內涵	性U1肯定自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同，突破個人發展的性別限制。 性U3分析家庭、學校、職場與媒體中的性別不平等現象，提出改善策略。		
課程大綱	節次	每節重點		
	1	理解拉邦(Laban)舞蹈教材結構、概念		
	2	拉邦(Laban)元素-空間與身體組合		
	3	拉邦(Laban)元素-空間、力量、時間與身體組合		
	4	土風舞動作編排與展演(1)		
	5	土風舞動作編排與展演(2)		
	6	舞蹈展演(1)		
	7	舞蹈展演(2)		



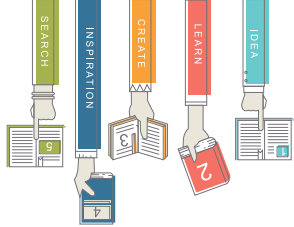
教學實施方式/教學活動內容/教材範例	核心素養呼應說明
<p>拉邦 (Laban) 舞蹈元素體驗</p> <p>【教學活動架構/內容】</p> <p>拉邦(Laban) 舞蹈教材結構、概念</p> <p>※教師教學準備</p> <p>一、拉邦(Laban)舞蹈教材分析之大海報</p> <p>二、海報紙、彩色筆</p> <p>三、各類型圖卡(部位卡、數字卡、情境卡)</p> <p>※教學活動內容</p> <p>一、動作的探索(Exploration) 10分鐘</p> <p>(一)拉邦(Laban)舞蹈教材結構說明-肢體動作要素</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.空間：方向、範圍大小、動作軌跡、水平高度、焦點 2.力量：輕、重、收、放 3.時間：拍子、速度快慢、歷時長短、重拍 4.身體：姿勢、活動部位、動作 5.關係：人(個人、雙人與群體)、環境(場合、場地、道具與音樂) <p>(二)拉邦(Laban) 舞蹈教材結構說明-知識</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.舞蹈與肢體動作術語 2.動作要素分析與組合觀念 3.美的形式：整體性、變化性、流暢性與高潮性 4.動作安全效率的原理與方法 5.體適能觀念、原則與方法 6.歷史與文化背景 7.禮儀 <p>二、體驗(experience) 15分鐘</p> <p>(一)概念構圖之說明</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.六人一組 2.教師分享自己在生活對於舞蹈之想法 3.小組討論：拉邦(Laban) 舞蹈教材之生活經驗 4.提示：最早學習舞蹈經驗、跳舞的感受、舞蹈的種類、拉邦舞蹈要素之間關係、自我與舞蹈的關係等 <p>(二)概念構圖之創作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.可以將海報紙分為四大區域，讓學生依照教師給予提示進行構圖之分類。 2.每位學生須表達自我意見並在最後填寫分工表。 <p>三、組合創作(creation) 10分鐘</p> <p>(一)模仿體驗</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.準備部位卡，內容為各身體部位，如：左右手、頭、臀部、背部、膝蓋、大腿、小腿等 2.準備數字卡，內容為1-6數字 3.準備情境卡，咖啡店、公園、操場、教室、斜坡、高山、動物園等 	<p>C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p> <p>在舞蹈的展演過程中，使學生能具備舞蹈創作與鑑賞能力，體會舞蹈本身與社會、歷史、文化之間的互動關係，以及各個組別、個體設計的脈絡，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>

	<p>(二)活動進行</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.先從個人為主體，只抽部位卡，並請學生將抽到的部位特別凸顯出來。 2.雙人為主題，抽部位卡+數字卡，數字卡為人數，請學生看到兩張卡需要找夥伴並將各部位凸顯出來。 3.加入情境卡，可以加入動態的動作表現，並由說明情境內容，最後要回到最初分的六人一組。 4.教師準備背景音樂以利結合活動進行。 <p>四、表演(performance) 10分鐘</p> <p>(一)討論情境活動內容</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.從活動中討論出情境一起練習，動物聯想議題。 2.進行活動練習 <p>(二)展演情境活動內容概念構圖之說明</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.表演出上述情境內容並說明概念構圖之分享 2.每組1分鐘發表時間 <p>五、欣賞(appreciation) 5分鐘</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析。</p> <p>(二)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程。</p> <p>(三)結合拉邦(Laban) 舞蹈教材結構說明進行課程總結。</p>	
<p>拉邦(Laban)元素-空間與身體組合</p>	<p>【教學活動架構/內容】</p> <p>拉邦(Laban) 元素-空間與身體組合</p> <p>※教師教學準備</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、每人一條鬆緊帶 二、一面小鏡子 <p>※教學活動內容</p> <p>一、動作的探索(Exploration) 5分鐘</p> <p>(一)課程內容概述：空間與身體組合</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.本堂課的重點說明 2.強調人、生活結合，並扎根於生活情境中之生活美學。 <p>(二)教師進行空間與身體活動之動作示範</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.空間：方向性及大小的展示 2.身體；收縮、位移動作等 <p>二、體驗(experience) 20分鐘</p> <p>(一)活動主題：你我形影不離</p> <p>(二)影子體驗</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.兩人一組，選擇A&B 2.由B同學站在A同學後方，並專注於A同學的頸部，A同學要由創造力 	<p>C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p> <p>在舞蹈的展演過程中，使學生能具備舞蹈創作與鑑賞能力，體會舞蹈本身與社會、歷史、文化之間的互動關係，以及各個組別、個體設計的脈絡，進而對美善的人事地物，進行賞</p>



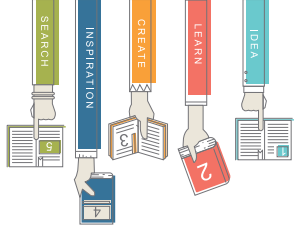
	<p>3.A同學開始動作，由B同學當作影子跟隨著A同學</p> <p>4.教師用語言提醒：專注、觀察、動作要大並且慢</p> <p>5.A與B相互交換練習</p> <p>(三)鏡子練習</p> <p>1.交換夥伴，一樣兩人一組A&B組</p> <p>2.由A&B同學面對面</p> <p>3.A同學開始動作，由B同學當作鏡面跟隨的A同學</p> <p>4.教師用提醒：眼神之對應、動作大與小之細膩程度、與跟隨的節奏</p> <p>5.A與B相互交換練習</p> <p>(四)鬆緊帶練習</p> <p>1.教師發放每人一條鬆緊帶給予不同指情境，請學生使用鬆緊帶進行活動內容</p> <p>2.情境：要2個角、3個角；呈現數字、英文符號等</p> <p>3.可以英文字組合，如CAT等之簡單英文單字</p> <p>三、組合創作(creation) 15分鐘</p> <p>(一)由六人一組進行小組討論之小組創作</p> <p>(二)教師給予提示</p> <p>1.4個8拍的動作內容，須展現空間之內容</p> <p>2.可以結合生活情境進行說明</p> <p>3.鼓勵創造性內容</p> <p>四、表演(performance) 5分鐘</p> <p>(一)各組上台表演4個8拍、發放評分表與自評表</p> <p>五、欣賞(appreciation) 5分鐘</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析。</p> <p>(二)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程</p>	<p>析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>
<p>拉邦(Laban)元素-力量、時間與身體組合</p>	<p>【教學活動架構/內容】</p> <p>拉邦(Laban)元素-力量、時間與身體組合</p> <p>※教師教學準備</p> <p>一、拉邦(Laban)舞譜的海報</p> <p>二、紙牌(黑色&紅色)</p> <p>三、音響與音源線</p> <p>四、舞蹈小品之自評語互評表</p> <p>※教學活動內容</p> <p>一、動作的探索(Exploration) 8分鐘</p> <p>(一)拉邦(Laban)對舞蹈的詮釋，最能表達創造性舞蹈的精髓。</p> <p>1.在舞蹈中，每一個人都可以獨創自己的風格。</p> <p>2.舞蹈教學不必要求學生學習或模仿固定的形式。</p> <p>3.舞蹈在本質上是一種自我探索的學習，教師只能扮演引導的角色。</p>	<p>健體-U-B3</p> <p>具備運動與健康的創作與鑑賞能力，體會其與社會、歷史、文化之間的互動關係，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享。</p>

<p>4.舞蹈學習中可以培育和感受到人我關係和與別人一起工作的能力。</p> <p>5.舞蹈可以激發個人內在隱藏的資源。</p> <p>6.從不斷的探索和學習中，可以發掘更廣的新的美感。</p> <p>(二)影片欣賞，雲門舞集的松煙，藉由影片與學生討論拉邦(Laban) 舞蹈元素中的概念。</p> <p>二、體驗(experience) 10分鐘</p> <p>(一)力量-開槍與飛鏢</p> <p>1.兩人一組，A&B，A先當開槍者，B當被開槍者。</p> <p>2.當A開槍需瞄準B身上某個部位，B需針對被開槍的部位作出力量的展現。</p> <p>3.教師提醒：需要展現出被射槍的勁力、動作需連貫且不停斷。</p> <p>4.AB相互交換練習</p> <p>(二)時間的體驗-時光隧道</p> <p>1.兩人一組，建構及創造出各種姿勢輔以移位的動作組合。</p> <p>2.教師加入如放映影片時倒轉、慢轉、停格等意象刺激，增加主題聯想的趣味性。</p> <p>3.教師提醒：動作需連貫並且具有創意性。</p> <p>三、組合創作(creation) 20分鐘</p> <p>(一)警察與犯人</p> <p>1.六人一組，AB為一大組；若人數太多還可以增加CD為一大組。</p> <p>2.A組中3人先當警察、3人當犯人，使用紙牌抽出，黑色為警察，紅色為犯人。</p> <p>3.由A組在情境中演出誰是警察、誰又是犯人，並由B組在旁觀察，然後每人寫出誰是警察或犯人。</p> <p>4.教師提醒：請由上述力量、時間元素之展現，或是加入身體、夥伴之間的關係進行活動。</p> <p>5.AB相互交換。</p> <p>(二)舞蹈小品展現</p> <p>1.六人一組進行創作舞蹈小品，由各組共同討論並選擇一首歌曲，同時依據歌曲的結構與速度，運用前幾個單元探索出來的動作組合加以空間、力量、時間的變化應用，適切地將作品主題、情境以肢體動作詮釋出來，完成一個屬於各組的舞蹈小品。</p> <p>2.表演時間約1分鐘即可。</p> <p>3.教師提醒：跟著音樂節奏，多以組內中小組、個人搭配進行展演。</p>	<p>C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p>
--	---



	<p>四、表演(performance) 8分鐘</p> <p>(一)各組相互觀摩，能觀察群體互動、與他人共舞的默契與合作態度。</p> <p>(二)觀察時，能安靜欣賞他人作品，並確實觀察是否掌握主題及發揮創意</p> <p>五、欣賞(appreciation) 4分鐘</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析。</p> <p>(二)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程</p> <p>(三)依學生表現作依客觀性、整體性描述、並以積極徵象的方式鼓勵學生踴躍觀察、思考。</p>	<p>在舞蹈的展演過程中，使學生能具備舞蹈創作與鑑賞能力，體會舞蹈本身與社會、歷史、文化之間的互動關係，以及各個組別、個體設計的脈絡，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>
<p>各國土風舞編排與展演</p> <p>(1)</p>	<p>【教學活動架構/內容】</p> <p>※教師教學準備</p> <p>一、拉邦(Laban) 舞譜的海報</p> <p>二、音響與音源線</p> <p>三、投影機或播放影片的設備</p> <p>四、舞蹈動作之自評語互評表</p> <p>※教學活動內容</p> <p>一、動作的探索(Exploration) 10分鐘</p> <p>(一)課程內容概述：動作要素分析與組合的概念</p> <p>(二)教師進行分析各國土風舞蹈元素示範與說明</p> <p>(三)教師介紹各國土風舞蹈之禮儀、歷史與文化背景</p> <p>二、體驗(experience) 10分鐘</p> <p>(一)熱身舞蹈：交響樂團</p> <p>(二)舞蹈元素：空間、肢體、關係</p> <p>(三)目的：讓學生透過肢體開發與同儕互動，進入學習的狀態。</p> <p>(四)活動方式：</p> <p>1.【影片欣賞】歌劇中交響樂團與舞者的互動片段，建立學生對於交響樂團的認知概念，以及音樂與舞蹈間的互動關係。</p> <p>2.讓學生從操縱不同隱形之樂器開始，先模擬影片中，發展到讓學生擬想自身為被敲、擊、彈、拉、吹之樂器，以肢體動作反應之。</p>	<p>師建立動作的概念使學生能具備舞蹈與身心健全的發展素養，實現探索自我觀，肯定自我價值，並鼓勵學生在肢體動作展現上，追求自我精進與超越已達核心素養A1 心素質與自我精進。</p> <p>透過分組合作學習，達到核心素養C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p>
	<p>三、組合創作(creation)20分鐘</p> <p>(一)複習土風舞：農夫之妻、拉丁美洲之夜、阿露娜、珠曼阿鐵克。</p> <p>(二)由學生自選一喜愛之土風舞蹈，練習擬想之動作。將五至八個學生分成一組，先分析該舞蹈的動作元素，接下來再依照舞蹈元素編排新舞步。</p>	

	<p>(三)每組經由討論決定組員之間肢體動作之時間、空間、力量之搭配應用，但須保留原本舞蹈的基本元素。</p> <p>四、表演與欣賞(performance) 5分鐘</p> <p>(一)各組展現初步舞蹈小品，並能相互觀摩，與觀察群體互動、與他人共舞的默契與合作態度。</p> <p>(二)觀察時，能安靜欣賞他人作品，並確實觀察是否掌握主題及發揮創意。</p> <p>(三)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程</p> <p>五、討論(Disscuion) 5分鐘</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析。</p> <p>(二)依學生表現作依客觀性、整體性描述、並以積極徵象的方式鼓勵學生分組討論所觀察到與思考內容。</p>	<p>在舞蹈的展演過程中，使學生能具備舞蹈創作與鑑賞能力，體會舞蹈本身與社會、歷史、文化之間的互動關係，以及各個組別、個體設計的脈絡，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>
<p>各國土風舞編排與展演 (2)</p>	<p>【教學活動架構/內容】</p> <p>※教師教學準備</p> <p>一、拉邦(Laban) 舞譜的海報</p> <p>二、音響與音源線</p> <p>三、投影機或播放影片的設備</p> <p>四、舞蹈動作之自評語互評表</p> <p>※教學活動內容</p> <p>一、動作的探索(Exploration) 10分鐘</p> <p>(一)課程內容概述：動作要素分析與組合的概念</p> <p>(二)教師進行分析各國土風舞蹈元素示範與說明</p> <p>(三)教師介紹各國土風舞蹈之禮儀、歷史與文化背景</p> <p>二、體驗(experience) 15分鐘</p> <p>(一)複習土風舞：農夫之妻、拉丁美洲之夜、阿露娜、珠曼阿鐵克、木鞋舞、聖誕鈴聲、快樂水手。</p> <p>(二)體驗各組所編排的舞蹈，輪流請各組學生帶領全班進行舞蹈動作。</p> <p>三、組合創作(creation)15分鐘</p> <p>(一)由學生自選一喜愛之土風舞蹈，練習擬想之動作。將五至八個學生分成一組，先分析該舞蹈的動作元素，接下來再依照舞蹈元素編排新舞步。</p> <p>(二)每組經由討論決定組員之間肢體動作之時間、空間、力量之搭配應用，但須保留原本舞蹈的基本元素。</p>	<p>教師建立動作的概念使學生能具備舞蹈與身心健全的發展素養，實現探索自我觀，肯定自我價值，並鼓勵學生在肢體動作展現上，追求自我精進與超越已達核心素養A1 心素質與自我精進。</p>



	<p>四、表演與欣賞(performance) 10分鐘</p> <p>(一)各組展現初步舞蹈小品，並能相互觀摩，與觀察群體互動、與他人共舞的默契與合作態度。</p> <p>(二)觀察時，能安靜欣賞他人作品，並確實觀察是否掌握主題及發揮創意。</p> <p>(三)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程</p> <p>五、討論(Discuion) 5分鐘</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析。</p> <p>(二)依學生表現作客觀性、整體性描述、並以積極徵象的方式鼓勵學生分組討論所觀察到與思考內容。</p>	<p>透過分組合作學習，達到核心素養C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p> <p>在舞蹈的展演過程中，使學生能具備舞蹈創作與鑑賞能力，體會舞蹈本身與社會、歷史、文化之間的互動關係，以及各個組別、個體設計的脈絡，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>
<p>自我探索與自由創作—舞蹈展演(共兩節)</p>	<p>【教學活動架構/內容】</p> <p>※教師教學準備</p> <p>一、拉邦(Laban) 舞譜的海報</p> <p>二、音響與音源線</p> <p>三、投影機或播放影片的設備</p> <p>四、舞蹈動作之自評語互評表</p> <p>一、動員活動(教師教學舞蹈與動作元素概念) 10mins</p> <p>(一)認知概念建立，動作元素複習</p> <p>(二)自由伸展與自我探索(熱身)：播放音樂讓學生伸展，專注在呼吸與自我探索，讓學生進入學習的狀態。</p> <p>二、創作活動(動作分析與組合) 20 mins</p> <p>*以各國土風舞和流行舞蹈的舞蹈元素為素材</p> <p>「帶動跳」這是一種效果最好最難帶領的活動。有由於人們學舞大部份是用模仿的方式，因此帶領者必須是一個善舞者和愛舞者，而且教學者和示範動作者最好是同一個人，這是為了便於邊說邊做，避免學習者注意力分散，並可提高教學者在學習者心目中的地位。選曲通俗而不低俗，最好是大家熟悉的曲子。</p> <p>(一)教師帶領原則說明及示範</p> <p>1.簡單、易懂、易學，毋需事先教導或排練；而且多半為流行歌曲，大家早已熟悉最為何示，動作又簡單，活動中容易製造很好的效果。</p> <p>2.分析並引導學生討論該舞步的動作元素有哪些？</p> <p>3.教師教學一部分的舞步，並給予學生分組學習，利用合作學習的方式，讓學生在組內自主學習與精熟舞步。</p>	<p>教師建立動作的概念使學生能具備舞蹈與身心健全的發展素養，實現探索自我觀，肯定自我價值，並鼓勵學生在肢體動作展現上，追求自我精進與超越已達核心素養A1 心素質與自我精進。</p>

	<p>4.給予學生一個段落的自由發揮空間。 *教師教導學生分組內的領導要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.先讓學員熟悉音樂。 2.要能忍耐，常保幽默。 3.音量大，口齒清晰。講解時，長話短說。 4.掌握全場，不要讓學員有聊天的機會。 5.先教至一個段落，再複習，直至整曲連貫。 <p>三、表演活動 (展現自己或團體創意，增加互動) 5mins</p> <p>(一)讓學生輪說明設計理念、舞蹈元素概念和舞步的編排方式。</p> <p>(二)各組學生嘗試透過動作展演表達舞蹈編排的理念。</p> <p>四、欣賞活動(欣賞同儕與自己) 10mins</p> <p>(一)展演後與學生討論各組表現的情形，並且一起制定欣賞的標準。</p> <p>(二)運用大家設計的欣賞規準，再次欣賞各組別的舞蹈。</p> <p>五、討論活動 (評析同儕與自我、表達自己和與同儕討論) 5mins</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析</p> <p>(二)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程完成學習單</p>	<p>透過分組合作學習，達到核心素養C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p> <p>透過各個組別、個體設計的脈絡，以及訂定欣賞規準，使其對對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>
<p>自我探索與自由創作—舞蹈展演(共兩節)</p>	<p>【教學活動架構/內容】 ※教師教學準備</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、事前提醒學生換上符合該組別主題的服裝 二、拉邦(Laban)舞譜的海報 三、音響與音源線 四、舞蹈動作之自評語互評表 <p>一、動員活動(教師教學舞蹈與動作元素概念) 10mins</p> <p>由各組輪流帶領熱身動作，並由教師引導結為，營造舞會的歡樂氣氛！</p> <p>二、創作活動(動作分析與組合) 5 mins</p> <p>各組進行最後舞蹈的練習與準備</p> <p>三、表演活動(展現自己或團體創意，增加互動) 20mins</p> <p>(一)讓學生輪流嘗試帶領團體舞蹈並且融入自己組別的創意動作(分組帶動)。</p> <p>(二)各組學生跟著一起帶動跳，要能從各個帶領組別的動作內容中，分析動作概念，並勇敢展現自信與肢體展演。</p>	<p>教師鼓勵學生展現自我，發展身心健全的發展素養，實現探索自我觀，肯定自我價值，並鼓勵學生在肢體動作展現上，追求自我精進與超越已達核心素養A1心素質與自我精進。</p> <p>透過分組合作學習，達到核心素養C2人際關係與團隊合作，使學生能發展適切人際互動關係的素養，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。</p>



<p>四、欣賞活動（欣賞同儕與自己）5mins</p> <p>(一)觀察時，能安靜欣賞他人作品，並確實觀察是否掌握主題及發揮創意。</p> <p>(二)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程</p> <p>(三)運用大家設計的欣賞規準，再次欣賞各組別的舞蹈。</p> <p>五、討論活動</p> <p>(評析同儕與自我、表達自己和與同儕討論) 10mins</p> <p>(一)教師引導各組別所評析出來結果，從動作概念開始到美感等層面，學生的主觀感受和客觀分析</p> <p>(二)教師引導學生自我反思在本次的舞蹈課程中的困難與內心歷程完成學習單</p>	<p>在舞蹈的展演過程中，使學生能具備舞蹈創作與鑑賞能力，體會舞蹈本身與社會、歷史、文化之間的互動關係，以及各個組別、個體設計的脈絡，進而對美善的人事地物，進行賞析、建構與分享，已達核心素養B3藝術涵養與美感素養</p>
--	--