

分期目標規劃表:表現類型運動—舞蹈(創造性舞蹈)

分期 主要教材	基礎期 Fundamental	入門期 Introduction	發展期 Development	轉換期 Intermediate	精熟期 Advanced
拉邦動作元素 (BSER) 的知識	能在音樂律動遊戲中使用一種拉邦動作元素 (BSER) 來描述所創作的舞蹈。	能在音樂律動遊戲中能在音樂律動遊戲中使用至少兩到三種拉邦動作元素(BSER)來描述所創作的舞蹈。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，正確地至少使用四種動作元素類別中的其中一種，並且能清楚的描述所創作的舞蹈。	能在創造性舞蹈中，正確的描述所創作的舞蹈，並使用至少兩個或以上的動作元素類別。	能評析並描述所創作的舞蹈，並能依照情境運用四種動作元素類別。
移動性技能的展現與運用 (包含：步行、跑步、跨跳、騎馬步、攀爬、滑步、跑跳步、單足跳、雙足跳等)	在音樂律動遊戲中，能使用一種或兩種移動性技能與非移動性技能進行動作的編排。	在音樂律動遊戲中，能使用至少兩種以上的移動性技能和非移動性技能來豐富動作的編排，並嘗試融入情感的展現。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，使用多種移動性技能並融合非移動性技能，以展現舞蹈的多元性、流暢性與美感。	能在創造性舞蹈中，能更豐富地使用多種移動性技能，以及靜態與動態平衡的動作。例如：跳躍的舞步展現幅度與延伸，使動作不只是做完而已，更能展現舞蹈的律動。並且在動作轉換的編排上能更有獨特性，探索更多新的身體動作方式。	能在創造性舞蹈中，合適地編排富含情緒與情境的多種移動性與非移動性動作，使編排的內容更為豐富、流暢與具有獨特的美感。
動作元素：時間與節奏	能在音樂律動遊戲中，嘗試利用移動性和非移動性技能展現節奏的舞步編排。	在音樂律動遊戲中，能利用移動性和非移動性技能展現在節奏編排上的變化。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，利用移動性和非移動性技能展現在節奏編排上，豐富舞步的變化。	能在創造性舞蹈中，以移動性和非移動性技能展現重音、切分音和不同的節奏型態，增加舞蹈編排的有趣性。	能在創造性舞蹈中，依照不同情境或不同情緒，選擇與運用合適的時間與澤奏元素，使舞蹈的編排更具創意、美感與引人入勝。
動作元素：努力與力量	在音樂律動遊戲中，嘗試以力量的變化展現舞步的編排。	在音樂律動遊戲中，以力量變化，使編排更能動態的展現不同情緒與情境的創意表現。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，利用力量變化的編排，展演出富有情緒與情境的動態舞步。	能在創造性舞蹈中，能努力突破極限，利用力量變化的舞步編排引人入勝，並展演出巨大的、動態的，顯示出反差和極端的編排。	能在創造性舞蹈中，能依照不同情境或不同情緒，選擇與運用合適的力量元素，使舞蹈的編排更具創意、美感與引人入勝。
動作元素：空間 (層次、高度、路線)	在音樂律動遊戲中，能以一種路線呈現空間的元素。	在音樂律動遊戲中，能以至少兩種(含)以上路線呈現，試圖展現不同方向或層次的動作編排。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，運用不同層次與方向的動作編排使舞蹈更為生動，並使用不同的路線使舞步編排更有趣動人。	能在創造性舞蹈中，運用不同的路線和改變不同層次與方向，使舞蹈編排更為動態與富有創意。	能在創造性舞蹈中，依照不同情境或不同情緒，選擇與運用合適的空間元素，使舞蹈的編排更具創意、美感與引人入勝。
動作元素：關係—與他人的互動	在音樂律動遊戲中，能編排出個人獨自展現的舞步動作。	在音樂律動遊戲中，能編排出展現與他人互動的動作。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中展現企圖創造與其他人或道具的獨特互動關係。	能在創造性舞蹈中與他人互動的關係展演舞蹈編排的生動性。並使用空間的原則創造出具有創意和獨特的方式與他人互動。	能在創造性舞蹈中能依照不同情境或不同情緒，結合不同的動作元素展現與他人互動的獨特方式。
編舞的知識概念	在音樂律動遊戲中，能認識並嘗試運用基本編舞需要的舞蹈元素與知識。	在音樂律動遊戲中，能理解並使用單一的舞蹈元素與知識。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，展現出對編舞的知識，例如展現層次、方向、路線上的變化，展演出不同的動作型態。	能在創造性舞蹈中，編排不同的舞蹈元素，展演出較好的編舞能力，如靜止元素(並非所有舞者都同時在動作)、重複元素(重複同樣的動作但以不同方向)等。	能在創造性舞蹈中，編排的舞步時能依照不同情境與情緒，選擇不同的元素，以展演創作性舞蹈的創意與美感。
與他人合作的能力	在音樂律動遊戲中，能與認識的朋友一起創作。	在音樂律動遊戲中，能接受教師安排與班上其他人一起合作，並且願意接受與聆聽其他人的意見。	能在模仿性與主題性的舞蹈創作中，與班上同學一起合作創作舞步，並且願意融入其他的人意見。	能在創造性舞蹈中與班上每一個群體合作，主動徵求不同人的意見，以整合大家創作編舞的能量。	能在創造性舞蹈中與他人合作，並富有自信、創意和獨特的風格展演創造性舞步，並有韻律與美感的呈現團隊的創作。

參考資料：Lund & Kirk (2020). Performance-based assessment for middle and high school physical education (3rd ed.)

備註：BSER：拉邦動作分析的四個動作元素：body(身體)、shape(形狀)、effort (動力)、relationship(關係)