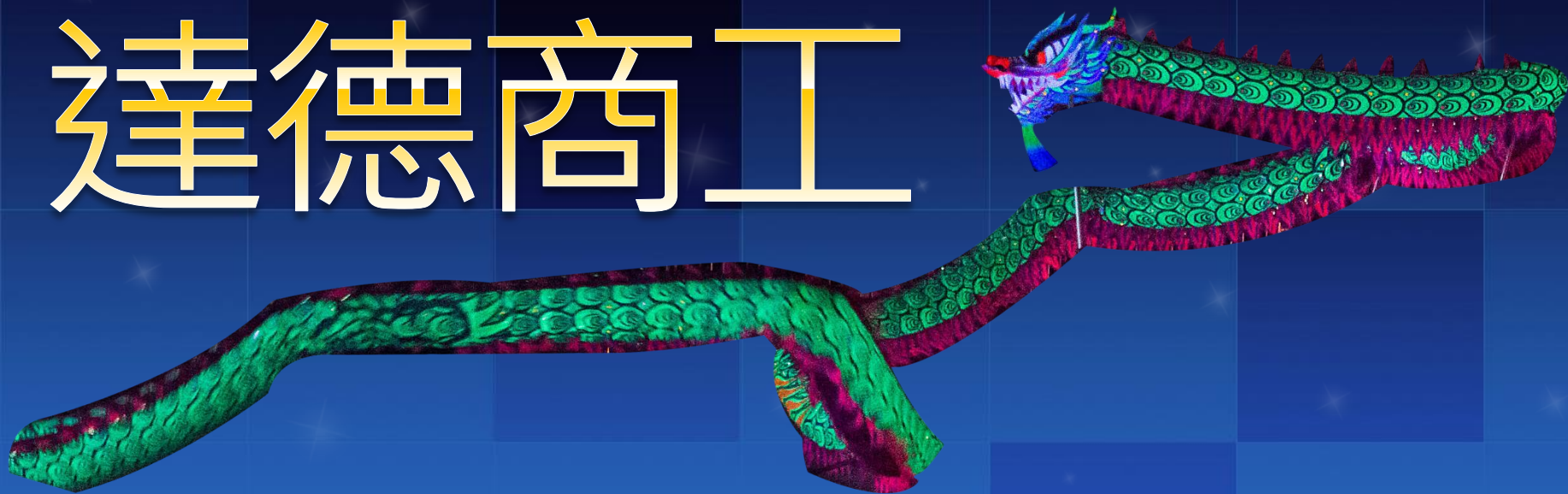


達德商工



教育部體育署106-107年
學校本位體育課程介紹



山中傳奇

舞動奇跡

團隊成員介紹

陳逸帆

教具研發設計



李致成

課程規劃、
資訊跨領域



吳綾雅

舞龍技術DIY



黃子瑜

課程規劃、
活動設計



張廣順

影音編制、
活動設計...



劉信岐

多媒體、
網路教學



組長

王巧玲

團隊運作與聯繫



壹. 學校基本資料

1

學校簡介與特色

1. 培育活力青少年
2. 發展志工達德
3. 照顧弱勢學生
4. 校園人文化、藝術化
5. 跨文化的國際學習

達德商工，位於彰化縣田中鎮，
緊鄰參山國家風景區，
學校培育許多舞龍高超的孩子，
也展現出達德「龍」的傳人精神持續至今。



2

學校資料

學校名稱	彰化縣私立達德高級商工職業學校	電話	04-8753929
網址	www.tdvs.chc.edu.tw	傳真	04-8747926
校址	彰化縣田中鎮中南路二段277號		
校長	許維純		
教職員工數	284		
班級數	121		
學生數	5366		

3

學校設科

觀光事業科

餐飲管理科

美容科

幼兒保育科

電子商務科

科系

機械科

汽車科

電機科

資訊科

資料處理科

4

學生數

年 級	班 級 數	男學生數	女學生數	學生數合計
一年級	31	818	615	1433
二年級	43	1126	783	1909
三年級	47	1176	848	2024
總 計	121	3120	2246	5366

5

教職員工數

校長	男教師	女教師	護士	職員	工友	警衛	小計
1	68	93	2	46	74	0	284

體育教師編制

職稱	男教師(正)	女教師(正)	兼課 男教師	兼課 女教師	幹事	小計
人數	4	4	3	2	1	14

6

學校體育社團介紹



7

山中傳奇、舞動奇跡

- 從民國九十二年草創舞龍隊以來，曾拿下亞洲錦標賽競技舞龍「三冠王」的殊榮，升學成績也相當亮眼；堪稱亞洲第一達德舞龍隊。八卦山脈蘊藏一段「山中傳奇」的紀錄，而這段紀錄仍持續延續中。



8

校園運動設施照片

網球場



籃球場



排球場



桌球場



羽球場



舞蹈教室

貳、本位課程設計理念與願景

因為孩子的一句話
在達德找到一個學習的舞台



1

教學理念

民俗體育舞龍
教學理念

舞

舞初榮耀

舞龍運動起源發展

動

動力十足

活化教學加廣、加深

奇

奇特之旅

跨領域交流開拓視野

跡

跡 成長與收穫

堅毅精神、典範傳承

期盼舊式新玩，潮流風



2

設計理念

學生

好想舞龍.....

教師

方案啟動.....

舞動奇跡

一路走來.....

無怨無悔.....

持續舞動.....

熱情如初.....

3

課程實施願景

啟動



心動



撼動

探索民俗體育意涵
及精神

破冰

學生屬性跨領域
融合美學

獨特性

自製教具讓舞龍
運動人人可上手

環保創意

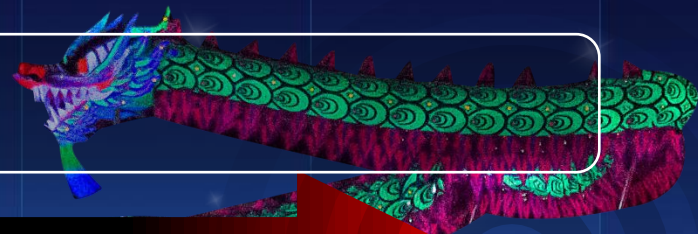
舞動奇跡舞龍
套路展現

社區服務
/ 國際交流

堅毅

4

課程實施願景

方案
名稱實施
年級教學
模組

教學大綱

教學節數

舞動
奇跡

高一

追根
傳奇

- 1.探索民俗體育意涵及精神
- 2.自我探索-心智圖
- 3.民俗體育體驗

- 1.田徑*4
- 2.體適能*4
- 3.民俗體育*4 共計12節

高二

龍的
傳人

- 1.創意體適能
- 2.結合藝術及美學
- 3.民俗體育技藝傳承

- 1.田徑*4
- 2.體適能*4
- 3.民俗體育*4 共計12節

高三

舞動
奇跡

- 1.套路結合
- 2.自創套路DIY
- 3.影片賞析及回饋

- 1.田徑*4
- 2.體適能*4
- 3.民俗體育*4 共計12節

三、方案課程模組

追根傳奇
教學模組

一上 舞龍基本動作教學
一下 舞龍套路教學模組

舞龍基本步伐
舞龍基本套路

龍的傳人
教學模組

二上 進階動作套路教學 進階舞龍基本動作
二下 創新教學設計 創新教學

舞動奇跡
教學模組

三上 推廣、創意 社區服務、校際交流
三下 欣賞、教學 動作創新、結合專業技術



肆、本位課程發展歷程

方案從103開始

民俗體育是體育課程的一環

- 民俗體育廣泛分為動靜態，而動態民俗體育分別扯鈴、踢毽子、舞龍、舞獅、跳繩



老師透過社群對話，增能研習提升舞龍知能
並在民俗體育課嘗試規劃舞龍課程。

104開始課程有了變化

轉化課程潮流風

轉化課程內容，讓孩子從認識體驗再被吸引
漸漸愛上民俗體育



加入一些創意體適能的元素，讓體育課程不在呆板，
從趣味中體驗舞龍運動的基本技巧。

105開始器材及課程有了2.0版

俗套創新既傳承

我們希望藉由創新教學，
將民俗舞龍技能套入在體育課程中



廢棄材料:PVC管、童軍繩、寶特瓶



透過教具的改變及教學方法的創新，
讓更多孩子能夠體驗舞龍的樂趣

106開始舞動奇跡有了3.0版



舞龍運動是具傳統意涵又富有創新運動技巧的民俗體育，運動技巧不斷的提升，形式及程序也更加多元及豐富，因此在學校體育推展現況，舞龍運動是兼具文化傳承及教育意義。

資訊科技媒體融入體育教學

教學策略

器材
改變

教學方法
創新

跨領域
美術+體育

民俗體育「舞龍」基本動作分為(跑、跳、跨、串、繞、穿)等動作結合起來成為一項傳統民俗技藝。

1、器材改變

器材改變，藉由生活上容易取得的材料成為教學的輔助器具，運用教學方式的創新改變，讓孩子體驗舞龍基本動作要領。

3、跨領域教學

與美術老師進行交流，讓舞龍運動增添趣味及美感；引導學生潛能發揮，讓孩子有能力將想像力藉由創造力產出。

2、教學方法創新

透過樂趣化教學設計，漸進式的讓孩子在體育課程中融入舞龍運動的基本動作，從不愛漸進式的引導，讓孩子能夠愛上體育課。



達德商工 體育科教學團隊

主題：神龍擺尾 創意體適能教學(繞)1

說明：

老師們可掃描QR code 有教學影片呈現，提供老師們在教學現場操作參考



使用教材：

1.碼表、安全錐、安全盤

活動設計：

- 1.三人一組，繞三個安全錐即可到指定地點持一個安全盤(或髮夾)
- 2.三人每人均需輪流當龍一次龍頭
- 3.將寶物放回指定位置龍頭即可換人

建議：

- 1運動規範及規則由師生共同制定
- 2可將難度適度增加或遞減
- 3可讓學生發揮無限的想像力與創造力



教案提供：子瑜老師

達德商工 體育科教學團隊

體育課教學活動卡

主題：遊龍戲水 創意舞龍教學篇

說明：

老師們可掃描QR code 有教學影片呈現，提供老師們在教學現場操作參考



- 1、使用教材：水管、童軍繩 2、活動設計：9人一組

- 3、動作技術要領
八字舞龍、跳龍身、坐地起身

建議：

- 1同學間的默契
- 2舞動速度彼此間的搭配
- 3可讓學生發揮無限的想像力與創造力



教案提供：子瑜老師

達德商工 體育科教學團隊

科技不斷進步，教學也不斷更新
結合QR-code的雲端概念
發展教學材料庫



班級 <u> </u> 姓名 <u> </u> 座號 <u> </u>	同意	無意見	不同意
1. 這次上課讓你感覺很有趣。	✓		
2. 透過這次上課對舞龍有近一步的了解。	✓		
3. 本次授課內容對我是有幫助的。	✓		

學生回饋

4. 透過這次上課讓我對學校進一步了解

5. 透過這的了解。

6. 透過這活動。

7. 本次上課的心得回饋:

上完課才知道舞龍

知道的是他們每天訓

時有足夠的力氣去扛

麼樣的動作,不只要能

不簡單,在每一次重要典禮

用汗水和心血換來的,在

堅持下去,有好多在半途受

們學習的,但是還有更大的

往何處?是否還有出路?還能

,如果換成是我,大概堅持

7. 本次上課的心得回饋:

這次的課程安排了舞龍的課程,老師讓我們

作舞龍的時候首要的基本動作,一開始老師示範

再換我們實際的操作,老師利用三角錐和水

玩遊戲,很開心可以學習到如何操作

透過這次的課程後讓我了解了原來舞龍是

而且操作起來並沒有很簡單,我體會到了要玩

是需要默契及合作的,如果少了這些操作起來是會很

不協調的,希望下次有機會可以再操作

也可以對於舞龍有更加深入的了解和

團隊合作是非常重要的關鍵,

透過齊心合力才能發揮出龍的

美感。

真的很認真,加油!!。

克



7. 本次上課的心得回饋:

我覺得舞龍舞獅的人真的很厲害,因為今天我拿著跑,真的很累,還有在跑跟跳跟換動作,還要團隊合作,這一點是最重要

雖然龍獅隊的人每一天都練習還有比賽,表演還有出國比賽或在校內表演... 等等的,我滿想參加龍獅隊,可是我怕太累,上不到課,怕要留校... 等等的困難點,今天每一個都很努力完成課程,然後上次老師說明講龍獅的傳說,讓我大吃一驚,龍獅隊

在台灣非常有名,大大小小的表演,都請龍獅隊去,龍獅隊很努力跟辛苦,基本技巧也很厲害,我每一次上體育課,都會看著龍獅隊的練習,希望下次可以跟龍獅隊一起互動,可以教導我們

透過實際體驗,更加深對民俗舞龍的認識,並傳承那文化精神。

閱

7. 本次上課的心得回饋:

經由這次的上課讓我們更了解龍的文化,不但覺得有趣又學到了許多知識,平常看到他們的練習就覺得真的十分努力了,難怪有努力才有收穫,出去比賽更是校有得獎回校,而這更是許軍靠著眾人的合作才有現在的團隊精神與努力,這文化同時也是中國有名的文化傳承,希望可以永久留傳下去。

舞

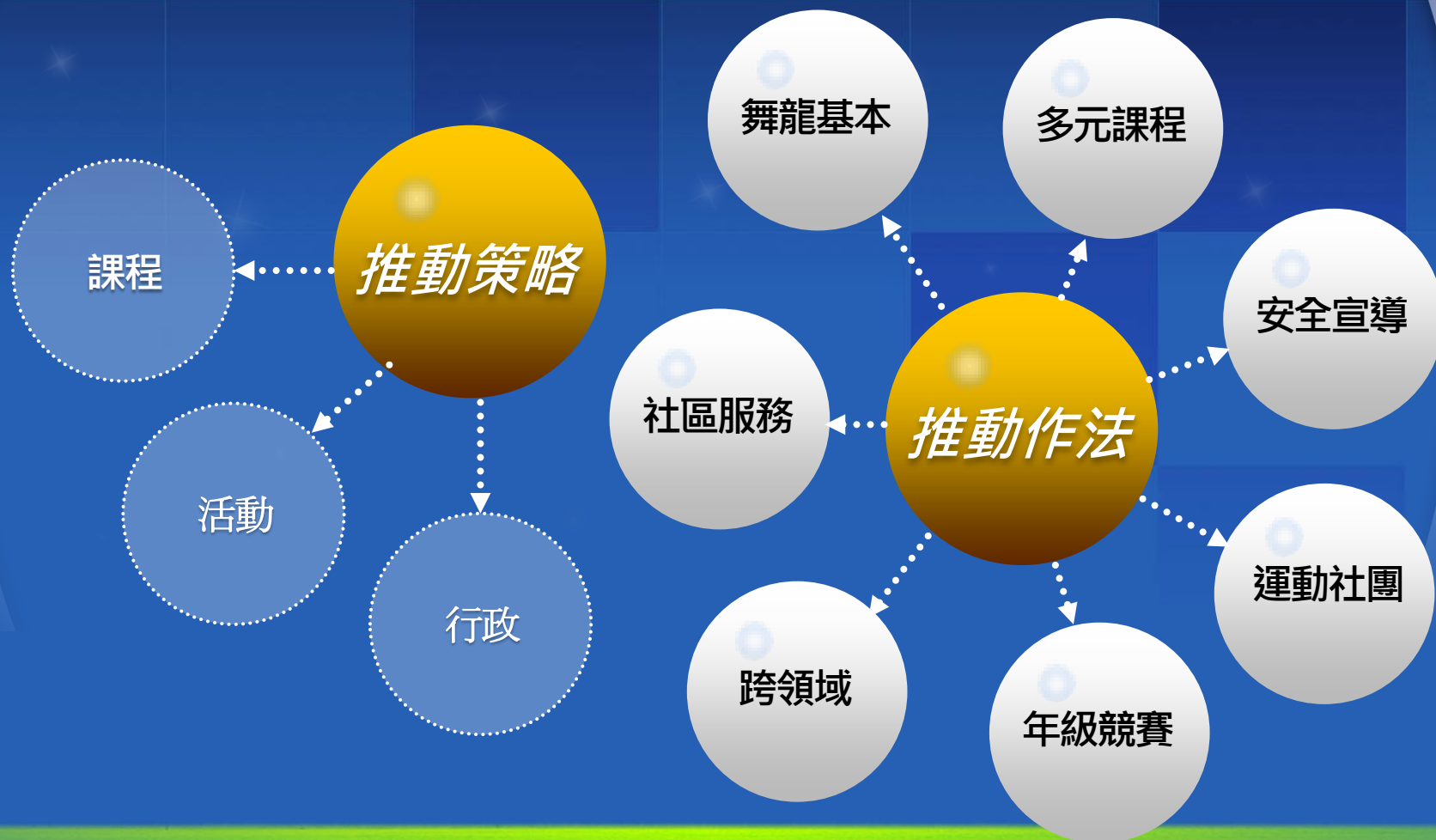
克

克

克

克

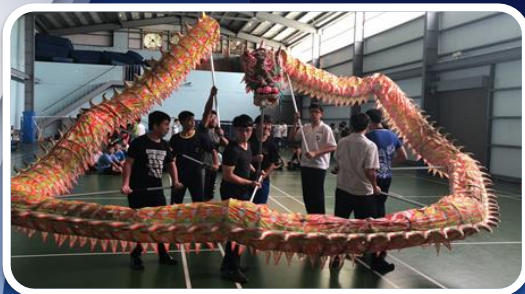
肆. 推動策略及作法



參據總綱核心素養研訂校本課程「目標」

校本課程目標	對應總綱之核心素養
(一)以探索民俗舞龍文化為出發，舞龍運動的知識傳遞，啟發學生命潛能，建構健康快樂的學習環境。	身心素質與自我精進，道德實踐與公民意識。
(二)以操作體驗舞龍技術並結合藝術與美學，展開生活的對話，陶養學生生活知能，培育積極勤奮，尊重關懷的學習態度。	系統思考與解決問題、符號運用與溝通表達人際關係與團隊合作藝術涵養與美感素養。
(三)以舞龍創意套路及欣賞為目標促進生涯發展，提升團隊合作創意思考的。	規劃執行與創新應變、科技資訊與媒體素養、多元文化與國際理解

十二年國教「三面九項核心素養」能力發展



教學共備



實施現況

舞龍課程實施



舞龍起源介紹



協同教學



幼保科龍的製作



抽離式舞龍研習



水管線龍



創意教材



舞龍運動雛形



轉化課程設計

實施現況

跨領域融入體育教學課程



美術老師協同教學



學生創意巧思作品



美術結合運動技巧



學生作品LED夜光龍



教師增能課程



師生共舞

實施現況

多元社團實施



達德商工戰鼓社



舞龍社團



韓舞社團



田徑隊

辦理年度競賽



一年級跨下傳球



二年級疊杯搬運



大跳繩比賽



大隊接力

實施現況

辦理運動安全宣導



體育幹部研習



水域安全宣導

CPR實施操作



運動品德教育

實施現況

社區關懷、及國際交流



西螺文化季舞龍隊表演



社區國中生技藝傳承



受邀到日本文化交流



南投意麵節表演



田中鼓山寺浴佛節



日本東北季文化交流

實施成果

體適能成效

103至106 學年度 私立達德商工 體適能上傳數據

年度	應上傳人數	已上傳人數	上傳率	完成四項檢測人數	通過「常模百分等級25以上」人數	通過率
		(未列入統計人數)				
103	6356	6303(51)	99.17%	6220	1932	31.06%
104	6128	6128(16)	100%	5935	2034	34.27%
105	6038	6003(86)	99.42%	5799	2046	35.28%
106	5445	5283(115)	97.02%	4948	1939	39.18%

註：106年度階梯式建教班一班未施測

實施成果

相關媒體報導



為國爭光



全國冠軍



奪三冠 敲開大學之門



榮獲亞洲三冠王

實施成果

活動軌跡



榮家賀歲活動



歡迎越南朋友



慈生仁愛院活動



讓愛紮根



反思

認知不深

感受及認同度低

缺乏資源

透過教材轉化後
設計新的教學內容

課間活動受限

課程緊湊



預期成效

發展舞龍課程教案

發展美術課程教案

發展技能課程教案

發揮團隊精神

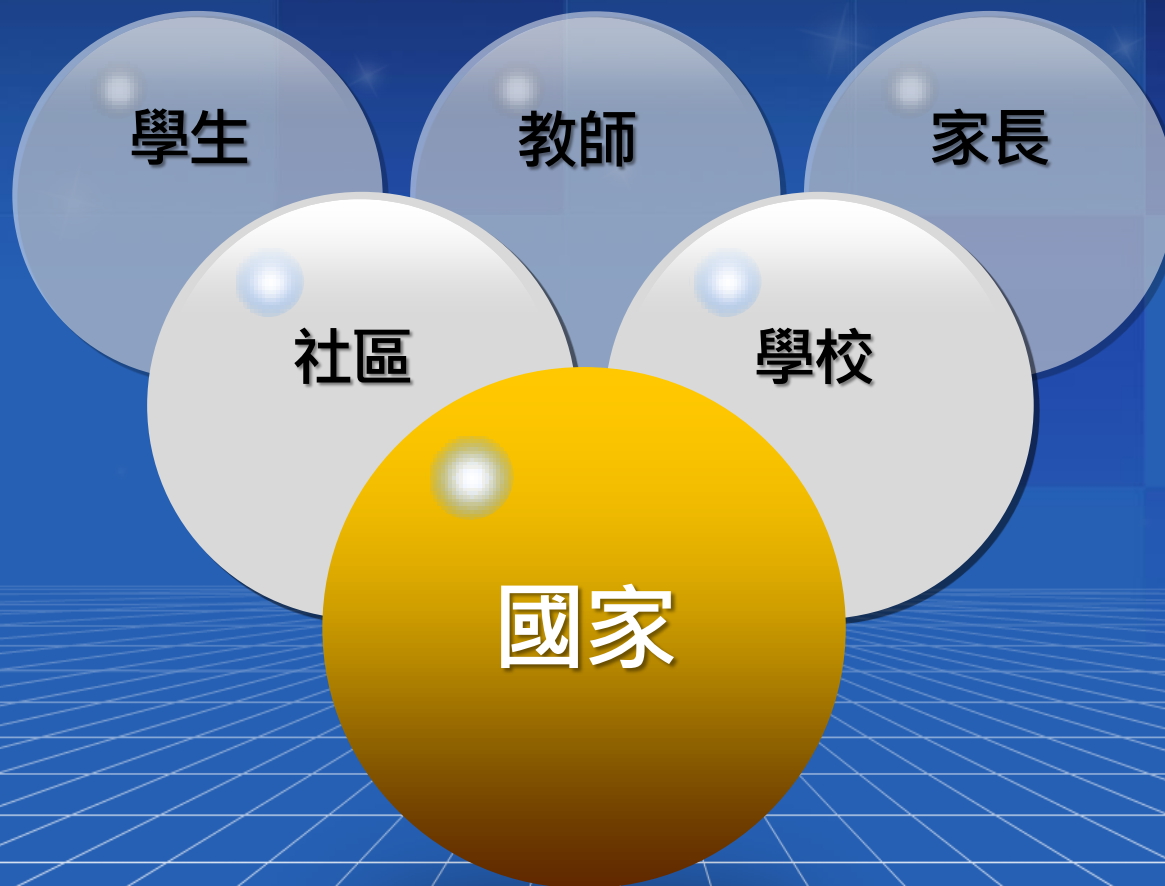
展現社團成果

建立學生自信

參與活動展演

拓展國際視野

受益對象



結語

無論科技再怎麼進步；變化再怎麼快速，總有一個立足的根基——傳統的價值，期望透過舞龍運動的推展，讓下一代能更了解傳統文化的底蘊及精神，在心靈上有一個依託，可以面對瞬息萬變的世界，也不至於迷失，使「龍的傳人」精神得以延續。