律動 教學計畫

一、課程目標	<ol style="list-style-type: none">1.誘發學生對舞蹈的興趣2.陪養學生的節奏感、基本律動3.強化學生體能體態、心肺功能、肌耐力、柔軟度4.提升學生自信心5.帶動校園舞蹈風氣
二、教學主題 或 單元名稱	<p>一、 暖身</p> <ol style="list-style-type: none">1. 地板暖身，柔軟度延展2. 流動暖身，大肌肉訓練3. 基礎動作教學，協調性訓練4. 肌耐力訓練，核心訓練 <p>二、 排舞</p> <p>ZICO-Any song</p>
三、教學目標及 要求	<p>A. 教學目標：加入流行歌曲、簡單的動作讓學生練習基礎律動，</p> <p>練習技巧動作融入舞蹈編排。</p> <p>B. 要求：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 上課要有規矩紀律，不影響老師教學或干擾同學上課。2. 把舞蹈動作確實記住並呈現。3. 準備一雙乾淨的室內運動鞋。4. 穿著可運動服裝

四、評量範圍及方式	平時表現 100%，期中期末錄影紀錄
五、親師配合事項	請家長替備妥一雙乾淨鞋底的室內專用運動鞋，以保護孩子的腳踝，沒有帶室內鞋的孩子會請他赤腳不穿襪子避免滑倒。但是強烈建議穿著室內運動鞋，避免赤腳的孩子可能會在課程的動作中被有穿鞋的孩子意外踩到受傷。若是覺得褲管過於寬鬆容易曝光，也請讓孩子攜帶一件運動褲並提醒孩子在律動課之前更換。