

中國舞校隊

第一階段

◇知識

- 舞台表演知識
- 分辨古典舞與民族民間舞，了解民族舞蹈起源、特點及常用道具
- 認識及了解中國傳統文化
- 因應該年度所選舞蹈，學習民族舞的風土人情、舞蹈動律、節奏類型、風格及動作

◇技能

- 柔韌度的訓練
- 跳、轉、翻的難度訓練
- 肌肉控制能力
- 重心移動的變化
- 基礎舞步訓練(圖形與基本動作)

◇態度

- 培養學生的合作性，建立團隊精神
- 提高同學舞台演出的自信

第二階段

◇知識

- 加強舞台表演的知識
- 了解民族舞蹈起源、特點及常用道具
- 認識及了解中國傳統文化
- 因應該年度所選舞蹈，學習民族舞的風土人情、舞蹈動律、節奏類型、風格及動作

◇技能

- 加強柔韌度的訓練
- 加強跳、轉、翻的難度訓練
- 結合多個舞蹈組合訓練
- 整體舞蹈技巧及舞蹈風格的訓練
- 因應所選舞蹈，學習圖形、步法、道具運用，配合音樂排練舞蹈，並展示豐富的表現力

◇態度

- 以尊重的態度欣賞同儕表現
- 建立學生的體育精神及對學校的歸屬感

第三階段

◇知識

- 加強舞台表演的知識
- 了解民族舞蹈起源、特點及常用道具
- 認識及了解中國傳統文化
- 因應該年度所選舞蹈，學習民族舞的風土人情、舞蹈動律、節奏類型、風格及動作

◇技能

- 加強身體技巧、步法、節拍基本舞蹈組合的訓練
- 因應所選舞蹈，學習圖形、步法、道具運用，配合音樂排練舞蹈，並展示豐富的表現力

◇態度

- 以尊重的態度欣賞同儕表現
- 以過往的經驗帶領同隊年幼的隊員進行排練及比賽
- 欣賞及尊重表演藝術