

一、課程名稱	(中文) 武術				
	(英文) Martial Art				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	田國華	專兼任別	兼任		
	E-mail: tghroger@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 以武術為輔雜技為主配合雜技演出適量增加武術元素 2. 以武術組合為輔分段為主逐漸增加武術的質與量 3. 讓學生認識武術的歷史及武術的種類兵器的分項				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	基礎體能恢復期			
	3	基礎體能恢復期			
	4	基礎體能恢復期			
	5	基礎動作能力 爆發力 柔軟度			
	6	基礎動作能力 爆發力 柔軟度			
	7	基礎動作能力 爆發力 柔軟度			
	8	武術基本功 腿法 手型 步行 樁法 身法			
	9	武術基本功 腿法 手型 步行 樁法 身法			
	10	武術基本功 腿法 手型 步行 樁法 身法			
	11	期中考			
	12	短兵基本功 乙組刀術組合刀法			
	13	短兵基本功 乙組刀術組合刀法			
	14	武術基本功 彈跳腿法			
	15	武術基本功 彈跳腿法			
	16	武術基本功 彈跳腿法			
	17	素質訓練 心肺耐力 爆發力 柔軟度 乳酸系統耐力			
	18	素質訓練 心肺耐力 爆發力 柔軟度 乳酸系統耐力			
	19	素質訓練 心肺耐力 爆發力 柔軟度 乳酸系統耐力			
	20	自編套路			
	21	自編套路驗收			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 2次），實際演練				
八、成績評量	1. 拳術套路30% 2. 兵器套路30% 3. 基本功與平時成績40%				
九、參考書目	1. 田麥久. 論運動訓練計畫. 1997. 中國文化大學出版部印行 2. 中國武術史. 國家體委武術研究院編纂. 1996. 北京; 人民體育出版社 3. 全國武術訓練教材. 武術訓練教材編寫組. 北京體育大學出版社				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 肢體與音樂				
	(英文) Movement for Music				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	吳品儀	專兼任別	兼任		
	E-mail: Pingyi0128@yahoo.com.tw				
五、教學目標	培養肢體的音樂性與表演張力				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2				
	3	音樂的認識與討論			
	4	肢體的潛能開發			
	5	肢體的潛能開發			
	6	肢體的潛能開發			
	7	身體線條的延展			
	8	身體線條的延展			
	9	身體線條的延展			
	10	肢體的協調練習			
	11	肢體的協調練習			
	12	肢體的協調練習			
	13	空間的運用與動作的關係			
	14	空間的運用與動作的關係			
	15	空間的運用與動作的關係			
	16	組合能力的反應練習			
	17	組合能力的反應練習			
	18	組合能力的反應練習			
	19	身體的整合與表現			
	20	身體的整合與表現			
	21				
七、授課方式	課堂報告，影片欣賞（每學期 1次）				
八、成績評量	平時40% 期中期末各25% 報告10%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腰功進階				
	(英文) Advanced Waist Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	李心瑜	專兼任別	專任		
	E-mail: al84993@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 奠定腰部柔軟度基礎,達到腰部進階動作的難度要求。 2. 加強胸腹腰等肌耐力素質訓練 3. 加強團體動作造型技巧的難度與美感,以及團體默契練習				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	寒假期間			
	3	寒假期間			
	4	本學期腰功進階學習重點與重要活動事項宣布。			
	5	柔軟度練習:地板耗腰五分,後兩分雙手碰觸腳跟。			
	6	柔軟度練習:耗腰五分,倒數兩分手碰腳跟;倒數一分手抓腳踝,拱腰上提。			
	7	柔軟度練習:耗腰五分,倒數兩分手抓腳踝.再往上爬至小腿肚。			
	8	柔軟度練習:耗腰五分,倒數兩分手抓到小腿肚耗住。			
	9	術科期中考週			
	10	腹腰力量訓練:仰臥兩頭起至v字型的快速拍腳動作練習。			
	11	雙人腹腰力量訓練:俯臥坐腿,胸腰上挺訓練。			
	12	腹腰力量訓練:仰臥抱頭,單腿舉腿練習。			
	13	腹腰力量訓練:仰臥至坐起劈腿動作練習。			
	14	兩側腰肌力量訓練:側臥雙腿交叉疊腿的舉腿練習。			
	15	兩側腰肌力量訓練:側臥雙腿併腿微彎的舉腿練習。			
	16	腹腰深層力量訓練:仰臥抱頭上捲腹90度練習			
	17	腹腰深層力量訓練:仰臥抱頭下捲腹抬腿90度練習			
	18	腹腰力量訓練:仰臥起坐練習			
	19	腹腰臀力量訓練:跪撐後舉腿練習			
	20	腹腰深層力量訓練:仰臥夾球舉腿練習			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述,分組討論,實際演練				
八、成績評量	期中評量佔25% 期末評量佔25% 平時表現佔25% 學習態度佔25%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功進階				
	(英文) Advanced Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	李心瑜	專兼任別	專任		
	E-mail: al84993@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 從凳上空頂, 到木磚空頂, 再到對手空頂的練習, 訓練空頂穩定性. 2. 學習雙人對手起頂動作技巧 3. 板凳倒立造型變化的技巧穩定度訓練.				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	寒假期間			
	3	寒假期間			
	4	本學期頂功進階學習重點與重要活動事項宣布。			
	5	耗牆頂15分鐘; 板凳上端頂50個			
	6	凳上端頂耗住10秒*10次: 空頂5分鐘耗穩練習			
	7	靠牆耗壁虎頂直頂10分鐘不動練習*2			
	8	分腿頂輔助訓練: 凳上直吊併腿吸住1分鐘*5遍			
	9	凳上分腿頂慢速起頂練習10個*3遍			
	10	青蛙頂輔助訓練: 凳上蛙頂預備式耗住1分鐘*5遍			
	11	凳上青蛙頂慢速起頂練習10個*3遍			
	12	端頂輔助訓練: 凳上端頂彎腿預備式耗住1分鐘*5遍			
	13	凳上端頂慢速起頂練習10個*3遍			
	14	凳上直吊頂慢起練習10個*3遍			
	15	分腿跨頂起頂練習10個*3遍			
	16	單立杯起頂練習5個*3遍; 雙立杯起頂3個*3遍;			
	17	撼水單邊放手耗住一分鐘*3次; 左右手換邊練習共6回			
	18	撼水左右推樁子起頂練習*2次			
	19	地上單飛燕, 雙飛燕起頂練習			
	20	木磚頂空頂5分鐘訓練			
	21	基本對手頂起頂練習: 地上對手端頂耗穩/術科期末考試			
七、授課方式	講述, 分組討論, 實際演練				
八、成績評量	期中成績佔25% 期末成績佔25% 平時表現佔25% 學習態度佔25%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍進階				
	(英文) Advanced Acrobatics				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	3.0	時 數	3.0
四、授課教師	李心瑜	專兼任別	專任		
	E-mail: al84993@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 加強學生各項雜耍技巧的熟練度與穩定度 2. 提高學生在雜耍手技道具拋接之間的協調性與敏捷度 3. 培養及進階訓練學生第二項雜耍專長項目				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	寒假期間			
	3	寒假期間			
	4	本學期雜耍學習事項與重要活動宣布			
	5	球/圈/棒:過橋,傳球,背劍,轉身等基本動作穩定度加強			
	6	雙人對丟球/圈/棒動作的默契訓練			
	7	站立直手壓腕四塊盤子10分鐘			
	8	壓腕六塊盤子10分鐘			
	9	術科期中考			
	10	盤子擰腕/壓腕與姜太公釣魚練習,單手耗住3分鐘			
	11	四塊盤子三套動作練習/六塊盤子三套動作練習			
	12	運鈴/拋鈴/跳繩/基本動作穩定度加強			
	13	團體扯鈴動作穩定度加強訓練			
	14	水流星基本動作訓練;拋接動作與對拋動作加強			
	15	足技蹬桶/接桶/立桶等基本動作訓練			
	16	單車定車10分鐘練習			
	17	單車前進/後退/s型/雙人互繞移動訓練			
	18	單車跳車/跳繩基本動作練習			
	19	頂技口阡子基本動作練習			
	20	頂技口阡子拋物上接立穩練習			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述,分組討論,戶外教學,實際演練				
八、成績評量	期中成績佔25% 期末成績佔25% 平時表現佔25% 學習態度佔25%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功進階				
	(英文) Advanced Leg Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	李心瑜	專兼任別	專任		
	E-mail: a184993@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 加強腿部柔軟度與腿部肌耐力/爆發力 2. 將腿力訓練與雙人對手站肩結合, 增進雙人對手動作默契 3. 加強動作行進間的平衡感				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	寒假期間			
	3	寒假期間			
	4	本學期腿功進階學習事項與重要活動宣布			
	5	地上劈腿前趴180度;右/左腳前劈抱腿貼住			
	6	躺姿壓胯腳尖貼地180度			
	7	板凳上抱腿站穩五分/朝天凳前, 旁, 後舉腿耗住一分鐘			
	8	踢腿動作正確性, 與肌耐力加強練習			
	9	飛腿動作速度與高度的要求			
	10	正拍腿/二擊腿動作正確性的要求			
	11	後拔腿慢速預備動作練習			
	12	後拔腿舉腿基本動作練習			
	13	後拔腿甩腿抓腿耗穩基本動作練習			
	14	平衡控制練習: 旁腿朝天凳放手耗住一分鐘			
	15	馬步/弓步5分鐘蹲姿耗穩練習			
	16	雙人對換坐肩站肩練習			
	17	雙人站肩走步練習			
	18	前後左右不同方向的下肩訓練			
	19	彈跳力練習: 哈薩克跳/屈體前直腿跳躍/正旁跨跳			
	20	彈跳力練習: 原地前雙飛燕/旁飛燕/後雙飛燕			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述, 分組討論, 戶外教學, 實際演練				
八、成績評量	期中成績佔25% 期末成績佔25% 平時表現佔25% 學習態度佔25%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 班(週)會				
	(英文) Class Conference				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	1.0	時 數	1.0
四、授課教師	李心瑜	專兼任別	專任		
	E-mail: al84993@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 宣導同學應盡的義務與權利. 2. 配合學校行政措施,有效處理班級事務.				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	寒假期間			
	3	寒假期間			
	4	宣導本學期各項活動的執行			
	5	選舉班級幹部/班級掃地區域分配			
	6	如何誠實對待朋友			
	7	如何培養運動家精神			
	8	如何保護自己、避免被欺負			
	9	期中考試			
	10	如何看待作弊的行為			
	11	如何道歉與原諒他人			
	12	如何當個盡責的工作者			
	13	何謂公平與不公平			
	14	如何關心他人與在乎自己			
	15	如何分辨與處理詐騙情形			
	16	遇到挫折時該怎麼處理			
	17	何謂公德心?在班上該如何做到有公德心這件事			
	18	何謂同理心?對我的人際關係會產生怎樣的影響			
	19	怎樣的情況下算是偷竊?遇到偷竊情況該怎麼處理			
	20	何謂智慧財產權?怎樣情況下算是侵犯他人智慧財產權			
	21	期末考			
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告				
八、成績評量	期中成績佔25% 期末成績佔25% 平時表現佔25% 學習態度佔25%				
九、參考書目	1. 林進材（2005）。班級經營。台北：五南。 2. 王文科（2001）。教育概論。台北：五南。				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 體操				
	(英文) Gymnastics				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	洪佩玉	專兼任別	專任		
	E-mail:				
五、教學目標	女子體操地板動作基本 連續式 身體素質訓練				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	預備課程			
	2	預備課程			
	3	分組擬定 地板技巧統整 腰腿的基本訓練			
	4	地板技巧統整 腰腿的基本訓練			
	5	核心肌力練習			
	6	身體素質訓練 開跨			
	7	直體 轉體 分腿 動作解析			
	8	魚躍接軀體 手翻			
	9	抓握加強 彈跳加強			
	10	核心肌力練習			
	11	身體素質訓練 壓肩			
	12	魚躍接轉體 分腿 手翻			
	13	抓握加強 彈跳加強			
	14	地板技巧統整 動作1-6(旋轉 翻滾 柔軟 組合)			
	15	核心肌力練習			
	16	身體素質訓練 扳耗			
	17	魚躍接軀體 轉體 分腿 前手翻連續 後手翻			
	18	抓握加強 彈跳加強			
	19	地板技巧統整動作1-10 (旋轉 翻滾 柔軟 組合)			
	20	地板技巧統整動作一分半 (旋轉 翻滾 柔軟 組合)			
	21	地板技巧統整動作一分半 (旋轉 翻滾 柔軟 組合)			
七、授課方式					
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腰功進階				
	(英文) Advanced Waist Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	開學日[腰功柔軟度檢測分組]			
	3	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	4	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	5	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	6	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	7	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	8	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	9	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	10	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	11	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	12	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	13	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	14	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	15	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	16	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			

一、課程名稱	(中文) 腰功進階				
	(英文) Advanced Waist Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail: 17 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]				
	18	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	19	系展和班展節目排練			
	20	系展和班展節目排練			
	21	術科期末考週			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），實際演練				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功進階				
	(英文) Advanced Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	一. 延續五六年級及國一上學期倒立基本功之訓練基礎, 下學期將再導入新的技巧分科進階訓練, 將依學生前兩年半基本功訓練觀察予以分配, 分為[必修].[選修]二個項目與A、B二組人員於上課時按課表分配練習時間! A組學期目標需達到目標如下: 1. 空頂:10分 直頂:4-6分 2. 基本吊頂:倒立動作如下[青蛙頂. 分腿頂. 端頂. 跨頂. 直腿頂]需學會在板凳上個別自吊上下至少六把以上倒立上下需停住才算完成 3. 進階吊頂技巧:青蛙頂. 分腿頂. 端頂. 直腿頂. 憾水頂. 臥魚頂. 釘子頂. 木磚頂. 椅子頂造型 4. 靠牆推樁:全樁10下半樁10下 空推:5下 B組學期目標需達到目標如下: 1. 空頂:5-10分鐘, 2. 吊頂技巧:於板凳上完成上下一把倒立技巧動作[蛙頂. 分腿頂. 端頂]擇其一技巧動作 3. 靠牆推樁:全樁5下半樁5下[自推沒人對扶]				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	3	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	4	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	5	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	6	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	7	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	8	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	9	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	10	術科期中考週			
	11	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	12	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	13	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	14	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	15	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	16	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	17	術科期末考			

一、課程名稱	(中文) 頂功進階				
	(英文) Advanced Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
	18	系展.班展演出節目排練			
	19	系展.班展演出節目排練			
	20	系展.班展演出節目排練			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），實際演練				
八、成績評量	平時成績%40期中考30%期末考30%				
九、參考書目	參考書目:1.腰腿頂初階基本功教材				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍進階				
	(英文) Advanced Acrobatics				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	認知：了解雜耍類分科技項目的練習重點與概念。 情意：分析進階技巧動作要領來輔助練習。 技能：加強雜耍拋、接的穩定性。 1. 延續國中一年級上學期分科技技巧基本功之訓練基礎, 下學期將進入雜耍類分科初階技巧項目進階訓練, 將依學生上學期基本功訓練觀察依學生條件授與其他技巧, 分為[必修].[選修]二個項目於上課時按課表分配練習時間! 2. 必修項目：球. 圈. 棒. 切磚. 單車. 踢碗. 頂碗. 盤子. 扯鈴. 晃板. 足技. 轉毯. 草帽. 水流星. 呼拉圈 選修項目：球. 圈. 棒. 切磚. 單車. 踢碗. 頂碗. 盤子. 扯鈴. 晃板. 足技. 轉毯. 草帽. 水流星. 呼拉圈 必修練習時段：於二功時分配練習 選修練習時段：於課餘休息之時分配練習				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	開學週[雜耍分科技項目必修. 選修技巧分配確立]			
	2	開學週[雜耍分科技項目必修. 選修技巧分配確立]			
	3	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	4	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	5	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	6	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	7	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	8	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	9	期中考個人節目呈現排練			
	10	期中考個人節目呈現排練			
	11	期中考個人節目呈現評分考試			
	12	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	13	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	14	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	15	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	16	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	17	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	18	系展及班展節目排練			
	19	系展及班展節目排練			
	20	系展及班展節目排練			
	21	術科期末考週			

一、課程名稱	(中文) 雜耍進階				
	(英文) Advanced Acrobatics				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功進階				
	(英文) Advanced Leg Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	開學日[腿功柔軟度檢測]			
	3	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腿功柔軟度恢復期]			
	4	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腿功柔軟度恢復期]			
	5	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腿功柔軟度恢復期]			
	6	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	7	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	8	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	9	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	10	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	11	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	12	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	13	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	14	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法、步法、彈跳基本功]成為一段套路表演			

一、課程名稱	(中文) 腿功進階				
	(英文) Advanced Leg Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	張元貞	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
	15	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	16	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	17	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	18	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	19	術科期末考試技巧模擬考			
	20	術科期末考試技巧模擬考			
	21	術科期末考週			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），實際演練				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎				
	(英文) Basic Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	1、對於倒立的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到倒立學習的途徑與問題。 3、上肢形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學一。			
	3	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	上肢柔軟度訓練，包含腕、肘、肩等部份。			
	7	上肢協調度訓練，包含立圓、平圓、側圓等動作。			
	8	上肢肌耐力訓練，包含胸、腹、大小臂及腕指等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	穩定狀態下之倒立訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	11	期中考試			
	12	穩定狀態下之倒立訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	13	穩定狀態下之倒立訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學三。			
	16	頂功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	頂功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	頂功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學四。			
	21	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學五。			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎				
	(英文) Basic Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
九、參考書目	E-mail: 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎				
	(英文) Juggling Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	1、對於雜耍的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到倒立學習的途徑與問題。 3、形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學一。			
	3	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	上肢柔軟度訓練，包含腕、肘、肩等部份。			
	7	上肢協調度訓練，包含立圓、平圓、側圓等動作。			
	8	上肢肌耐力訓練，包含胸、腹、大小臂及腕指等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	穩定狀態下之雜耍訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	11	期中考試			
	12	穩定狀態下之雜耍訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	13	穩定狀態下之雜耍訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學三。			
	16	強化拋接訓練概念與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	強化拋接訓練概念與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	強化拋接訓練概念與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學四			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎				
	(英文) Juggling Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
九、參考書目	E-mail: 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎				
	(英文) Waist Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	1、對於腰部的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到學習的途徑與問題。 3、上身形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學一。			
	3	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	上身柔軟度訓練，包含胸腰、中段、擴肩等部份。			
	7	上身協調度訓練，包含立圓、平圓、側圓、涮腰等動作。			
	8	肌耐力訓練，包含胸、腹、臀及背等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	穩定狀態下之腰部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	11	期中考試			
	12	穩定狀態下之腰部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	13	穩定狀態下之腰部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學三。			
	16	腰功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	腰功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	腰功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學四。			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎				
	(英文) Waist Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
九、參考書目	E-mail: 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎				
	(英文) Leg Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	1、對於腿部的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到學習的途徑與問題。 3、下身形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	穩定狀態下之腿部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	3	穩定狀態下之腿部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	下身柔軟度訓練，包含側叉、正叉、抱踝與壓胯等部份。			
	7	下身協調度訓練，包含前、側、後等行走與跑步動作。			
	8	下身肌耐力訓練，包含大小腿外側與內側肌肉等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	期中考試			
	11	穩定狀態下之腿部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	12	腿部組合技巧訓練，包含原地靜態平衡、流動動態強度與群體造形等階段教學一。			
	13	第二次實習與觀摩演出			
	14	腿部組合技巧訓練，包含原地靜態平衡、流動動態強度與群體造形等階段教學二。			
	15	腿部組合技巧訓練，包含原地靜態平衡、流動動態強度與群體造形等階段教學三。			
	16	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學四。			
	20	第三次實習與觀摩演出			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎				
	(英文) Leg Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	趙寄華	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
九、參考書目	1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 武術				
	(英文) Martial Art				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	一、認識中國國術。 二、加強國術基本功訓練。 三、熟練國術各種招式。 四、鍛鍊學生身體之速度、靈敏、柔韌，和耐力。 五、培養勇敢，機智果斷堅韌不拔的意志。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	武術基本功			
	2	武術基本功			
	3	武術基本功			
	4	武術基本功			
	5	武術基本功			
	6	武術基本功			
	7	武術基本功			
	8	武術基本功			
	9	武術基本功			
	10	期中考			
	11	武術基本功			
	12	武術基本功			
	13	武術基本功			
	14	武術基本功			
	15	武術基本功			
	16	武術基本功			
	17	武術基本功			
	18	武術基本功			
	19	武術基本功			
	20	武術基本功			
	21	武術基本功			
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，戶外教學，實際演練				
八、成績評量	期中考 期末考				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 國術				
	(英文) Martial Arts				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	任依磊	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	一、認識中國國術。 二、加強國術基本功訓練。 三、熟練國術各種招式。 四、鍛鍊學生身體之速度、靈敏、柔韌，和耐力。 五、培養勇敢，機智果斷堅韌不拔的意志。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	棍術教學			
	2	棍術教學			
	3	棍術教學			
	4	棍術教學			
	5	棍術教學			
	6	棍術教學			
	7	棍術教學			
	8	自編套路			
	9	自編套路			
	10	期中考			
	11	棍術教學			
	12	棍術教學			
	13	棍術教學			
	14	棍術教學			
	15	棍術教學			
	16	棍術教學			
	17	棍術教學			
	18	棍術教學			
	19	棍術教學			
	20	自編套路			
	21	自編套路			
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，戶外教學，實際演練				
八、成績評量	期中考 期末考				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎				
	(英文) Basic Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1、對於倒立的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到倒立學習的途徑與問題。 3、上肢形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學一。			
	3	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	上肢柔軟度訓練，包含腕、肘、肩等部份。			
	7	上肢協調度訓練，包含立圓、平圓、側圓等動作。			
	8	上肢肌耐力訓練，包含胸、腹、大小臂及腕指等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	穩定狀態下之倒立訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	11	期中考試			
	12	穩定狀態下之倒立訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	13	穩定狀態下之倒立訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學三。			
	16	頂功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	頂功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	頂功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學四。			
	21	頂功組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學五。			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎				
	(英文) Basic Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
九、參考書目	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎				
	(英文) Juggling Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1、對於雜耍的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到倒立學習的途徑與問題。 3、形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學一。			
	3	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	上肢柔軟度訓練，包含腕、肘、肩等部份。			
	7	上肢協調度訓練，包含立圓、平圓、側圓等動作。			
	8	上肢肌耐力訓練，包含胸、腹、大小臂及腕指等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	穩定狀態下之雜耍訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	11	期中考試			
	12	穩定狀態下之雜耍訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	13	穩定狀態下之雜耍訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學三。			
	16	強化拋接訓練概念與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	強化拋接訓練概念與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	強化拋接訓練概念與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學四			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎				
	(英文) Juggling Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
九、參考書目	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎				
	(英文) Waist Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1、對於腰部的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到學習的途徑與問題。 3、上身形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學一。			
	3	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	上身柔軟度訓練，包含胸腰、中段、擴肩等部份。			
	7	上身協調度訓練，包含立圓、平圓、側圓、涮腰等動作。			
	8	肌耐力訓練，包含胸、腹、臀及背等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	穩定狀態下之腰部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	11	期中考試			
	12	穩定狀態下之腰部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	13	穩定狀態下之腰部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學三。			
	16	腰功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	腰功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	腰功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	腰部組合技巧訓練，包含雙人對手、三人技巧與群體造形等階段教學四。			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎				
	(英文) Waist Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
九、參考書目	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎				
	(英文) Leg Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1、對於腿部的基礎知識，能有一定的認知。 2、利用科學的方法，找到學習的途徑與問題。 3、下身形體的修飾與姿勢的改正。 4、利用舊有經驗，自我引導學習模式與缺點。 5、量化學習與質化學習的不同。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	穩定狀態下之腿部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學一。			
	3	穩定狀態下之腿部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學二。			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	學習課程分組測驗、體重測量與檢測個體(關節、韌帶、肌肉的柔軟度及力量；身體素質)			
	6	下身柔軟度訓練，包含側叉、正叉、抱踝與壓胯等部份。			
	7	下身協調度訓練，包含前、側、後等行走與跑步動作。			
	8	下身肌耐力訓練，包含大小腿外側與內側肌肉等部份。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	期中考試			
	11	穩定狀態下之腿部訓練，包含迅速、緩慢、強度與數量等階段教學三。			
	12	腿部組合技巧訓練，包含原地靜態平衡、流動動態強度與群體造形等階段教學一。			
	13	第二次實習與觀摩演出			
	14	腿部組合技巧訓練，包含原地靜態平衡、流動動態強度與群體造形等階段教學二。			
	15	腿部組合技巧訓練，包含原地靜態平衡、流動動態強度與群體造形等階段教學三。			
	16	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學一。			
	17	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學二。			
	18	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學三。			
	19	腿功強化細部訓練與技巧討論創作等階段教學四。			
	20	第三次實習與觀摩演出			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	出席20% 平時成績20% 期中成績30% 期末成績30%				

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎				
	(英文) Leg Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
九、參考書目	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw 1、建立雜技的訓練科學體系---何連華 2、雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 彈性課程				
	(英文)				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數	2.0
四、授課教師	陳儒文	專兼任別	專任		
	E-mail: juwen1122@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1、藉由彈性時間的調配，來加強學生的身體基本能力素質。 2、藉由彈性時間的調配，來充實學生的學科基礎知識。 3、藉由彈性時間的調配，來了解兩性之間的尊重與團隊合作的重要性。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	學理知識複習(一)			
	3	學理知識複習(二)			
	4	學習課程準備、環境打掃與教具整理。			
	5	體力回覆期，以快走為原則、慢跑為要求，為獲得心肺耐力之訓練(一)。			
	6	體力回覆期，以快走為原則、慢跑為要求，為獲得心肺耐力之訓練(二)。			
	7	體力回覆期，以快走為原則、慢跑為要求，為獲得心肺耐力之訓練(三)。			
	8	柔軟度與協調性組合(一)。			
	9	柔軟度與協調性組合(二)。			
	10	柔軟度與協調性組合(三)。			
	11	期中測驗			
	12	柔軟度與協調性組合(四)。			
	13	爆發力與彈跳性組合(一)			
	14	爆發力與彈跳性組合(二)			
	15	爆發力與彈跳性組合(三)			
	16	爆發力與彈跳性組合(四)			
	17	肌耐力與團體默契組合(一)			
	18	肌耐力與團體默契組合(二)			
	19	肌耐力與團體默契組合(三)			
	20	肌耐力與團體默契組合(四)			
	21	期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），戶外教學，實際演練				
八、成績評量	1、出席20% 2、平時20% 3、期中考試30% 4、期末考試30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)	1、每週的彈性課程，會依照當週的實際學習需求，而有部份性的調動與改變。 2、遇學生的學科考試當週，會將此彈性時間予以學生加強學理知識。				

一、課程名稱	(中文) 腰功進階				
	(英文) Advanced Waist Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	加強學生腰功柔軟度、甩腰的力度及動作的正確要求				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	2	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	3	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	4	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	5	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	6	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	7	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	8	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	9	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	10	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	11	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	12	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	13	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	14	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	15	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	16	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	17	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	18	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	19	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	20	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
	21	暖腰 下腰 甩腰 耗腰 平身子 回腰			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 體操				
	(英文) Gymnastics				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	加強學生對空翻技巧的穩定性與肢體動作的美感				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	2	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	3	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	4	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	5	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	6	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	7	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	8	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	9	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	10	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	11	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	12	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	13	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	14	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	15	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	16	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	17	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	18	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	19	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	20	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
	21	側空、小翻、雲裡前橋、後空、搗腿前橋			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功進階				
	(英文) Advanced Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	加強學生對頂功的控制能力與穩定性，並增加難度與變化性				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	2	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	3	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	4	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	5	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	6	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	7	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	8	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	9	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	10	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	11	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	12	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	13	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	14	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	15	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	16	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	17	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	18	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	19	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	20	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
	21	空頂、蛙頂、分腿、端頂、跨頂、對手、小頂、單手			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍進階				
	(英文) Advanced Acrobatics				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	3.0	時 數	3.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	加強學生對雜耍項目的控制能力與穩定性，以及對雜耍節目的編排能力				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	2	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	3	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	4	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	5	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	6	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	7	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	8	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	9	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	10	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	11	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	12	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	13	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	14	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	15	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	16	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	17	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	18	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	19	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	20	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
	21	單車、球圈棒、扯鈴、流星			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功進階				
	(英文) Advanced Leg Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	加強學生腿的柔軟度及踢腿的力度與控腿的穩定性				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	2	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	3	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	4	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	5	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	6	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	7	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	8	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	9	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	10	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	11	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	12	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	13	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	14	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	15	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	16	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	17	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	18	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	19	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	20	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
	21	壓腿、正腿、旁腿、外擺、內擺、飛腿、朝天凳			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 彈性課程				
	(英文)				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數	2.0
四、授課教師	郭孟迪	專兼任別	兼任		
	E-mail: dd69728@yahoo.com.tw				
五、教學目標	加強學生腰腿頂基本功能與身體素質能力				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	2	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	3	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	4	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	5	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	6	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	7	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	8	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	9	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	10	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	11	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	12	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	13	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	14	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	15	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	16	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	17	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	18	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	19	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	20	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
	21	空頂、下腰、踢腿、素質動作			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量					
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功基礎				
	(英文) Basic Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	林修毅	專兼任別	兼任		
	E-mail: calvin_0710@hotmail.com				
五、教學目標	1・針對倒立所需之肌耐力訓練 2・倒立基本技巧訓練 3・倒立姿勢修正 4・倒立難度技巧訓練				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	倒立所需之肌耐力訓練、空頂5分。			
	3	倒立所需之肌耐力訓練、空頂8分。			
	4	倒立所需之肌耐力訓練、空頂10分。雙人技巧訓練。			
	5	倒立所需之肌耐力訓練、空頂10分。雙人技巧訓練。			
	6	倒立所需之肌耐力訓練、三人技巧訓練。			
	7	倒立所需之肌耐力訓練、三人技巧訓練。			
	8	倒立所需之肌耐力訓練、三人技巧訓練。			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	期中分組測驗			
	11	術科期中考			
	12	倒立所需之肌耐力訓練、群體造形技巧訓練。			
	13	倒立所需之肌耐力訓練、群體造形技巧訓練。			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	倒立所需之肌耐力訓練、各式吊頂各5把。			
	16	倒立所需之肌耐力訓練、各式吊頂各5把。			
	17	倒立所需之肌耐力訓練、各式吊頂各10把。			
	18	倒立所需之肌耐力訓練、各式吊頂各10把。			
	19	倒立所需之肌耐力訓練、倒立表演節目編排。			
	20	倒立所需之肌耐力訓練、倒立表演節目編排。			
	21	倒立所需之肌耐力訓練、倒立表演節目編排。			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	平時成績30% 期中成績30% 期末成績40%				
九、參考書目	1・雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍基礎				
	(英文) Juggling Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	5.0	時 數	5.0
四、授課教師	林修毅	專兼任別	兼任		
	E-mail: calvin_0710@hotmail.com				
五、教學目標	1・雜耍基礎技巧訓練 2・用科學化式引導教學				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	雜耍分組訓練			
	3	雜耍分組訓練			
	4	雜耍分組訓練			
	5	雜耍分組訓練			
	6	分組測驗			
	7	雜耍技巧動作提昇			
	8	雜耍技巧動作提昇			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	雜耍技巧動作提昇			
	11	術科期中考			
	12	雜耍技巧動作提昇			
	13	雜耍技巧動作提昇			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	針對各組雜耍技巧動作所需之肌耐力訓練			
	16	針對各組雜耍技巧動作所需之肌耐力訓練			
	17	分組測驗			
	18	針對各組雜耍技巧動作所需之肌耐力訓練			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	針對各組雜耍技巧動作所需之肌耐力訓練			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	平時成績30% 期中成績30% 期末成績40%				
九、參考書目	1・雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腰功基礎				
	(英文) Waist Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	林修毅	專兼任別	兼任		
	E-mail: calvin_0710@hotmail.com				
五、教學目標	1・腰部柔軟度訓練 2・腰部肌耐力訓練 3・腰部技巧之運用				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	腰部柔軟度訓練			
	3	腰部柔軟度訓練			
	4	腰部柔軟度訓練			
	5	腰部柔軟度訓練			
	6	腰部所需之肌耐力訓練			
	7	腰部所需之肌耐力訓練			
	8	腰部所需之肌耐力訓練			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	腰部所需之肌耐力訓練			
	11	術科期中考			
	12	腰部所需之肌耐力訓練			
	13	腰部技巧之運用			
	14	第二次實習與觀摩演出			
	15	腰部所需之肌耐力訓練			
	16	腰部所需之肌耐力訓練			
	17	腰部所需之肌耐力訓練			
	18	腰部所需之肌耐力訓練			
	19	第三次實習與觀摩演出			
	20	腰部所需之肌耐力訓練			
	21	術科期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	平時成績30% 期中成績30% 期末成績40%				
九、參考書目	1・雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功基礎				
	(英文) Leg Movement Basics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	林修毅	專兼任別	兼任		
	E-mail: calvin_0710@hotmail.com				
五、教學目標	1・腿功柔軟度訓練 2・腿功肌耐力訓練 3・腿功技巧之運用				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	腿功柔軟度訓練(正劈、側劈、直體前彎)			
	3	腿功柔軟度訓練(正劈、側劈、直體前彎)			
	4	腿功柔軟度訓練(正劈、側劈、直體前彎)			
	5	腿功柔軟度訓練(正劈、側劈、直體前彎)			
	6	腿功柔軟度訓練(正劈、側劈、直體前彎)			
	7	腿功肌耐力訓練			
	8	腿功肌耐力訓練			
	9	第一次實習與觀摩演出			
	10	腿功肌耐力訓練			
	11	術科期中考			
	12	腿功肌耐力訓練			
	13	各式踢腿練習(正腿、旁腿、十字腿、二起腿...)			
	14	第一次實習與觀摩演出			
	15	各式踢腿練習(正腿、旁腿、十字腿、二起腿...)			
	16	各式踢腿練習(正腿、旁腿、十字腿、二起腿...)			
	17	各式踢腿練習(正腿、旁腿、十字腿、二起腿...)			
	18	各式踢腿練習(正腿、旁腿、十字腿、二起腿...)			
	19	第一次實習與觀摩演出			
	20	各式踢腿練習(正腿、旁腿、十字腿、二起腿...)			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，分組討論				
八、成績評量	平時成績30% 期中成績30% 期末成績40%				
九、參考書目	1・雜技初階教材{腰、腿、頂}---張文美、程育君				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 體操				
	(英文) Gymnastics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	林修毅	專兼任別	兼任		
	E-mail: calvin_0710@hotmail.com				
五、教學目標	1・體操術語概述 2・體操力學原理與技巧分析 3・體操技巧動作教學				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	體操術語教學			
	3	柔軟度訓練、基本翻滾技巧訓練			
	4	柔軟度訓練、基本翻滾技巧訓練			
	5	柔軟度訓練、基本翻滾技巧訓練			
	6	柔軟度訓練、基本翻滾技巧訓練			
	7	基耐力訓練、中階翻滾技巧訓練			
	8	基耐力訓練、中階翻滾技巧訓練			
	9	基耐力訓練、中階翻滾技巧訓練			
	10	基耐力訓練、中階翻滾技巧訓練			
	11	術科期中考			
	12	體操力學原理與技巧分析			
	13	體操力學原理與技巧分析			
	14	高階翻滾技巧訓練			
	15	高階翻滾技巧訓練			
	16	高階翻滾技巧訓練			
	17	高階翻滾技巧訓練			
	18	高階翻滾技巧訓練			
	19	高階翻滾技巧訓練			
	20	高階翻滾技巧訓練			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	平時成績30% 期中成績30% 期末成績40%				
九、參考書目	1體操(山東大學出版社・朱光輝)				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎				
	(英文) Basic Chinese classial dance				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任		
	E-mail: mandy_wen22@hotmail.com				
五、教學目標	1. 瞭解中國古典舞的動作典故與肢體學習。 2. 加強對中國古典舞動作術語的認識。 3. 訓練基本身段體態(腰、腿、軀幹、呼吸、肌力)與肢體之協調運用。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	古典舞蹈肢體認知			
	2	認識中國古典舞肢體姿態			
	3	中國古典舞基本動作(一)			
	4	中國古典舞基本動作(二)			
	5	中國古典舞基本動作(三)			
	6	地板基本練習(一)			
	7	地板基本練習(二)			
	8	地板基本練習(三)			
	9	踢腿練習(一)			
	10	術科期中考			
	11	學科期中考. 踢腿練習(二)			
	12	站姿-控制基本練習(一)			
	13	站姿-控制基本練習(二)			
	14	站姿-控制基本練習(三)			
	15	跳躍 . 控制綜合練習(一)			
	16	跳躍 . 控制綜合練習(二)			
	17	跳躍 . 控制綜合練習(三)			
	18	綜合練習(一) . 小品			
	19	綜合練習(二) . 小品			
	20	綜合練習(三) . 小品			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述, 實際演練				
八、成績評量	1. 期中. 期末測驗60% 2. 平時成績(含報告. 隨堂測驗)20% 3. 學習態度20%				
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎				
	(英文) Basic Chinese classial dance				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任		
	E-mail: mandy_wen22@hotmail.com				
五、教學目標	1. 瞭解中國古典舞的動作典故與肢體學習。 2. 加強對中國古典舞動作術語的認識。 3. 訓練基本身段體態(腰、腿、軀幹、呼吸、肌力)與肢體之協調運用。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	瞭解中國古典舞蹈肢體與動作原則			
	2	手姿練習(一)			
	3	手姿練習(二)			
	4	腰 . 背 . 腿部肌力訓練(一)			
	5	腰 . 背 . 腿部肌力訓練(二)			
	6	腰 . 背 . 腿部肌力訓練(三)			
	7	跳躍進階練習(一)			
	8	跳躍進階練習(二)			
	9	跳躍進階練習(三)			
	10	術科期中考			
	11	學科期中考			
	12	搬腿練習(一)			
	13	搬腿練習(二)			
	14	搬腿練習(三). 旋轉基本練習(一)			
	15	旋轉基本練習(二)			
	16	旋轉基本練習(三)			
	17	綜合練習(一) . 小品組合			
	18	綜合練習(二) . 小品組合			
	19	綜合練習(三) . 小品組合			
	20	綜合練習(四) . 小品組合			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，實際演練				
八、成績評量	1. 期中. 期末測驗60% 2. 平時成績(含報告. 隨堂測驗)20% 3. 學習態度20%				
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著 4. <中國舞蹈武功教材> 鄭維忠 著				

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎				
	(英文) Basic Chinese classial dance				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任		
	E-mail: mandy_wen22@hotmail.com				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 舞蹈				
	(英文) Dance				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	1.0	時 數	1.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任		
	E-mail: mandy_wen22@hotmail.com				
五、教學目標	1. 現代舞專業術語認知。 2. 增加舞蹈肢體的多元性與開發性。 3. 提昇舞蹈藝術專業素養，並培養學生對相關表演藝術學習之興趣。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	身體Alignment認知，現代舞術語認知			
	2	身體Alignment修正			
	3	地板練習(一)			
	4	地板練習(二)			
	5	地板練習(三)			
	6	站姿(一)，平衡基本練習(一)			
	7	站姿(二)，平衡基本練習(二)			
	8	控制基本練習(一)			
	9	控制基本練習(二)			
	10	術科期中考			
	11	學科期中考			
	12	控制基本練習(三)			
	13	跳躍練習(一)			
	14	跳躍練習(二)			
	15	跳躍練習(三), 空間流動練習(一)			
	16	空間流動練習(二)			
	17	空間流動練習(三)，小品			
	18	綜合練習(一)，小品			
	19	綜合練習(二)，小品			
	20	綜合練習(三)，小品			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	1. 期中、期末測驗60% 2. 平時成績(含報告、隨堂測驗)20% 3. 學習態度20%				
九、參考書目	Jose Limon、Martha Graham、Mat science動作技巧、教師自編教材				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎				
	(英文) Basic Chinese classial dance				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任		
	E-mail: mandy_wen22@hotmail.com				
五、教學目標	1. 了解中國古典舞動作術語。 2. 藉由基本身段體態訓練，以修正肢體線條。 3. 透過學習達到古典舞肢體美感與自信展現。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	認知中國古典舞技法			
	2	地板練習(一)			
	3	地板練習(二)			
	4	把杆練習(一)			
	5	把杆練習(二)			
	6	把杆練習(三)			
	7	把杆練習(四)			
	8	古典舞基本步伐(一)			
	9	術科期中考			
	10	學科期中考 . 古典舞基本步伐(二)			
	11	身段綜合練習(一)			
	12	身段綜合練習(二)			
	13	身段綜合練習(三)			
	14	空間流動練習(一)			
	15	空間流動練習(二)			
	16	空間流動練習(三)			
	17	綜合練習 . 小品			
	18	綜合練習 . 小品			
	19	小品			
	20	小品			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	1. 期中、期末測驗60% 2. 平時成績(含報告、隨堂測驗)20% 3. 學習態度20%				
九、參考書目	1. 教師自編教材 2. <中國舞蹈史> 李天民 著 3. <舞蹈> 呂藝生 朱清淵 著 4. <中國舞蹈武功教材> 鄭維忠 著				

一、課程名稱	(中文) 中國古典舞基礎				
	(英文) Basic Chinese classial dance				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	2.0	時 數	2.0
四、授課教師	黃香梅	專兼任別	兼任		
	E-mail: mandy_wen22@hotmail.com				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 彈性課程				
	(英文)				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	0.0	時 數	2.0
四、授課教師	蔡之穎	專兼任別	兼任		
	E-mail: tcy98@tcpa.edu.tw				
五、教學目標	一、配合班導師術科練習進度，以加強學生競技體適能能力 二、藉由舞蹈與戲劇等內容設計單元，豐富學生表演能力				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	體能恢復期			
	3	體能休息期			
	4	體能回復期，低強度心肺耐力、大肌群肌力訓練			
	5	體能回復期，低強度心肺耐力、大肌群肌力訓練			
	6	中強度心肺耐力、指定肌群肌力訓練			
	7	中強度心肺耐力、指定肌群肌力訓練			
	8	舞蹈律動與協調性練習(一)			
	9	舞蹈律動與協調性練習(二)			
	10	舞蹈律動與協調性練習(三)			
	11	期中測驗			
	12	中高強度心肺耐力、指定肌群肌力訓練			
	13	中高強度心肺耐力、指定肌群肌力訓練			
	14	中高強度心肺耐力、指定肌群肌力訓練			
	15	生活戲劇與遊戲組合(一)			
	16	生活戲劇與遊戲組合(二)			
	17	生活戲劇與遊戲組合(三)			
	18	創意小品排練(一)			
	19	創意小品排練(二)			
	20	創意小品排練(三)			
	21	期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論				
八、成績評量	1、期中考試30% 2、期末考試30% 3、平時20% 4、出席20%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 名作賞析				
	(英文) Reading Well-Known plays				
二、開課別	學年課程		年 級	二年級	
三、修課別	必修	學 分	1.0	時 數	1.0
四、授課教師	蔡之穎	專兼任別	兼任		
	E-mail: tcy98@tcpa.edu.tw				
五、教學目標	介紹藝術賞析基本概念，並透過國內外各類藝術名作，引導學生發展鑑賞能力，增加藝術內涵與美感以活用融合於基本動作中。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	學習能力加強期			
	3	知識補充期			
	4	藝術欣賞基本概念			
	5	美術鑑賞概說			
	6	美術作品賞析(一)			
	7	美術作品賞析(二)			
	8	舞蹈欣賞概說			
	9	清明節放假			
	10	期中考試			
	11	舞蹈作品賞析(一)			
	12	舞蹈作品賞析(二)			
	13	音樂欣賞概說			
	14	中國音樂作品賞析(一)			
	15	西洋音樂作品賞析(二)			
	16	戲劇欣賞概說			
	17	戲曲作品賞析(一)			
	18	戲劇作品賞析(一)			
	19	影片欣賞			
	20	總複習與討論			
	21	期末考試			
七、授課方式	講述，分組討論				
八、成績評量	期中考30%、期末考30%、平時成績40%（學習態度、出席狀況、作業）。				
九、參考書目	1. 《美術鑑賞》，趙惠玲著，三民書局，1995。 2. 《豐子愷美術講堂》，豐子愷著，三言社，2005。 3. 《舞蹈欣賞》，平衍主編、張中 等合著，三民書局，1995。				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腰功進階				
	(英文) Advanced Waist Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	開學日[腰功柔軟度檢測分組]			
	3	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	4	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	5	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	6	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	7	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	8	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	9	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腰功柔軟度恢復期]			
	10	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	11	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	12	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	13	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	14	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	15	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	16	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝,女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練,肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			

一、課程名稱	(中文) 腰功進階				
	(英文) Advanced Waist Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
	17	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝.女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練.肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	18	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[男生抓腳踝.女生抓膝蓋] 加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度和肌力[負重訓練.肌耐力訓練] 專長分組人員技巧進階訓練 [軟功與韻律體操之人員]			
	19	系展和班展節目排練			
	20	系展和班展節目排練			
	21	術科期末考週			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），實際演練				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 頂功進階				
	(英文) Advanced Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
五、教學目標	一. 延續五六年級及國一上學期倒立基本功之訓練基礎, 下學期將再導入新的技巧分科進階訓練, 將依學生前兩年半基本功訓練觀察予以分配, 分為[必修].[選修]二個項目與A、B二組人員於上課時按課表分配練習時間! A組學期目標需達到目標如下: 1. 空頂:10分 直頂:4-6分 2. 基本吊頂:倒立動作如下[青蛙頂. 分腿頂. 端頂. 跨頂. 直腿頂]需學會在板凳上個別自吊上下至少六把以上倒立上下需停住才算完成 3. 進階吊頂技巧:青蛙頂. 分腿頂. 端頂. 直腿頂. 憾水頂. 臥魚頂. 釘子頂. 木磚頂. 椅子頂造型 4. 靠牆推樁:全樁10下半樁10下 空推:5下 B組學期目標需達到目標如下: 1. 空頂:5-10分鐘, 2. 吊頂技巧:於板凳上完成上下一把倒立技巧動作[蛙頂. 分腿頂. 端頂]擇其一技巧動作 3. 靠牆推樁:全樁5下半樁5下[自推沒人對扶]				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	3	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	4	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	5	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	6	空頂. 推樁. 耗憾水頂. 吊頂技巧. 肌力訓練回功期			
	7	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	8	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	9	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	10	術科期中考週			
	11	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	12	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	13	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	14	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	15	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			
	16	加強空頂. 推樁. 推人. 耗憾水頂. 單手頂. 木磚頂. 板凳面造型. 椅子造型吊頂技巧進階訓練			

一、課程名稱	(中文) 頂功進階				
	(英文) Advanced Headstand Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
	17	術科期末考			
	18	系展.班展演出節目排練			
	19	系展.班展演出節目排練			
	20	系展.班展演出節目排練			
	21	術科期末考			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），實際演練				
八、成績評量	平時成績40期中考30%期末考30%				
九、參考書目	參考書目:1.腰腿頂初階基本功教材				
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 雜耍進階				
	(英文) Advanced Acrobatics				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
五、教學目標	認知：了解雜耍類分科技項目的練習重點與概念。 情意：分析進階技巧動作要領來輔助練習。 技能：加強雜耍拋、接的穩定性。 1. 延續國中一年級上學期分科技技巧基本功之訓練基礎, 下學期將進入雜耍類分科初階技巧項目進階訓練, 將依學生上學期基本功訓練觀察依學生條件授與其他技巧, 分為[必修].[選修]二個項目於上課時按課表分配練習時間! 2. 必修項目：球. 圈. 棒. 切磚. 單車. 踢碗. 頂碗. 盤子. 扯鈴. 晃板. 足技. 轉毯. 草帽. 水流星. 呼拉圈 選修項目：球. 圈. 棒. 切磚. 單車. 踢碗. 頂碗. 盤子. 扯鈴. 晃板. 足技. 轉毯. 草帽. 水流星. 呼拉圈 必修練習時段：於二功時分配練習 選修練習時段：於課餘休息之時分配練習				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1	開學週[雜耍分科技項目必修. 選修技巧分配確立]			
	2	開學週[雜耍分科技項目必修. 選修技巧分配確立]			
	3	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	4	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	5	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	6	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	7	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	8	雜耍分科技項目必修技巧複習訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	9	期中考個人節目呈現排練			
	10	期中考個人節目呈現排練			
	11	期中考個人節目呈現評分考試			
	12	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	13	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	14	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	15	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	16	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	17	雜耍分科技項目必修進階技巧導入訓練. 選修技巧初階技巧導入訓練			
	18	系展及班展節目排練			
	19	系展及班展節目排練			
	20	系展及班展節目排練			
	21	術科期末考週			

一、課程名稱	(中文) 雜耍進階				
	(英文) Advanced Acrobatics				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com. tw				
七、授課方式	講述，分組討論，實際演練				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 腿功進階				
	(英文) Advanced Leg Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
五、教學目標	1. 以穩固的基本功，創造高難度之技藝術表現。 2. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的地位及重要性。 3. 能在舞台上使身穩步健，增加動作靈活與優美性。 4. 能瞭解腰腿在民俗技藝表演中的重要性及如何變化運用。 5. 能經由練習過程，培養出堅忍的習性並從其中獲得成就感。 6. 以紮實的腰腿技巧與舞蹈結合，達到剛柔並濟的舞台呈現。 7. 經由練習過程了解腰腿技巧為雜技藝術中不可分割之整體。 8. 充分利用所學腰腿技巧、在舞台上的動作表現，達到力與美的結合。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	開學日[腿功柔軟度檢測]			
	3	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腿功柔軟度恢復期]			
	4	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腿功柔軟度恢復期]			
	5	加強肢體關節-韌帶及肌肉的柔軟度[腿功柔軟度恢復期]			
	6	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	7	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	8	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	9	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	10	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	11	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	12	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	13	腿功基本功訓練（腿法）正踢、側踢、內外鰻腿、十字腿、蹦子、掃堂腿、旋風腿、二擊腿、騰空二擊腿 腿功基本功訓練（步法）弓步、馬步、四六步、虛步、仆步 腿功基本功訓練（跳躍）下肢肌力、肌耐力、爆發力素質訓練			
	14	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法、步法、彈跳基本功]成為一段套路表演]			

一、課程名稱	(中文) 腿功進階				
	(英文) Advanced Leg Movement				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
	15	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	16	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	17	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	18	腿功基本功技巧整合演練[結合武術課程套路融入[腿法.步法.彈跳基本功]成為一段套路表演			
	19	術科期末考試技巧模擬考			
	20	術科期末考試技巧模擬考			
	21	術科期末考週			
七、授課方式	講述，分組討論，影片欣賞（每學期 1次），實際演練				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 班(週)會				
	(英文) Class Conference				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	1.0	時 數	1.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
五、教學目標	一、主旨：為加強親師溝通，營造班級氣氛，養成學生健全人格，以利教學活動之進行。 二、說明： (一) 以鼓勵代替處罰：運用表揚、讚美、獎勵等實際行動，激發學童積極熱誠的學習態習態度。 (二) 以合作代替自我：利用分組的方式，增加親師以及學童間的互動，提升學童合群與互助的情操。 (三) 以主動代替被動：學童為學習活動中的主角，讓學生有學的權利，更有求知的慾念。 (四) 以開放民主代替傳統權威：和學童共同擬定班級契約，確實遵守，以培養學生守法守紀的概念。 三、實施要項： (一) 表現良好學童給予獎卡及獎勵品以資鼓勵。 (二) 全班票選優良學生擔任班級幹部。 (三) 表現足為學童楷模者提報為校模範代表。 (四) 常與家長做雙向溝通，以瞭解學童在家在校之學習態度及表現情形。 四、自我評量：每學期統計學童所獲獎卡數，並作追蹤分析，評量上下兩學期之差異。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2	放假中			
	3	放假中			
	4	開學週遴選班級幹部			
	5	個別訪談1			
	6	個別訪談2			
	7	衛生講座(內湖校區)			
	8	第1次作業抽查/第1次生活週記抽查			
	9	個別訪談3			
	10	個別訪談4			
	11	學科期中考週			
	12	輔導知能講座(內湖校區)			
	13	個別訪談5			
	14	體育講座(內湖校區)			
	15	個別訪談6			
	16	個別訪談7			
	17	個別訪談8			
	18	第2次作業抽查/第2次生活週記抽查			
	19	個別訪談9			

一、課程名稱	(中文) 班(週)會				
	(英文) Class Conference				
二、開課別	學年課程		年 級	一年級	
三、修課別	必修	學 分	1.0	時 數	1.0
四、授課教師	楊益全	專兼任別	專任		
	E-mail: sy09162001@yahoo.com.tw				
	20	個別訪談10			
	21	社團期末成果展			
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞（每學期 1次）				
八、成績評量	平時成績40% 期中考30% 期末考30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					

一、課程名稱	(中文) 體操				
	(英文) Gymnastics				
二、開課別	學年課程		年 級	三年級	
三、修課別	必修	學 分	4.0	時 數	4.0
四、授課教師	詹振福	專兼任別	兼任		
	E-mail:				
五、教學目標	教授體操翻滾結動作完成翻、騰、跳、躍等各種肢體動作，增強身體協調能力、肌耐力；爆發力訓練課程，輔助以雜技教學表演所符合技巧動作需求加以修正練習。				
六、教學大綱	週次	教學內容綱要說明			
	1				
	2				
	3	基礎訓練（1） 倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	4	基礎訓練（2） 倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	5	基礎訓練（3） 倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	6	基礎訓練（4） 倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	7	基礎訓練（5） 倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	8	倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	9	倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	10	倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	11	倒立基本功、三角倒立、胸倒立、倒立走路			
	12	期中考週			
	13	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	14	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	15	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	16	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	17	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	18	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	19	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	20	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
	21	地板手翻滾動作(四門跟斗：前手翻、後手翻、側手翻、側空翻)			
七、授課方式	講述，分組討論，課堂報告，影片欣賞（每學期 1次）				
八、成績評量	期中30% 期末40% 平時30%				
九、參考書目					
十、備註(其他課程相關之要求)					