

課程名稱 | 兒童芭蕾舞初級1

課程屬性 | 兒童

課程編號 | 109秋-2387

授課老師 | 林佳君

最高學歷/ 文化大學舞蹈系畢業、僑委會外派文化教師

相關學經歷/ 亞歷山大俱樂部舞蹈老師

桃園舞蹈團舞蹈老師

普利斯堡幼稚園專任舞蹈老師及兼任美語老師

僑委會外派文化教師

紙風車兒藝大隊藝術教師

海韻舞蹈藝術中心編舞老師

舞鈴表演藝術中心舞蹈老師

台北市救國團舞蹈老師

因長期運動傷害而與瑜珈結緣，練習瑜珈十年，目前正進一步培訓國際瑜珈師

上課時間 | 每週二下午05:00-07:00 第一次上課日期 2020年09月01日（星期二）

課程理念



關於這一門課：

1. 課程目標與理念

從模仿與舞蹈遊戲中學習正確且簡單的芭蕾舞基本動作，在芭蕾舞藝術美的氛圍中培養欣賞自己與他人優雅的姿態，讓孩子們在互相尊重有愛的學習環境中慢慢成長

使用教材 | 學員自備器材：芭蕾舞緊身衣+芭蕾舞鞋+芭蕾舞襪(可請老師代購)

招生人數 | 15 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 2 學分 2400 元（18 週課程/一次上課 2 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2020-09-01 下午05:00~07:00		認識芭蕾舞小天使們 上課的要求說明 服裝的要求與說明 簡單的暖身組合+墊上遊戲
2	2020-09-08 下午05:00~07:00		認識芭蕾舞小天使們 上課的要求說明 服裝的要求與說明 簡單的暖身組合+墊上遊戲
3	2020-09-15 下午05:00~07:00		認識芭蕾舞小天使們 上課的要求說明 服裝的要求與說明 簡單的暖身組合+墊上遊戲
4	2020-09-22 下午05:00~07:00		認識芭蕾舞小天使們 上課的要求說明 服裝的要求與說明 簡單的暖身組合+墊上遊戲
5	2020-09-29 下午05:00~07:00		地板動作(肌肉延展與肌力練習)+肢體音樂性練習+墊上遊戲

6	2020-10-06 下午05:00~07:00		地板動作+基礎站姿+肢體音樂性及流動練習+墊上遊戲
7	2020-10-13 下午05:00~07:00		地板動作+基礎站姿+肢體音樂性及流動練習+墊上遊戲
8	2020-10-20 下午05:00~07:00		地板動作(肌肉延展與肌力練習)+肢體音樂性練習+墊上遊戲
9	2020-10-27 下午05:00~07:00	公民素養周	
10	2020-11-03 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+墊上練習動作+流動遊戲
11	2020-11-10 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+墊上練習動作+流動遊戲
12	2020-11-17 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+墊上練習動作+流動遊戲
13	2020-11-24 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+墊上練習動作+流動遊戲
14	2020-12-01 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+TENDU+墊上練習動作+流動遊戲
15	2020-12-08 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+TENDU+墊上練習動作+流動遊戲
16	2020-12-15 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+TENDU+墊上練習動作+流動遊戲
17	2020-12-22 下午05:00~07:00		地板動作+雙手扶把基礎站姿Ballet站姿1.2位+Plie+TENDU+墊上練習動作+流動遊戲
18	2020-12-29 下午05:00~07:00	成果展	