課程名稱 | 曲線雕塑初階

課程屬性 健康與生活　　課程編號 113秋-3247

授課老師 江美玉

最高學歷/ 國際專業肚皮舞高階師資證

相關學經歷/ 2屆環球盃肚皮舞冠軍、第九屆鄒阿真盃全國太極拳八卦掌錦標賽社會組冠軍

現職/ 各學校舞蹈社團老師、長庚醫院體適能老師

上課時間 每週三晚上07:30-09:30 第一次上課日期 2024年08月28日（星期三）

課程理念

關於這一門課：

1. 課程目標與理念

藉由各種音樂風格.編入簡單易學的舞步.讓身體各個肌肉關節都能達到運動且身心也可以紓解放鬆.這次編入簡單的印度風格舞蹈

招生人數| 22 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	2024-08-28 晚上07:30～09:30		暖身、基本功訓練、伸展＋基礎沙中動作講解
2	2024-09-04 晚上07:30～09:30		暖身、基本功核心訓練＋複習基礎沙中
3	2024-09-11 晚上07:30～09:30		暖身、基本功腹部加強訓練＋複習基礎沙中
4	2024-09-18 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步小品練習＋複習基礎沙中
5	2024-09-25 晚上07:30～09:30		暖身、基本功腿部跟手協調訓練＋基礎沙中動作串聯
6	2024-10-02 晚上07:30～09:30		暖身、基本功腿部跟手協調訓練＋基礎沙中動作串聯
7	2024-10-09 晚上07:30～09:30		暖身、基本功腿臂訓練＋簡單沙中動作組合
8	2024-10-16 晚上07:30～09:30		暖身、基本功舞步結合＋簡單沙中動作組合

9	2024-10-23 晚上07:30～09:30		公民素養周
10	2024-10-30 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步結合、小品
11	2024-11-06 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步基本功結合、小品
12	2024-11-13 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步基本功結合
13	2024-11-20 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步基本功結合
14	2024-11-27 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步基本功結合
15	2024-12-04 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步連結
16	2024-12-11 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步連結
17	2024-12-18 晚上07:30～09:30		暖身、基本功、舞步連結
18	2024-12-25 晚上07:30～09:30		分享與呈現