

【附件二】課程計劃表

韓風勁舞 社

堂次	預計授課內容	備註
課程簡介	<p>以韓國團體 MV 中舞蹈動作為基礎教學，並視學生實際學習狀況改編調整，讓學生展現韓風舞蹈特色。</p> <p>於課程中加入各種舞蹈練習及體能. 地板. 肌力. 團體互助.. 等訓練，視狀況使用各種輔助器材道具，幫助孩子們更容易運用身體，讓孩子們提升表現力，積極安排表演機會，讓孩子們增加舞臺經驗。</p>	
1	<p>介紹自己與孩子們互相認識建立群組 設計動作及互動遊戲，藉此了解孩子們的體能狀況 與孩子們一起決定學習舞曲</p>	
2	<p>暖身與延展肌耐力訓練 即興跑跑跳跳(使用道具) 舞曲舞動教學 1-1</p>	
3	<p>暖身與延展舞蹈流動練習 二人互動式延展(站式) 舞曲舞動教學 1-2</p>	
4	<p>暖身與延展肌耐力訓練 肢體開發探索身體遊戲 舞曲舞動教學 1-3</p>	
5	<p>暖身與延展舞蹈基礎練習 即興歡樂舞動 舞曲舞動教學 1-4</p>	
6	<p>暖身與延展舞蹈流動練習 二人互動式延展(地板) 舞曲舞動教學 1-5</p>	
7	<p>暖身與延展肌耐力訓練 肢體開發探索身體遊戲 舞曲舞動教學 2-1</p>	
8	<p>暖身與延展舞蹈基礎練習 即興歡樂舞動 舞曲舞動教學 2-2</p>	

9	暖身與延展舞蹈流動練習 二人互動式延展(站式) 舞曲舞動教學 2-3	
10	暖身與延展肌耐力訓練 肢體開發探索身體(使用道具) 舞曲舞動教學 2-4	
11	暖身與延展肌耐力訓練 團體互動熱身組合遊戲 舞曲舞動教學 2-5	
12	暖身與延展肌耐力訓練 肢體開發探索身體團體遊戲 舞曲舞動教學 2-6	
13	1-2 首舞曲總複習(分組及合併表現) (二首舞曲反覆練習+錄影)	
14	成果展現全年級團體表演 錄影記錄並製作學習影片 (從旁指導學生搭配服裝與隊形編排)	
15	期末同樂會 小型才藝表演(個人或分組展現) 誰是幸運星抽抽樂(有喜有唉) 喜:小禮物/唉:考核上課教過的內容舞曲	

- ※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。
- ※ 上課若適逢放假日或彈性放假日，請自行與學員聯繫，順延補課，務必上滿 15 堂。
- ※ 課程計畫表在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

【附件三】講師簡介

姓名	張玉美(郁米)老師
社團	韓風勁舞社
相關學歷	<p>1. 國立台灣大學中文系畢業</p> <p>2. 從小喜愛舞蹈，自國小學習基礎芭蕾，參加學校民族舞蹈比賽特別訓練班。</p> <p>3. 多次參加職業肚皮舞比賽皆獲獎 2013 年台灣總統盃榮獲”職業團體組 亞軍” 2013 年北京第七屆 WATC 榮獲”職業團體組 亞軍” 2014 年台北 Nefatiti 盃榮獲”職業團體組 冠軍”</p> <p>4. 不斷自我進修獲得專業證照 先取得 MCPB 技巧證照 2013 年取得美國 Suhaila Bellydance 技巧 Level-1 證照 2014 年取得美國 Suhaila Bellydance 技巧 Level-2 證照 2015 年取得 TDSF 中華民國國際舞蹈運動總會”丙級東方舞教練證照” 2015 年取得”國標舞丙級裁判證照” 2016 年取得 TDSF 中華民國國際舞蹈運動總會”乙級東方舞教練證照”</p> <p>5. 每年固定向多位國際大師訓練營進修學習，從未間斷。</p> <p>6. 獲得 106 年桃園市社區大學成人教育師鐸獎</p> <p>7. 2020 年台北第四屆東方舞藝競技大賽榮獲”阿拉伯民俗職業團體組 冠軍”</p> <p>8. 2022 年榮獲桃園市社區大學公共性社團優等獎</p> <p>9. 2023 年相繼完成幼兒體操 C 級教練證書及幼兒體操 B 級教練證書</p> <p>10. 2023 年相繼完成樂齡輔具團體套裝研習課程毛巾. 彈力帶. 健身球. 功夫扇</p> <p>11. 2024 年相繼完成幼兒體適能 C 級教練證書及幼兒體適能 B 級教練證書</p> <p>12. 2024 年完成樂齡繩梯教練課程證書</p>
相關經歷	<p>1. 桃園”沈宜璇肚皮舞教室”表演班與技巧班結業</p> <p>2. 台北”Lucia 舞蹈學院”佛朗明哥舞蹈班結業</p> <p>3. 向多位外國國際級大師 Workshop 進修學習 Alexandria, Anna, Aids, Elana, Suhaila, Morocco, Jinhee, Nino, Sharon, Souhaiil , Sunny, Tamalyn, Data, Jazafy, Simons, Azad, Gudlen. . . 等。</p> <p>4. 中壢”崇心舞蹈藝術協會”技巧班結業</p> <p>5. 台北”邱志青短期舞蹈補習班”持續進修中</p> <p>6. 曾於中壢”衣懷安國標舞教室”學習拉丁舞</p> <p>7. 曾於台北市”舞蹈技藝推廣協會”學習拉丁舞</p> <p>8. 曾於台北”鍾意珊短期補習班教室”進修肚皮舞舞碼與技巧</p> <p>9. 曾於台北”法老與舞姬教室”進修有氧與肚皮舞舞蹈與技巧</p> <p>10. 曾於台北”侯振生舞蹈學苑”學習摩登舞</p> <p>11. 台北”王家慶老師舞蹈工作室”持續進修摩登舞</p> <p>12. 每年皆帶領學生參加各種比賽與活動</p> <p>13. 每年固定舉辦各種大型活動，如成果展，公益演出. . . 等。</p> <p>14. 大溪鎮民大學肚皮舞課程</p> <p>15. 大溪婦女發展協會有氧舞蹈</p> <p>16. 大溪社大有氧帶動老師</p> <p>17. 桃園市民大學肚皮舞課程</p> <p>18. 蘆竹市民大學肚皮舞課程</p> <p>19. 大溪區崎頂社區發展協會肚皮舞課程</p> <p>20. 龍潭區富林村學習社團肚皮舞課程，MV 有氧課程，拉丁舞課程</p> <p>21. 蘆山園社大 MV 有氧塑身律動課程. 肚皮舞課程. 中華舞韻課程</p> <p>22. 桃園區龍岡社區肚皮舞課程</p>

	<p>23. 桃園區城市大亨社區肚皮舞課程，MV 有氧課程</p> <p>24. 桃園區五中聯合活動中心肚皮舞課程</p> <p>25. 桃園社區大學魅力 MV 有氧課程</p> <p>26. 新屋國小 MV 熱舞社</p> <p>27. 中興機械股份有限公司魅力 MV 有氧課程</p> <p>28. 義興國小流行熱舞社</p> <p>29. 瑞塘國小流行熱舞社</p> <p>30. Han Na 線上有氧肚皮舞課程老師</p> <p>31. 郁米 Happy Dance 線上熱舞課程老師</p> <p>32. 中原國小韓風流行舞蹈社週二班/週三班</p>
備註	<p>韓風勁舞社 114 上龍安國小開場表演</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=9tmSWvVFwws</p> <p>每生材料費：<u>600-800 元</u> 教材費說明：<u>表演服裝訂購</u></p>

※ 社團活動之師資優先遴聘校內具有專長之教師擔任。外聘師資，具有相關專長及下列資格之一者，依序聘任。但外聘之**體育性(運動性)社團指導講師**未具合格教師資格者，應依第二項規定聘任：

- (1) 具有專長之合格講師。
- (2) 大學以上相關系、所畢業或在學學生。
- (3) 直轄市、縣(市)級以上公開鑑定或競賽前三名，或參加中央、直轄市、縣(市)政府主辦之相關才藝公開表演、展示。
- (4) 未具備前三款資格，而有特殊專長。
- (5) 持有全國性體育團體核發之有效教練證。
- (6) 具體育(運動)相關科系學經歷或相關能力檢定、競賽證明。
- (7) 其他：經校內社團審查會審查通過者。

※ 【附件三】講師簡介在報名期間會公布在學校網站，供家長參考。

桃園市龍安國小 114 學年度上學期

課後社團成果紀錄表

社團名稱	韓風勁舞社	教學者	張玉美 老師
<p>本社團成果簡介：以韓國女子團體熱門流行 MV 舞曲以韓國女團 Blackpink 的 "JUMP" 及 Babymonster 的 "HOT SAUCE" 熱門流行 MV 舞曲中舞蹈動作為基礎。根據學生們實際學習狀況改編調整，搭配各種不同隊形變化，展現韓風舞蹈特色。很榮幸獲得學校邀請於運動會上開場表演，我們在一個月的密集教學及練習下完成表演任務，雖然辛苦卻很有成就感，尤其是當中有半數的新生狀態下，不斷地磨合中總算完成亮麗的演出。期末再次於龍安之星演出。</p>			
<p>採取全員合體表演模式，並搭配各種不同隊形變化交錯運用，加上進退場與動靜交替的變化，讓孩子們展現流行熱舞飛揚魅力。由 1-6 年級共 25 位孩子們的努力學習和辛苦排練下，共同完成此次表演，讓這首韓風舞曲展現屬於孩子們魅力的全新風貌。</p>			
<p>◆鼓勵學生表現自我，積極帶領學生參與各種校外演出活動</p>			
<p>◆教學方式：以 MV 原版改編，保留大部分保留原版，小部分另編簡易版</p>			
<p>以主 C 位動作為主，有時採用群舞的動作再加以些許改編</p>			
<p>◆表演方式：編排隊形與進退場讓全年級合併團體表演，由學務處及家長錄影</p>			
<p>購買表演團服。設計頭髮款式。臉妝講究整體性</p>			
<p>(很感謝各位家長們，一早到場協助妝髮造型)</p>			
<p>上課固定錄影及拍照記錄課程進度，並分享群組讓家長觀賞教學狀況</p>			
<p>以遊戲互動或團體律動方式，訓練孩子們肌耐力，體能，默契與舞蹈基礎</p>			
<p>二、教學心得感受：</p>			

孩子們學習力極反應度佳，身體律動性、柔軟度都不錯，很適合持續上舞蹈課程。

雖然低.高年級學習狀況有些落差，我已針對孩子們實際舞動狀況作適度的調整。

孩子們對於表演很熱衷喜愛，主動爭取演出機會，都很主動報名參加表演

感謝學務處施組長細心安排並給予諸多協助。

附上照片：



各位課後社團的任課老師，辛苦了！

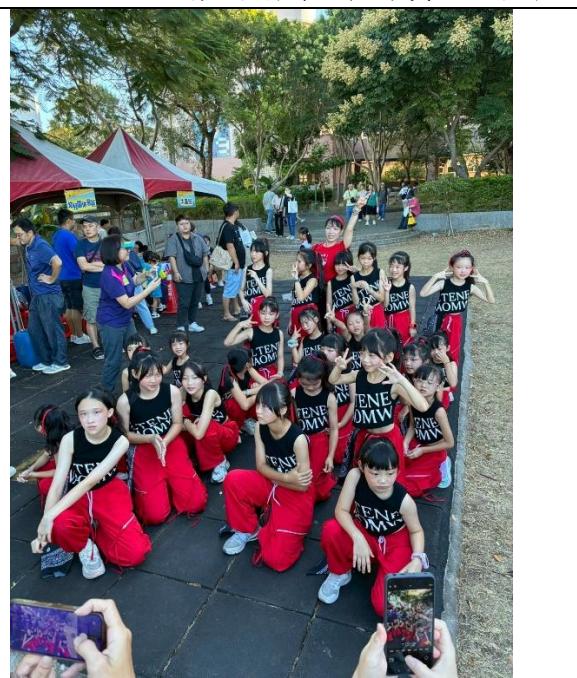
此張社團成果紀錄表，請在這學期課後社團結束前填寫，並會在社團成果展時張貼公布，您的認真教學，相信是參與課後社團每一位孩童最大的幸福，再次感謝您的付出。

桃園市龍安國小 114 學年度上學期課後社團照片

社團名稱：

指導老師：

	
說明：運動會表演試裝合影	說明：龍安之星表演試裝合影
	
說明：地板柔軟度競賽接力	說明：把桿肌力練習 1
	
說明：把桿肌力練習 2	說明：著裝練習
	
說明：球球傳遞默契練習	說明：運動會前操場實地排練

	
說明：運動會前著裝教室排練	說明：運動會表演照
	
說明：運動會表演結束後退場	說明：運動會前著裝操場實地排練
	
說明：運動會場邊準備合影 1	說明：運動會場邊準備合影 2