

【快樂學拉丁舞－恰恰】

序號：

課程編號	E1081307	課程類別	生活藝能
課程名稱	快樂學拉丁舞－恰恰	學分數	2
上課時間	每週三19:30~21:30, 共18週, 每週2小時	課程人數	25人
上課區域	千歲等四里活動中心(三民區三民街222號6樓)	親子課程	☐ 是 ☒ 否
師資介紹	翁家麟 最高學歷:正修科技大學企業管理學系 經歷:98年全民運動舞高雄市拉丁舞代表隊 拉丁舞全國錦標賽職業B組冠軍 拉丁舞全國錦標賽職業A組選手 高雄女中三民家商拉丁舞社團指導老師 現職:文化中心舞蹈社指導老師 翁家麟拉丁舞蹈社指導 網站:FB社團-高雄市第一社區大學快樂學拉丁舞班		
學分費	2000	講義費	
優惠措施	依高雄市第一社區大學學分優惠方法辦理	材料費	水電場地費分攤

課程簡介: 來跳舞吧!快樂學拉丁舞! 誰說學跳舞一定很困難 ~我們以深入淺出的教學 快樂活潑的環境 讓你跨出舞蹈的第一步 學習舞蹈 不僅是調劑身心的好運動 更是調整健康姿態 讓您看起來更年輕 更有活力 一起攜手與我們共舞! 就在高雄市第一社區大學快樂拉丁舞班!	
授課理念: 1認識國際標準舞 拉丁舞的文化 2學習正確的舞蹈動作與觀念 3學習國際禮儀 4每學期都能完成一首拉丁舞蹈的學習 5藉由拉丁舞蹈美化姿態 維持健康快樂的身心	
與社大理念、公共行動之關聯性: 藉由學習舞蹈 讓學員走進許多的社區活動表演 學習付出關懷與共好 走入社區公共參與 讓學員能在適時為社區及社會盡一分心力	
教學方式: 1充分暖身 避免運動傷害 2練習拉丁舞蹈基本動作 深入淺出 3搭配音樂練習步伐動作融入音樂性 4分組練習 交換練習 以禮會友進行	
教學預期效益: 1學習正確的拉丁舞蹈 並養成良好的運動習慣 保持健康活力 2與同學間上課的交互練習 學習互助關懷 幫助人際交流 廣交益友 3藉由舞展與表演讓學員展現自我 增加自信 並以舞蹈表演讓觀眾也感受到快樂與活力健康:	
學員條件: 對舞蹈有興趣者皆可參加	
學員自備物品: 自備飲水 乾淨舞鞋 毛巾手帕	

課程大綱：		
週次	主題	內容
1	自我介紹恰恰舞基本	自我介紹熱身暖身動作恰恰舞基本練習
2	恰恰舞基本舞步音樂	恰恰舞基本舞步練習練習音樂節拍數法
3	恰恰舞基本組合a	恰恰舞基本組合a練習
4	恰恰舞基本組合a	恰恰舞基本組合a練習
5	恰恰舞基本組合a	恰恰舞基本組合a練習
6	恰恰舞基本組合b	恰恰舞基本組合b練習
7	恰恰舞基本組合b	恰恰舞基本組合b練習
8	恰恰舞基本組合b	恰恰舞基本組合b練習

9	恰恰舞基本組合b	恰恰舞基本組合b練習
10	恰恰舞基本組合c	恰恰舞基本組合c練習
11	恰恰舞基本組合c	恰恰舞基本組合c練習
12	恰恰舞基本組合c	恰恰舞基本組合c練習
13	恰恰舞基本組合d	恰恰舞基本組合d練習
14	恰恰舞基本組合d	恰恰舞基本組合d練習
15	恰恰舞基本組合d	恰恰舞基本組合d練習
16	舞序串連練習	舞序abcd串連練習搭配音樂
17	舞序串連練習	舞序abcd串連練習搭配音樂
18	期末舞會	期末舞會表演