

桃園市大溪區仁和國小112學年度第2學期社團課程計劃表
(兒童舞蹈-進階)社

堂次	授課內容	備註
1	暖身,核心訓練,舞曲練習:Batter Up	
2	暖身,柔軟度訓練,舞曲練習: Batter Up	
3	暖身,墊上活動,舞曲練習:Batter Up	
4	暖身,核心訓練,舞曲練習:Batter Up	
5	暖身,柔軟度訓練,舞曲練習: Batter Up	
6	暖身,墊上活動,舞曲隊形練習:Batter Up	
7	暖身,核心訓練,舞曲練習:Super Shy	
8	暖身,柔軟度訓練,舞曲練習: Super Shy	
9	暖身,墊上活動,舞曲練習:Super Shy	
10	暖身,核心訓練,舞曲練習:Super Shy	
11	暖身,柔軟度訓練,舞曲隊形練習: Super Shy	
12	暖身,綜合訓練訓練,表演舞曲排練+影片拍攝	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整, 僅為參考。

教材費檔案格式請自行運用。