

台北市立弘道國民中學 111 學年度第二學期八年一班體育班

表演藝術科教學計劃書 任課教師：彭怡鈞老師

課程目標	以學生為主體，以肢體活動為教材重心，透過表演藝術中肢體動作學習，來增進體育班學生的肢體伸展性以及協調性，並以輔助增強各項專業項目之身體能力。
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引導學生在課堂中，了解自己的肢體能力。 2. 讓學生在肢體動作中控制自己的身體，努力超越自我。 3. 透過表演藝術課程，讓學生更加了解自己，肯定自己，並增進自我專業項目身體能力。
教學計劃	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過每一個動作設計，讓學生對於自我肢體伸展有基本的認知與概念。 2. 在肢體表現中，學習控制自己的身體，柔軟筋骨增強肌力。 3. 欣賞同學間不同肢體表現出的美感，並能提出自己的感想、美感經驗與建設性意見。
教學活動 內容	<p>單元一：「肢體延展」 認識自我肢體的延展性。</p> <p>單元二：「柔軟度訓練」 透過拉筋動作、腰部動作增加自我的柔軟度。</p> <p>單元三：「肢體單一動作練習」 藉由單一動作練習增進肢體的協調性。</p>
評量方法	口語評量、實作評量、行為觀察、欣賞評量
教學要求	<ol style="list-style-type: none"> 1.認真參與每堂課並盡力配合動作的練習。 2.上課學習態度良好。
成績計算 方式	<ol style="list-style-type: none"> 一、平時成績 60%：包含平時小考、學習態度。 二、期中成績 20%：基本動作測驗。 三、期末成績 20%。