

2024 / 2025 學年餘暇活動(中學部)

餘暇活動 課程名稱	現代舞
課程內容 簡介	<p>‘Dance , dance ,dance , otherwise we are lost’ -Pina Bausch</p> <p>舞蹈是一種有別於語言的表達形式，課程通過不同遊戲來創作出屬於自己的身體語言。同時結合流行音樂來學習基本的現代舞技巧及簡單的舞蹈組合，來訓練身體的柔韌度、力量以及協調性。</p>
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提升身體的靈活性、協調性、力量、節奏感和柔韌度 2. 能完成現代舞基礎的組合及技巧 3. 提升自信心以及自我覺察能力 4. 運用拉邦動作分析創作動作 5. 願意學習並觀察同儕間肢體變化 6. 通過觀察及賞析舞段，願意討論和分享舞蹈帶給自己的感覺
課程預期 成效	能掌握現代舞基礎的舞蹈技巧以及肢體表現的能力
對象	初一至高三
學生自備 物品	/
材料費	/
相關活動 介紹圖片	