



2026/2027 學年餘暇活動章程

兒童中國舞班



教學目標

1. 透過中國舞訓練，提升學生的身體協調性及基本身體素質。
2. 讓學生學習中國舞的基本手位、腳位及基礎動作。
3. 培養學生的節奏感、身體表達能力及自信心。
4. 培養學生良好的學習態度及團隊合作精神。

內容簡介

1. 學習中國舞基本功，包括基本站姿、手位、腳位及身體控制等基礎訓練。
2. 透過簡單舞蹈動作及組合練習，提升學生的身體協調性、柔軟度、節奏感及動作表達能力。
3. 配合不同音樂及民族舞蹈元素進行學習，讓學生初步認識中國舞的特色，感受舞蹈及集體學習的樂趣。

課程預期成效

1. 學生的身體協調性、柔軟度及基本控制能力有所提升。
2. 學生能掌握基本站姿、中國舞基本手位、腳位及簡單舞蹈動作。
3. 學生能初步感受不同民族舞蹈的特色及文化元素。
4. 學生能在集體學習中培養合作精神及對舞蹈的興趣。

學生上課需要自備的物品

粉色、無皮頭及無裝飾的舞蹈軟鞋，或其他適合舞蹈課堂使用的舞蹈鞋。