

仁愛國小五年級社團開設資料

任課教師姓名：方品璇

社團課程名稱：流行舞蹈啦啦隊

專業經歷介紹：基隆市體育會啦啦隊委員會總幹事、中華民國台灣競技啦啦隊協會理事、舞蹈啦啦隊 B 級教練證

社團課程內容：

全學期教學重點及評量方式說明		
學期	教學重點(條列式說明)	評量方式
第一學期	1.舞蹈啦啦隊由三個舞風結合，包含活力彩球、優雅爵士還有帥氣的嘻哈街舞 2.舞蹈啦啦隊基礎訓練 3.培育國小舞蹈代表隊種子選手	實作
第二學期	1.舞蹈啦啦隊進階訓練 2.培育國小舞蹈代表隊選手	實作

各週進度表教學內容(隔週上課 2 節)

下學期週次	各週進度表教學內容
1-2	認識啦啦隊(競技啦啦隊/舞蹈啦啦隊)
3-4	基礎舞蹈啦啦隊手姿、腳姿
5-6	啦啦隊員基本功-技術動作(轉圈、跳躍、踢腿)
7-8	啦啦隊員基本功-技術動作(轉圈、跳躍、踢腿)
9-10	彩球舞蹈小品 1
11-12	彩球舞蹈小品 2
13-14	嘻哈街舞舞蹈小品 1/比賽團加強訓練
15-16	嘻哈街舞舞蹈小品 2/比賽團加強訓練
17-18	啦啦隊妝髮課程(化妝、綁髮)
19-20	穿上啦啦隊服閃亮登場-期末成果展現
下學期週次	
1-2	啦啦隊員基本功-滾翻課程
3-4	嘻哈街舞舞蹈小品 1
5-6	嘻哈街舞舞蹈小品 2
7-8	爵士舞蹈小品
9-10	彩球舞蹈小品 1
11-12	彩球舞蹈小品 2
13-14	舞風融合展現/小組分享
15-16	啦啦隊蝴蝶結製作
17-18	啦啦隊比賽團觀摩/加強訓練
19-20	穿上啦啦隊服閃亮登場-學年成果展現

社團活動照片



舞蹈啦啦隊沒有難度抬舉，在地板上呈現活力舞蹈動作！



學習團隊合作，隊員共同完成團隊運動！



優雅美麗的啦啦隊爵士舞蹈



最夯的街舞嘻哈風格，也是啦啦舞蹈的項目