


國教院-愛學習-國中階段課程影片-藝術

教案設計者	張軒瑋
單元名稱	「結」的變形記
教學設計理念	<p>「結」的變形記是一門肢體探索與開發的表演藝術課程，配合解開錯綜複雜的手結活動、數學形狀與機率組合，引導學生在有效溝通、互助、尊重及創作發想的過程中，完成小組舞蹈呈現，同時每位同學也都扮演著編舞者與演出者的身分。期許在「結」的變形記活動當中，能建立學生的自信心並抒發國中生的課業壓力。</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph LR A[探索與發現 • 身體密碼 • 解結任務 • 影片：繫在一起] --> B[解構與重組 • 奇形怪狀 • 排列組合 • 熟能生巧] B --> C[「結」的變形記 • 影片：土風舞] </pre> </div> <p>本課程設計分為三個核心：「探索與發現」、「解構與重組」與「展現與賞析」。首先，在「探索與發現」中，教師帶領學生認識身體造型，再透過活動：圍圈-交錯牽手-解開結的活動，發現身體的多樣性；接著「解構與重組」，運用數學形狀與排列組合進行編舞、排練；最後「展現與賞析」，分組呈現「結」的變形記舞蹈演出，期望透過一系列的活動安排，讓學生練習與同儕互助合作，同時對自己的身體不再陌生也能克服上台的恐懼。</p>
領域/科目	表演藝術-藝術領域
實施年級	國中 7-9 年級(四)
總節數	4 節，45 分鐘
設計依據	
學習內容	<p>表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、勁力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。</p> <p>表 E-IV-3 戲劇、舞蹈與其他藝術元素的結合演出。</p> <p>表 P-IV-4 表演藝術活動與展演、表演藝術相關工作的特性與種類。</p>
學習表現	<p>藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。</p> <p>藝-J-B1 應用藝術符號，以表達觀點與風格。</p>

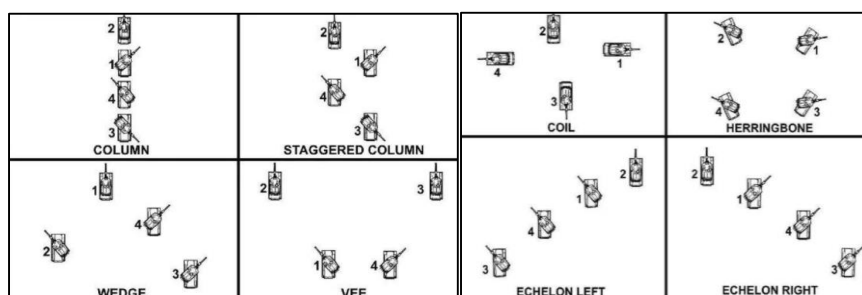
核心素養	A1 身心素質與自我精進 B1 符號運用與溝通表達 C2 人際關係與團隊合作
議題	性別平等教育 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力。
教材來源	自編教材 / 翰林八上第一課:來自原野的律動
教學設備	地板教室 / 投影機 / 電腦 / 音響 / 麥克風 / 鈴鼓
學習目標	<p>舞蹈的呈現，雖然是以小組為單位，但每位同學都有自己該負責的角色，短短的討論與排練時間，本來就不是一件容易的事，而表演藝術的美不在於要多華麗的登台，或許程度有落差，但學生有了上台的機會、與夥伴合作的經驗，孩子過程中的努力與進步才是最難能可貴的地方，老師都應該不吝嗇的給予鼓勵。以下根據不同單元列下課堂學習目標：</p> <pre> graph TD Title["「結」的變形記"] Title --> Concept1["核心概念: 探索與發現"] Title --> Concept2["核心概念: 解構與重組"] Title --> Concept3["核心概念: 展現與賞析"] Concept1 --> Unit1["單元名稱: 打開身體大門"] Unit1 --> Mode1["教學模式: 講述法 示範教學法"] Mode1 --> Obj1["學習目標: 1. 學生能認識表演三元素: 肢體、聲音、情緒中的肢體的部分, 並達到肢體開發。 2. 學生能運用肢體進行想像力的探索。 3. 透過對於身體動作的觀察與思考, 完成牽手解結的任務。 4. 培養尊重自己和別人的人。"] Concept2 --> Unit2["單元名稱: 身體魔力"] Unit2 --> Mode2["教學模式: 討論法 練習教學法"] Mode2 --> Obj2["學習目標: 1. 學生能探索形狀的多樣性與排列組合的變化融入「結」的變形記舞蹈隊型中。 2. 在分組討論、創作的過程, 培養觀察、溝通與鑑賞的能力, 落實尊重與包容。"] Concept2 --> Unit3["單元名稱: 身體記憶"] Unit3 --> Mode3["教學模式: 合作學習教學法 練習教學法"] Mode3 --> Obj3["學習目標: 1. 學生能在排練的過程中, 學習與人溝通、合作學習的精神。 2. 學生經過教師的指導與回饋後, 能進行表演修正並提高完成度。"] Concept2 --> Unit4["單元名稱: 身體與「結」"] Unit4 --> Mode4["教學模式: 發表教學法 欣賞教學法"] Mode4 --> Obj4["學習目標: 1. 能與夥伴完成「結」的變形記舞蹈演出。 2. 同儕能進行互評, 教師給予回饋。 3. 透過欣賞, 培養自己觀看表演藝術的能力。"] </pre>
授權方式	創用 CC-姓名標示-非商業性-禁止改作 4.0

教學活動設計

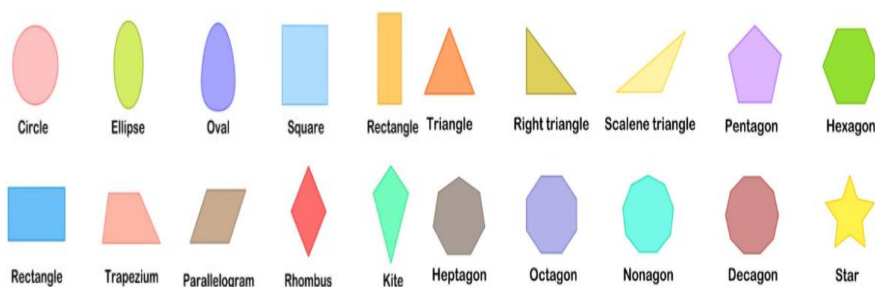
第一單元：「打開身體大門」 教學活動方式及實施方式	時間	學習評量
<p>【準備活動】 教師：鈴鼓、音響設備、電腦、教學影片 學生：穿著體育服</p> <p>【引導活動】身體密碼</p> <p>教師請學生在教室自由走動，行走過程中，專心聽老師指令，並調整心態和集中專注力，讓自己進入上課的狀態，教師須提醒學生以下幾點：1.在走動時，勿與他人交談，肢體也不要接觸。 2.走動的速度不要過快，試著觀察教室空間。</p> <p>教師引導學生認識「水平密度」與「垂直密度」，並帶入「層次」概念</p> <p>1.水平密度請學生把教室當作表演的大舞台，透過走動的方式，均勻地站在教室空間中。活動進行中，教師須提醒學生隨時注意身體與空間，自己與他人間的關係。</p> <p>2.垂直密度教師指示學生，當鈴鼓「拍兩下」後，請學生原地不動，並檢查是否有做到「水平密度」，沒有則做移動、微調。接著，做出「垂直密度」：請學生跟周圍的人擺出不一樣的高度，可以透過坐、躺、跪…等方式，讓垂直密度的層次感完成。</p>	15min	<p>學生能認識表演三元素：肢體、聲音、情緒中的肢體的部分，並達到肢體開發。</p> <p>學生能運用肢體進行想像力的探索。</p>
<p>【發展階段】解結任務</p> <p>請同學聽到鼓聲後隨機找 6 位夥伴圍圈坐下，當中必須有異性。</p> <p>1.牽手解結步驟分解：</p> <ol style="list-style-type: none"> 每 6 位同學為一個圓，臉朝向圓心。 右手指向圓心，與對面的夥伴牽手。(不可牽手指頭或衣服) 左手舉高後，先行觀察，左手不可牽跟右手同一個人。 解開手結的過程中，牽住的手不可鬆開。 <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	20 分鐘	<p>透過對於身體動作的觀察與思考，完成牽手解結的任務。</p> <p>培養尊重自己和別的人際溝通能力。</p>

<p>※提醒:可從上方跨越或下方穿過，善用高低層次變化，每個人都有意見時該聽誰的?牽手是為了完成任務，與同性異性無關，過程中請尊重夥伴。</p> <p>2.牽手解結進階版:</p> <p>成功的組別請原地坐下，老師詢問解結之訣竅，各組分享成功與失敗的原因；第二輪人數擴大至 7 人，第三輪人數擴大至 8 人。</p>		
<p>【總結階段】</p> <p>1.確認牽手解結分組名單</p> <p>以剛才隨機分組的 8 人為單位，當中必須有異性，熟練解結過程先後順序，並記下，做為日後小組「結」的變形記舞蹈雛形。</p> <p>2.愛學網影片分享-萬芳高中 創造性舞蹈<符號編舞法></p> <div data-bbox="185 848 1123 1149">  </div> <p>透過影片欣賞，看見身體不同於以往的可塑性，並預告下次課程將結合形狀與排列組合進行「結」的變形記編舞活動。</p>	10min	培養尊重自己和別的人際溝通能力。
第二單元：「身體魔力」教學活動方式及實施方式	時間	學習評量
<p>【準備活動】</p> <p>教師：鈴鼓、電腦、學生分組名單 學生：穿著體育服、熟記上週 8 人牽手解結順序</p> <p>【引導活動】</p> <p>各組於小組位置定位，排練上週解結過程，並重複執行 3 次，完成的組別及可原地坐下。</p>	5min	透過對於身體動作的觀察與思考，完成牽手解結的任務。
<p>【發展階段】奇形怪狀&排列組合</p> <p>將解結過程模組化後，小組的舞蹈呈現已完成核心架構，接著請學生討論以下細節，使演出有頭有尾，成為一齣完整的創意舞蹈</p> <p>a. 牽手的順序(從上方、下方、側面…)</p>	30min	學生能探索形狀的多樣性與排列組合的變化融入「結」的

b. 怎麼進場? 走、爬、跳(垂直密度)。哪個人站在哪?



c. 進場後排成什麼形狀?



d. 動作重複的地方(跳針的概念、拉長表演時間)

e. 結尾畫面(水平、垂直密度)

排練實作

完成上述隊形變化討論後，請同學起身排練，從進場-圍圈-解結(重複動作)-結尾，完成「結」的變形記編舞活動，並熟記順序。



【總結階段】

1. 各組確認「結」的變形記演出流程

請所有同學原地起立，於小組位置從頭順走，練習「結」的變形記舞蹈流程。

※老師詢問是否有遇到困難? 並提醒演出長度需滿 1 分鐘。

2. 「結」的變形記配樂

請同學以小組為單位，選一首無人聲的音樂伴奏，作為呈現的背景音樂，下週上課存於 USB 繳交。

變形記舞蹈
隊型中。

在分組討論、創作的過程，培養觀察、溝通與鑑賞的能力，落實尊重與包容。

10min

在分組討論、創作的過程，培養觀察、溝通與鑑賞的能力，落實尊重與包容。

第三單元：「身體記憶」教學活動方式及實施方式	時間	學習評量
<p>【準備活動】</p> <p>教師：鈴鼓、電腦、音響設備、學生分組名單</p> <p>學生：音樂檔、穿著體育服、熟記上週「結」的變形記舞蹈流程</p> <p>【引導活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.各組派一位代表於講台電腦存音樂 2.抽籤決定下週上台演出順序 3.演出提醒:不笑場、組員互助合作、觀眾尊重、帶鉛筆盒 	10min	透過對於身體動作的觀察與思考，完成牽手解結的任務。
<p>【發展階段】</p> <p>按照下週呈現順序，請各組同學於台前進行彩排並配合音樂，老師依據各組狀況給予筆記。全班共分 6 組，每組 4 分鐘練習。</p> <div data-bbox="215 891 1129 1238">  </div> <p>※女生頭髮綁起來(避免披頭散髮)</p> <p>※進場順序確認清楚，避免畫面混雜</p> <p>※注意層次的變化，增加垂直密度，製造高低差</p> <p>※重複動作、倒帶畫面可增加，使演出達 1 分鐘</p> <p>※結尾畫面定格 3 秒在移動，讓觀眾知道結束了</p>	25min	<p>學生能在排練的過程中，學習與人溝通、合作學習的精神。</p> <p>學生經過教師的指導與回饋後，能進行表演修正並提高完成度。</p>
<p>【總結階段】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.各組確認「結」的變形記演出流程 請所有同學原地起立，於小組位置從頭順走，練習「結」的變形記舞蹈流程。 2.「結」的變形記演出叮嚀 請同學思考如何讓演出更精彩?除了動作記熟之外，外在服裝的整齊度也會影響觀眾的觀看視野，請同學討論演出服裝穿搭(冬季、夏季、制服外套、運動服外套)不要帶便服。 	10min	在分組討論、創作的過程，培養觀察、溝通與鑑賞的能力，落實尊重與包容。

第四單元：身體與「結」教學活動方式及實施方式	時間	學習評量
<p>【準備活動】 教師：鈴鼓、電腦、音響設備、音樂檔、學生分組名單、學習單 學生：演出服裝、熟記「結」的變形記舞蹈流程</p> <p>【引導活動】 總彩排-各組確認「結」的變形記 請所有同學原地起立，於小組位置從頭練習「結」的變形記舞蹈流程。</p>	10min	透過對於身體動作的觀察與思考，完成牽手解結的任務。
<p>【發展階段】 按照上台順序於觀眾席就坐，共 6 組每組有 3 分鐘的演出時間。 全體同學演出後，老師一起給予筆記。</p> <div data-bbox="185 869 1126 1630">  </div> <p>※團體合作的過程，不可避免有些同學躲在小組中不做事，為了避免不公、組員分數一致，演出後老師詢問各組分工狀態，付出比較多的組員(類似領導者的腳色)，經全組同意給予個別加分，若整組都非常團結合作，不分你我，那整組也給予加分，鼓勵合作的過程。</p> <p>※本次活動，分組方式為隨機抽籤，為此老師給予同學鼓勵，在短短的四週內，大家學習和不同的人合作，不管你們是不是朋友，但在合作的過程中，可以看見彼此的優缺點，互相學習。</p>	20min	<p>能與夥伴完成「結」的變形記舞蹈演出。</p> <p>同儕能進行互評，教師給予回饋。</p>

【總結階段】

1.學習單撰寫

用一句話，寫下對舞蹈創作的感受，並在人偶上畫記自己常使用的身體部位，同時也可省思哪些部位常被自己忽略。

八年級 舞蹈創作 Part 1 班級: 80J 座號: 12 姓名: [redacted]

1. 即興 = 即時興起: 短暫的、無刻意安排、隨心所欲的跳出動作。

2. 接觸即興: 最少有 2 個人才能創作。

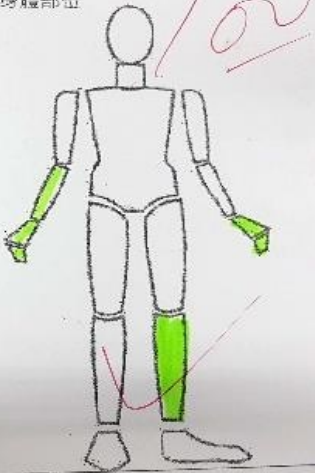
3. 舞蹈三元素

空間	時間	力量
<ul style="list-style-type: none"> 垂直 水平 	<ul style="list-style-type: none"> 長短 快慢 	<ul style="list-style-type: none"> 強弱 範圍

4. 我感受到本組的音樂風格是 _____

5. 我覺得這是一堂 用肢體表達自己的想法感受 的舞蹈創作課。
是什麼

使用到的身體部位



八年級 舞蹈創作 Part 1 班級: 817 座號: 7 姓名: [redacted]

1. 即興 = 即時興起: 短暫的、無刻意安排、隨心所欲的跳出動作。

2. 接觸即興: 最少有 1 個人才能創作。

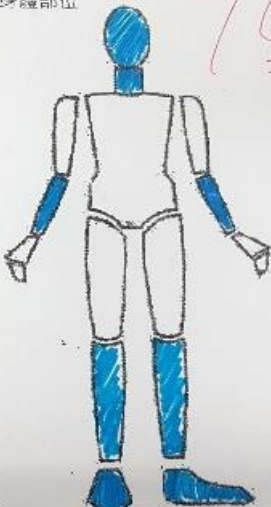
3. 舞蹈三元素

空間	時間	力量
<ul style="list-style-type: none"> 垂直 水平 	<ul style="list-style-type: none"> 速度 快慢 	<ul style="list-style-type: none"> 強弱 範圍

4. 我感受到本組的音樂風格是 _____

5. 我覺得這是一堂 隨機又經過精心安排 的舞蹈創作課。

使用到的身體部位



2.愛學網影片賞析-土風舞



6min

透過欣賞，培養自己觀看表演藝術的能力。

9min

透過欣賞，培養自己觀看表演藝術的能力。

土風舞 (Folk Dance) 是一種帶有民族文化特色的全民舞蹈。其動作簡單易學，別具民族或地區特色，配合音樂起舞相當有趣			
評量工具			
表現 等級	內容標準		
	「打開分體大門」 肢體開發	「結」的變形記 學習單	「結」的變形記 舞蹈創作呈現
A	能夠 <u>完整地</u> 理解與探索舞蹈的基本元素，選擇使用肢體、情緒等方式，開發個人多樣化的表演語彙。	能夠完整地理解與探索舞蹈元素之內涵，並 <u>能體認</u> 課程的學習目標。	在呈現製作中， <u>能具體</u> 使用層次、形狀與排列組合等元素，完成「結」的 <u>變形記</u> 舞蹈創作演出。
B	能夠 <u>重點地</u> 理解與探索舞蹈的基本元素，選擇使用肢體、情緒等方式，開發個人多樣化的表演語彙。	能夠完整地理解與探索舞蹈元素之內涵，並 <u>能大致體認</u> 課程的學習目標。	在呈現製作中， <u>能大部分</u> 使用層次、形狀與排列組合等元素，完成「結」的 <u>變形記</u> 舞蹈創作演出。
C	能夠 <u>粗略地</u> 探索舞蹈的基本元素，選擇使用肢體、情緒等方式作表演。	能夠完整地理解與探索舞蹈元素之內涵，對於體認課程的學習目標 <u>略有不足</u> 。	在呈現製作中， <u>能零星</u> 使用層次、形狀與排列組合等元素，完成「結」的 <u>變形記</u> 舞蹈創作演出。
D	僅能以有限的口述表達方式， <u>粗略地</u> 展現表演藝術能力。	能夠完整地理解與探索舞蹈元素之內涵，但對於課程的學習目標 <u>僅有限的理解</u> 。	在呈現製作中， <u>僅能嘗試</u> 使用層次、形狀與排列組合等元素，完成「結」的 <u>變形記</u> 舞蹈創作演出。
E	未達 D 級	未達 D 級	未達 D 級
參考資料			
<p>愛學網，臺北市萬芳高中蕭文文老師。取自：https://stv.naer.edu.tw/watch/235787</p> <p>愛學網，土風舞。取自：https://stv.naer.edu.tw/watch/213637</p> <p>李立恆（2010）。Dance：我的看舞隨身書。臺北市：天下文化。</p> <p>伍曼麗、江映碧（2010）。舞蹈欣賞。臺北：五南。</p>			

教學過程紀錄或成果

※教學過程紀錄

本課程分為四個單元，從**打開身體大門**讓學生在遊戲中玩耍、勇敢動身體，接著透過完成任務學會團隊合作、互助友愛；第二堂**身體魔力**建構在第一堂課的基礎上，加上形狀與排列組合的變形，讓舞蹈創作更豐富完整；第三堂**身體記憶**透過反覆練習、修正，使舞者更加熟練，最後的**身體與「結」**即是成果展現與賞析。

「結」的變形記				
核心概念	探索與發現	解構與重組		展現與賞析
單元名稱	打開身體大門	身體魔力	身體記憶	身體與「結」
課程主題	身體密碼 解結任務 影片：繫在一起	奇形怪狀 排列組合	熟能生巧 排練與回饋	「結」的變形記 影片：土風舞
教學模式	講述法 示範教學法	討論法 練習教學法	合作學習教學法 練習教學法	發表教學法 欣賞教學法
學習目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能認識表演三元素：肢體、聲音、情緒中的肢體的部分，並達到肢體開發。 2. 學生能運用肢體進行想像力的探索。 3. 透過對於身體動作的觀察與思考，完成牽手解結的任務。 4. 培養尊重自己和別人的 interpersonal 溝通能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能探索形狀的多樣性與排列組合的變化融入「結」的變形記舞蹈隊型中。 2. 在分組討論、創作的過程，培養觀察、溝通與鑑賞的能力，落實尊重與包容。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生能在排練的過程中，學習與人溝通、合作學習的精神。 2. 學生經過教師的指導與回饋後，能進行表演修正並提高完成度。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能與夥伴完成「結」的變形記舞蹈演出。 2. 同儕能進行互評，教師給予回饋。 3. 透過欣賞，培養自己觀看表演藝術的能力。

※成果-「結」的變形記 / 舞名：綻放



1.開始前預備位置(圓形)



2.牽手方式(對角兩個兩個牽)



3.解結(高低層次)



4.結成功解開



5.反覆(倒帶效果)



6.集體向外跳開(綻放)



7.低層次集中



8.結尾定格畫面

回饋意見

一、可多給予學生課前的準備以及預告，會更助於學生在課堂上的表現。

二、此課程是身體開發與音樂旋律結合，對於這兩類廣泛表演藝術有更深入의體驗與認知，也可與美術結合，進行更廣泛的藝術薰陶，提升學生美感經驗與學習。



三、即興舞蹈教學中，每位學生都是獨一無二的。教師需提醒每位學生要善於接納不同特質的同儕，並在教學過程中教師也需要隨時讚美良好的表現、欣賞、鼓勵及親切的對待學生，是教師也是引導者必備的態度，如此也才能刺激學生互動，產出無限創意的火花。



四、在適當的空間範圍，教師需好好引導學生控制自己的身體，建立移位順序。教學時與學生建立規則是必要的，要讓學生知道:「自由不是沒有規律，規則並不是限制」；如何提供安全又有效的學習情境，並在學生發展「結」的變形記創意舞劇的過程中，做好維護，互相合作、尊重與學習，這也是筆者在多次教授課程的過程裡，學到最寶貴的教學經驗。