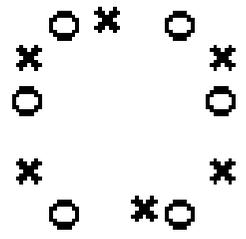


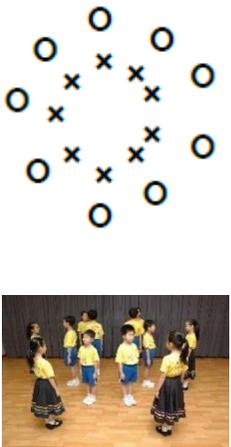
## 舞蹈单元教学计划

学 校 名 称 :	东莞同乡会方树泉学校		
级 别 :	四年级	全 班 人 数 :	25
单 元 共 需 教 节 :	5	每 教 节 时 间 :	35 分钟
单 元 主 题 :	西方舞《西西里圆环舞》----- 英格兰		
学 生 已 有 知 识 :	学生已 1. 掌握滑步、步行、踏跳步及跑跳步的技巧 2. 有配合音乐作移动的经验 3. 学习顺、逆时针概念		
单 元 目 标 :	体育技能	学生能 1. 以急驰步(Gallop)及常步(Walk)配合音乐移动 2. 以 W 牵手的方式围圈移动 3. 以伴游舞姿(Promenade)前进 4. 展示《西西里圆环舞》	
	健康及体适能	学生能透过舞蹈练习提升身体的协调能力	
	运动相关的价值观和态度	学生能 1. 主动提示舞伴动作的要点 2. 欣赏及鼓励舞伴 3. 明白舞蹈是男女都能参与的运动	
	安全知识及实践	学生能注意转身时的方向及空间的运用，避免碰撞	

	<p>活动知识</p>	<p>学生能</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 认识「方向线」(line of Direction)、「反方向线」(Reverse line of Direction)、「手星」(star/hand across)、伴游舞姿(Promenade)的词汇</li> <li>2. 认识单人单圈及双人单圈(Couples in a single circle)的队形</li> <li>3. 认识空间及移动方向</li> <li>4. 认识英格兰舞的礼仪(Honour)</li> </ol> <p style="text-align: center;"><u>双人单圈</u></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>
	<p>审美能力</p>	<p>学生能</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 说出英格兰的舞蹈风格是自然、轻松</li> <li>2. 观察到肢体动作是整齐利落</li> <li>3. 运用具体的词汇如流畅、动作一致、整齐等作评赏</li> <li>4. 运用适当的词汇，指出动作的优美及可改善的地方</li> </ol>

### 课堂目标及评估安排

重点 \ 课节	第一节	第二节	第三节	第四节	第五节
体育技能	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握《西西里圆环舞》2/4 音乐拍子</li> <li>2. 配合音乐前奏向舞伴敬礼(Honour)</li> <li>3. 跟随拍子以常步(walks) 配合音乐前进及停步</li> <li>4. 掌握交换位置的动作</li> <li>5. 与舞伴及邻伴有眼神交流</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握《西西里圆环舞》2/4 音乐拍子</li> <li>2. 流畅地以急驰步(Gallop)配合音乐横移</li> <li>3. 展示双人单圈队形, 并配合急驰步向「方向线」及「反方向线」横移</li> <li>4. 展示连串舞蹈动作</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以跑跳步(Skipping)配合音乐前进</li> <li>2. 掌握「手星」(Star/hand across)的图形</li> <li>3. 掌握做「手星」时手的转换</li> <li>4. 控制跑跳步的前进、停步及转向</li> <li>5. 与舞伴及邻伴有眼神交流</li> <li>6. 展示连串舞蹈动作</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 配合音乐以跑跳前进</li> <li>2. 与舞伴以伴游舞姿(Promenade)前进</li> <li>3. 与舞伴及邻伴有眼神交流</li> <li>4. 展示连串舞蹈动作</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 重温所学的舞蹈动作</li> <li>2. 与舞伴及邻伴有眼神交流</li> <li>3. 展示《西西里圆环舞》</li> <li>4. 掌握同侪互评的技巧</li> </ol>
活动知识	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解英格兰舞蹈的风格常步是自然</li> <li>2. 认识英格兰舞蹈的礼仪</li> <li>3. 认识交叉互换位置的图形</li> <li>4. 认识双人双圈(Double circles)的队形</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 认识「方向线」(line of Direction) 及「反方向线」(Reverse line of Direction) 词汇</li> <li>2. 认识双人单圈(Couples in a single circle)的队形</li> <li>3. 认识4人围圈(Four hands round /circle of 4)</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 认识「手星」(Star/hand across) 词汇及图形</li> <li>2. 认识标准的「手星」是流畅及整齐一致</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 认识绅士及淑女的风度</li> <li>2. 认识男舞者需要作带领的角色</li> </ol>	<p><b>学生能</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 运用具体的词汇如流畅、动作一致、整齐等作评赏</li> <li>2. 运用适当的词汇, 指出动作的优美及可改善的地方</li> </ol>

		4. 认识整齐利落的急驰步(Gallop)			
*价值观和态度	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重他人</li> <li>● 欣赏他人</li> <li>● 互相合作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重他人</li> <li>● 欣赏他人</li> <li>● 互相合作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重他人</li> <li>● 欣赏他人</li> <li>● 互相合作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重他人</li> <li>● 欣赏他人</li> <li>● 互相合作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重他人</li> <li>● 欣赏他人</li> <li>● 互相合作</li> <li>● 承担精神</li> </ul>
#共通能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 协作能力</li> <li>● 沟通能力</li> <li>● 创造力</li> <li>● 审美能力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 协作能力</li> <li>● 沟通能力</li> <li>● 创造力</li> <li>● 审美能力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 协作能力</li> <li>● 沟通能力</li> <li>● 创造力</li> <li>● 审美能力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 协作能力</li> <li>● 沟通能力</li> <li>● 创造力</li> <li>● 审美能力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 协作能力</li> <li>● 沟通能力</li> <li>● 明辨性思考能力</li> <li>● 审美能力</li> </ul>
评估方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 提问</li> <li>● 教师观察</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 提问</li> <li>● 教师观察</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 提问</li> <li>● 教师观察</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 提问</li> <li>● 教师观察</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 提问</li> <li>● 教师评估</li> <li>● 同侪互评</li> </ul>

\*价值观和态度: 坚毅、尊重他人、责任感、国民身份认同、承担精神、关爱、诚信

#共通能力: 协作能力、明辨性思考能力、解决问题能力、沟通能力、运用资讯科技能力、自我管理能力和、创造力、数学能力、自学能力、协作式解决问题能力和整合性思考能力

## 课堂活动安排

重点 课节	第一节 (双人双圈、交叉互换位置)	第二节 (急驰步、双人单圈、 4人围圈、W牵手方式)	第三节 (手星)	第四节 (伴游舞姿、前进队形)	第五节 (同侪互评)
引入活动	<p><b>围圈走动+肢体伸展</b></p> <p>1. 全班学生跟随音乐拍手分别向顺时针及逆时针方向前进，闻指令停步。跟随教师作伸展活动</p>	<p><b>围圈走动+身体「包剪掙」</b></p> <p>1. 全班学生跟随音乐拍手分别向顺时针及逆时针方向前进，闻指令停步。教师依拍子说出口诀，指示学生做出「包剪掙」的身体造型</p> <p>2. 口诀：「包剪包/剪/掙」</p>	<p><b>自由走动+肢体伸展</b></p> <p>1. 全班学生跟随音乐以跑跳步作自由走动，闻指令停步</p> <p>2. 跟随教师依拍子作肢体的伸展动作</p>	<p><b>围圈配合音乐作肢体伸展</b></p> <p>1. 全班学生围圈配合音乐，跟随教师作伸展动作</p>	<p><b>于课堂：</b></p> <p>1. 教师播放舞蹈影片，讲述同侪互评须注意的事项：</p> <p>I. 运用具体的词汇作评赏</p> <p>II. 运用适当的词汇，指出动作的优美及可改善的地方</p> <p>III. 互评时要以认真及欣赏的态度进行</p>
主题发展	<p><b>活动一：教授敬礼</b></p> <p>I. 男子敬礼(Bow)立正面对舞伴，向舞伴微弯腰点头，恢复立正姿势</p> <p>II. 女子敬礼(Curtsy)，立正面向舞伴，提起右脚置于左脚之</p>	<p><b>活动一：重温交换位置的动作</b></p> <p><b>活动二：教授急驰步(Gallop)</b></p> <p>1. 教师示范动作及讲述动作的要点：</p> <p>I. 双膝微屈作预备</p> <p>II. 用前脚掌着地</p> <p>III. 左脚踏出，右脚并合</p>	<p><b>活动一：重温A部分的舞蹈</b></p> <p><b>活动二：教授手星(star)图形</b></p> <p>1. 四人一组，面向反方向线，顺时针方向，前进8步。然后向外转，相反方</p>	<p><b>活动一：重温B部分第一段舞蹈</b></p> <p><b>活动二：教授伴游舞姿(Promenade)</b></p> <p>1. 二人一组，二人并肩而立。双手置于身体前面，右手牵右手，左手牵左手</p>	<p><b>舞蹈复习</b></p> <p>1. 全班学生成双人双圈 4 人一组分成两队面对面站立</p> <p>2. 复习期间教师提示学生动作要点</p>

后，脚尖点地，上身挺直微蹲，恢复立正姿势

III. 眼睛注视舞伴

### 活动二：教授英格兰风格的常步(Walks)

1. 教师示范动作及讲述动作的要点：

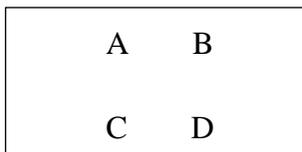
- I. 右足起，前脚掌着地
- II. 膝盖放轻松
- III. 双手自然摆动挺胸

2. 常步动作应该表现轻松，自然

### 活动三：分组练习

1. 4 人一组，分成 A, B, C, D

I. A, B 及 C, D 两队相对



II. B 和 C 右手击掌，擦右肩向左走，以常步交换位置

IV. 没有停顿

V. 动作流畅

VI. 最后一拍时双脚并合腾空

2. 教师讲解方向线及反方向线

I. 方向线，即时钟之逆时针方向

II. 反方向线，即顺时针方向

### 活动三：配合音乐作急驰步技巧练习

1. 全班学生分为 6 组，由排球场攻击线开始，学生双手手持豆袋成 W 形左足起以急驰步向横移动至另一端攻击线。再以右足起返回小组，将豆袋交给下一位同学，如此类推，直至全组完成

### 活动四：第二段的练习

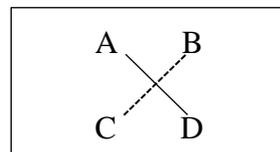
1. 4 人一组，分成两队面对面站立。手牵成双人单圈，双手与邻伴相牵，左

向走 8 步，返回原位

2. 教授手星的手势

I. 所有同学右手置于中心，A, D 及 B, C 握手的动作

II. 屈肘成 W 牵手



3. 配合音乐以跑跳步作手星的练习

4. 利用 2 拍成握手的动作

5. 与对面的邻伴要带眼神送流

6. 利用 2 拍握手成 W 形

### 活动三：串连舞蹈动作

1. 4 人一组，分成



2. 眼睛要望向舞伴

3. 上身微微前倾

4. 前进时，上身微微的摆动

5. 男舞者展示绅士风度需作带领的角色手要轻轻牵引舞伴前进

### 活动三：分组练习

1. 学生 2 人一组成伴游舞姿

2. 教师发出口令指示学生向不同的方向前进或后退

3. 学生需以跑跳步前进或后退

4. 4 人一组，分成 A, B, C, D。

I. A, B 及 C, D 成伴游舞姿两队

3. 派发每人一张互评表

	<p>III. 然后到 A 和 D 交换位置</p> <p>IV. 右足起踏于左足前，双腿交叉</p> <p>V. 交换位置后与邻伴并肩而站立</p> <p>2. 配合音乐作练习</p> <p>3. 教师安排学生组成双人双圈。讲述双人双圈的组成：</p> <p>I. 男左女右</p> <p>II. 面向另一组舞伴</p> <p>III. 配合音乐作练习</p> <p><b>注：</b> 教师提示一个美的常步应表现自然和轻松</p>	<p>足起向反方向线，以急驰步横移 8 拍。右足起向相反方向重复，反回原来</p> <p><b>注：</b></p> <p>1. 当教师给予学生指令「准备开始」时应按音乐节奏说出，从而培养学生的拍子感</p> <p>2. 教师可邀请学生示范动作，让学生说出哪个动作做得美，从而培养学生的审美能力</p>	<p>A, B, C, D.</p> <table border="1" data-bbox="1211 172 1453 323"> <tr> <td>A</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>D</td> </tr> </table> <p>I. B 和 C 右足起，以 4 个常步返回原来位置，擦右肩向左走</p> <p>II. 4 人即面向反方向线，顺时针方向，前进 8 步。然后向外转，相反方向走 8 步，返回原位</p> <p>III. 配合跑跳步及握手的动作重复练习</p> <p><b>注：</b> 教师提示学生手星的舞蹈动作。口诀：「And 右手 3, 4, 5, 6, 7, 8, 左手 3, 4, 5, 6, 返原位」</p>	A	C	B	D	<p>相对</p> <table border="1" data-bbox="1525 181 1796 333"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>D</td> </tr> </table> <p>II. 以跑跳步前进及后退各 4 个跑跳步</p> <p>III. 以 8 个跑跳步向右斜前方前进</p> <p>IV. 配合音乐练习</p> <p><b>注：</b> 教师提示学生怎样能展示一个美的伴游舞姿，例如：眼要望着舞伴，微笑。</p>	A	B	C	D	
A	C												
B	D												
A	B												
C	D												

应用活动

1. 全班学生成双人双圈，配合音乐，将交换位置的动作做2次  
**注：**  
 教师依音乐拍子提示学生第二段口诀：「A过位，B过位，A返原位，B返原位」

**活动一：**  
 4人一组，分成两队面对面站立。音乐起成双人单圈，双手与邻伴相牵成W牵手。跟随音乐，左足起向反方向线，以急驰步横移8拍。右足起向相反方向重复，反回原来位置

**活动二：串连第二段的舞蹈**  
 配合音乐串连交叉互换位置的舞蹈动作

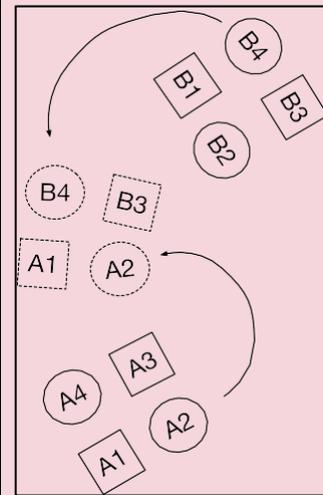
**注：**  
 教师依音乐拍子提示学生第一段口诀：「Gallop, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 转身 3, 4, 5, 6, 7, 8」

1. 全班学生成双人双圈，配合音乐将交叉交换位置串连手星的部分  
 2. 全班学生每 4 人一组配合音乐串连 4 人围圈和交叉互换位置及第人的舞蹈动作  
 舞蹈动作次序如下：

- I. 4 人围圈
- II. 交叉交换位置
- III. 手星

**照顾学习多样性：**  
 如个别学生未能掌握跑跳步的移动技能，容许学生以常步作为舞步

1. 全班学生成双人双圈，4 人一组分成两队面对面站立  
 I. 两队分别牵手成伴游舞姿  
 II. 以跑跳步前进及后退各 4 个跑跳步  
 III. 以 8 个跑跳步向右斜前方前进遇见新的一队  
 路线如下：



学生互评：《西西里圆环舞》  
 1. 教师邀请 4 位学生做示范，然后教师与学生一同评赏  
 2. 互评准则：  
 I. 能展示英格兰的舞蹈风格，自然，轻松  
 II. 眼睛要注视舞伴及邻伴  
 III. 动作流畅

				<p>IV. 遇见新一队后，整支舞蹈将重新开始</p> <p><b>照顾学习多样性:</b> 如个别学生未能掌握跑跳步的移动技能，容许学生以常步作为舞步</p>	
<p><b>整理活动</b></p>	<p>1. 播放音乐围圈作舒缓活动</p> <p>2. 提问及总结</p> <p>I. 如何能够做到整齐的交流位置?</p> <p>答案: 交换位置时要眼望邻伴</p> <p>II. 英格兰的常步风格是怎样? 怎样才算美的常步?</p> <p>答案: 风格是轻松。做到双手自然摆动, 整个动作自然便是美的常步</p>	<p>1. 播放音乐围圈作舒缓活动</p> <p>2. 提问及总结</p> <p>I. 怎样才做到整齐利落的急驰步?</p> <p>答案: 注意音乐的节拍。动作没有停顿</p>	<p>1. 播放音乐围圈作舒缓活动</p> <p>2. 提问及总结</p> <p>I. 怎样才能做到一个好看的手星动作?</p> <p>答案: 四人握手成 W 牵手时, 需要动作一致整齐。眼望邻伴</p>	<p>1. 播放音乐围圈作舒缓活动</p> <p>2. 提问及总结</p> <p>I. 怎样才算是好看的伴游舞姿?</p> <p>答案: 眼睛要望向舞伴, 双手置于身体前面。</p>	<p>1. 播放音乐围圈作舒缓活动</p> <p>2. 教师总评</p> <p>3. 邀请学生分享评审</p>

## 附加数据:

英国乡村舞是以简单舞步为主，如常步、小跑步、跑跳步、踏跳步、扑克步、跳击步等。舞蹈带有舒服及轻快的特质。舞伴在起舞前及完结后都互相见礼。舞蹈图型常是相等而对称的：舞者如向左移动，他必回归右方。身体随着动作的方向而轻微倾前、倾后，甚至倾侧。舞步亦与优美传统民谣相配，带有相等而轻快的特质。群体舞蹈中，男女舞者一对一对的分成圆圈，方形或行列，舞者在有趣而复杂的图案中穿插。

