**雲林縣平原社區大學課程授課大綱**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **課程編號　B29** | | | **110年第1學期** | |  |
| **課程名稱** | 體育舞蹈單人拉丁舞(雙人倫巴) | | | | |
| **授課教師** | 蔡秀慧 | | | | |
| 教師學經歷 | 學歷：高中  經歷：1985年國標舞教練至今、2003年輪椅國標舞國家代表隊總教練至今  英國皇家學苑國際標準舞及拉丁舞最高院士(目前台灣只有3位)  CDSF中華民國體育運動舞蹈總會國家A級裁判  中華民國殘障體育運動總會國家A級裁判  現職：中華民國輪椅體育運動舞蹈協會理事長、103年雲林縣海線社區大學體育舞蹈至今  109年雲林線平原社區大學講師至今  109年雲林縣虎尾溪奢區大學講師至今 | | | | |
| **授課時間** | 每週五　13:30-16:30　共18週 | | | | |
| **授課地點** | ■臺西 崙豐明德寺 | | | | |
| **課程介紹** | 本次開課科目是拉丁舞-雙人倫巴舞科，上期學習的倫巴單人舞學員學習很多的基本動作，學員們希望把單人舞的基本步運用到雙人舞，相信學習效果會更好。 | | | | |
| **學員自備** | 無 | | | | |
| **課程綱要** | **週次** | **日 期** | | **課程主題** | |
| 1 | 3/5 | | 倫巴舞的音樂及節拍，單人基本組合步訓練 | |
| 2 | 3/12 | | 單人舞的舞序編排 | |
| 3 | 3/19 | | 開式扭臀步 臂下右轉 手對手 | |
| 4 | 3/26 | | 螺轉轉結束 艾達步 前後古巴搖擺步 | |
| 5 | 4/2 | | 定點轉向左 側走步 直走步 側向古巴搖擺步 | |
| 6 | 4/9 | | 紐約步 臂下左轉 瞬間轉向左向右 | |
| 7 | 4/16 | | 組合練習並配合音樂節拍 | |
| 8 | 4/23 | | 社區活動 | |
| 9 | 4/30 | | 公共參與週 | |
| 10 | 5/7 | | 成果展單人組步編排 | |
| 11 | 5/14 | | 成果展單人組步編排 | |
| 12 | 5/21 | | 組合練習並配合音樂節拍 | |
| 13 | 5/28 | | 成果展組步隊形編排 | |
| 14 | 6/4 | | 成果展組步隊形編排 | |
| 15 | 6/11 | | 成果展組步隊形編排及搭配音樂練習 | |
| 16 | 6/18 | | 成果展組步隊形編排及搭配音樂練習 | |
| 17 | 6/25 | | 成果展組步隊形編排及搭配音樂練習 | |
| 18 | 7/2 | | 期末成果展暨課程博覽會 | |