

● 指導老師專長資格

★姓名：宣以君

★學歷(學校/系/所)： 高雄市正修科技大學/建築系

★經歷：(請條列如下)

1. 高雄市正修科技大學 嘻哈街舞社/社團代理教師
2. 高雄科技大學 HIP HOP 流行街舞社/社團教師
3. kospark 街舞工作室/兼任街舞課程師資
4. 昶姆股份有限公司運動中心/街舞課程師資

★相關社團專業資格證明：

(請務必檢附資格證明，如相關科系之畢業證書、全國競賽獎狀、教練證、教學證……等，或其他足以證明具該社團專業資格之證照，以及相關教學照片。)



相關證書或得獎證明



相關證書或得獎證明



教學成果照



教學成果照



教學成果照



教學成果照

附件三

桃園市中壢區中原國小 115 學年度第一學期【嘻哈流行熱舞社】
課程設計表

堂次	教學內容	備 註
1	基礎啟蒙與身體覺察 / 暖身與體能	
2	(基礎律動 1) 上下 Bounce	
3	(基礎律動 2) 核心與下肢	
4	(基礎律動 3) 重拍訓練(On beat)	
5	舞感培養/節奏回應	
6	(排舞練習 1) 基礎 Bounce 組合	
7	(肢體課 1) 局部獨立控制	
8	(肢體課 2) 身體流動開發(Roll)	
9	(肢體課 3) 重心轉移/定格練習	
10	(排舞練習 2) 爆發力/定格延伸組合	
11	(排舞練習 3) 經典嘻哈腳步組合	