● 指導老師專長資格

姓名:張芷寧

個人身分資料及教育背景: 台南應用科技大學舞蹈系

經歷:

中正舞蹈團幼兒律動老師

舞悅空間幼兒律動、芭蕾雕塑老師

萊西瑜珈芭蕾雕塑、成人古典舞老師

時時瑜珈古典舞、成人芭蕾、芭蕾雕塑老師

樂瑜珈幼兒律動老師

西門國小社團 MV 代課老師

中華幼兒園幼兒律動代課老師

璞育幼兒園幼兒律動代課老師

那比藝術空間一對一古典舞老師

林口運動中心成人芭蕾代課老師

遇健運動空間伸展瑜珈代課老師

SK2 Studio 現代舞、古典舞老師

隨心舞動舞蹈團流行舞蹈 MV 代課老師

風禾日光幼兒園幼兒流行舞蹈代課老師

遇見舞蹈兒童芭蕾、兒童民俗代課老師

台南大灣國小實習老師

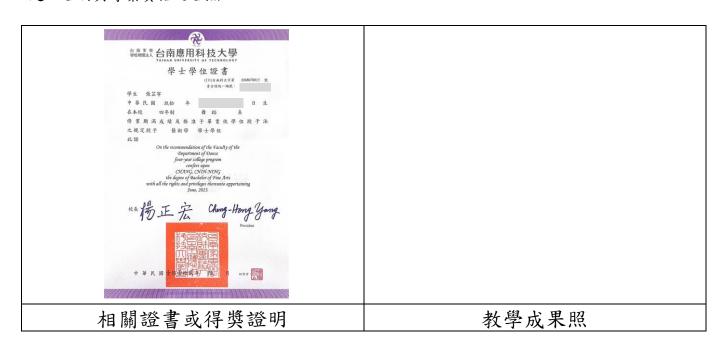
西門國小社團代課老師

台南漢家幼兒園實習老師

遇見舞蹈幼兒律動代課老師

代表臺灣觀光局赴日本三重縣 YOSAKOI 祭典擔任舞者

★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 足以證明具專業資格之證照



附件四

桃園市中壢區中原國小 114 學年度上學期【歐美流行兒童舞蹈】社團課程設計表

堂次	教學內容	備註
1	解析 Hip-Hop、Musical Theatre 等流派特色,透過經典 MV(如 Bruno Mars《Uptown Funk》) 體驗多元律動。	
2	利用節拍器 APP 練習「分離式節奏」(手打拍、腳踩重拍),設計「節奏傳球」遊戲。	
3	對比《Step Up》街舞與 Taylor Swift《Shake It Off》編舞,分組模仿 風格差異。	
4	學習 Bounce、Rock 等基礎步伐,結合「鏡面影子舞」雙人同步練習。	
5	拆解《The Greatest Showman》現代編舞,設計「情緒轉換」動作(如歡快到憤怒)。	
6	透過搖擺鐘擺、波浪傳遞等遊戲,訓練身體流動性與自然律動。	
7	隨機抽選音樂類型 (流行、嘻哈、電子),限時編排對應風格迷你舞碼。	
8	lvl 即興對決,導入「動作關鍵字」限制(如:旋轉、定格),培養策略性 Freestyle。	
9	分組學習 Beyoncé《Single Ladies》手部舞或 Ed Sheeran《Bad Habits》 吸血鬼編舞。	
10	練習《Hamilton》敘事性手勢舞與《Chicago》爵士踢腿,搭配角色扮演 情境。	
11	使用腕部負重帶強化擺動速度,搭配 Disco 音樂練習「手部敘事」(如甩開煩惱)。	
12	拆解機械舞「Hit」技巧,利用電擊器遊戲訓練肌肉瞬發力(非侵入式道具)。	
13	安全護具教學,練習 Toprock 基礎步與 Freeze 定格,分析重心轉移物理 原理。	
14	結合藥球拋接訓練核心爆發力,應用於 Hip-Hop 跳躍與定格動作。	

※上課日期若逢指導教師參賽或其他請假事項等,請與學務處聯繫討論後,自行與學生家長聯繫並以紙本通知順延補課日;停補課以一次為限,補課日期為114.12.29~115.01.02。 ※因上課次數不同,請依次數設計課程內容。

附件五 桃園市中壢區中原國小 114學年度上學期【歐美流行兒童舞蹈】社團 材料費明細

★需額外加收材料費務必填寫,以為審核參考,若無須加收材料費免填

品名	單位	數量	估 價		用途説明
四 石			單價	總 價	用途説明
歐美流行兒童舞蹈社活力 裝備組	組	1	1680	1680	上課用
合 計				1680	

(表格不足部分,請自行增刪)

[※]需檢附材料費撥款入帳帳戶之影本 (無材料費者免填)

[※]請依據上課次數衡量材料費。