

臺北市立北安國民中學111學年度第二學期社團活動教學進度表

※社團名稱：肢體開發 社

教師姓名：傅語寧

週 次	日 期	上 課 內 容
二	112年2月24日	認識彼此/筋骨舒展/培養默契
四	112年3月10日	介紹創造性舞蹈元素/認識身體
七	112年3月31日	體驗「時間」與「空間」元素的變化
九	112年4月14日	體驗「力量」與「關係」元素的變化
十	112年4月21日	何謂即興？何謂創作？/活動帶領
十三	112年5月12日	回想過去練習過的元素，分組發展出一小段呈現
十四	112年5月19日	將各組發展的呈現配上音樂，使作品更佳豐富有趣。
十六	112年6月2日	有氧舞蹈
十八	112年6月16日	瑜珈伸展