

## 723 國標舞-英系探戈

**授課教師：**鍾文華 老師

**學經歷：**十七年留英及數十次參加世界三大比賽

**現任：**新店崇光社大講師，潘松根、鍾文華舞蹈學苑教師。

**課程時間：**週四晚上 7：00~9：30

**課程理念：**以符合人體運作效率及雙人舞平衡協調的概念，將英式教學體系完整融入團體課程當中，並加上豐富多層次的音樂概念及使用。

**課程效益：**增加學習及生活樂趣，健康身心、美姿美儀、擴大社交、進而與國際接軌了解標準舞領域裡的一切專業知識。

**課程進行：**每次一主題概念講解示範+步形演譯+練習修正

**成績評量：**出勤、學習精神態度

**選課要求：**有興趣者及學員一律著國標舞標準舞鞋

**學分費：**(三學分)、水電費 100 元

**課程大綱：**

週次	主題 / 內容
第一週	男，女士姿勢與基本握持+ Walk walk link
第二週	身體與下盤的使用模式+ Closed promenade 側行步
第三週	音樂結構與使用+ Back Corte 後截步
第四週	三個位置的執行與轉換 + Reverse turn outside
第五週	雙人合作與平衡+ Promenade twist turn
第六週	Promenade lock+ Reverse turn(closed)
第七週	Back check+ Spin into back lock
第八週	Change direction by Reverse+ 場地運用+ 複習
第九週	【公民素養週】國標舞的禮儀
第十週	Fallaway slip pivot+ Fallaway
第十一週	下盤與地板的關係+ Chasse
第十二週	Contra check+ Step into Throw away oversway
第十三週	Attack+ Promenade twist turn
第十四週	核心力與左右 side+ 問題解析與舞序演練
第十五週	核心力與重心轉換+ 問題解析與舞序演練
第十六週	雙人空間分配與平衡+ 問題解析與舞序演練
第十七週	核心力的垂直與雙人連結+ 問題解析與舞序演練
第十八週	身體加速 與總複習