

課程名稱 | 佛朗明哥--Ole Flamenco社團(本學期選課生可另
選修社團，但社費另繳交給社團)

課程屬性 | 自主性社團

課程編號 | 1022-4013

授課老師 | 賴心盈(社長) (及曹毓玲、吳鈺真等老師)

最高學歷/ 大學

相關學經歷/ 教學經驗：台南社大佛朗明哥社老師

展演經歷：2012榮仁藝術基金會西班牙之夜、2012吉他吉她-高雄&台南吉他室內樂團音樂會、2011再見金小姐-台灣文化生活圈系列活動、2011假日廣場龍年迎春表演、2010高雄吉他室內樂團15周年音樂會、2009台南扶輪社社慶晚會、2008迷火盃卡門舞劇

現職/ 醫療研究

上課時間 | 每週日下午02:00-04:00 第一次上課日期 2013年09月29日 (星期日)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

本學期社團除了每月一次的社團聚會之外，特別請曹毓玲老師下來開課，希望可以讓初級同學有新的感受，也讓中級同學有進一步的訓練。

2. 修此門課需具備什麼條件？

心態：對舞蹈有熱忱、想認識佛朗明哥，感受它的愛恨情仇的朋友，都可以來參與。

工具：佛朗明哥練習鞋(有鐵釘的)，佛朗明哥舞裙

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

熱身，肌肉訓練、音樂性訓練、佛朗明哥身形技巧訓練、腳法訓練、節奏訓練

同學可借由肌肉及肌耐力的訓練，拉長肌肉線條，做出各種佛朗明哥特有的身形線條，肌耐力到一定程度後，再進階到腳功的訓練

5. 備註&推薦書目

新社員滿12人開班，除繳社費100元外，一期12堂課，每堂課2小時，學費1650。

6堂課由曹老師上課，6堂課由鈺真老師複習。

招生人數 | 20 人 (若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 1 學分 0 元 (16 週課程/一次上課 2 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2013-09-29 晚上07:00~08:50	社團聚會	認識新社員、聚餐、社大規定講解
2	2013-10-06	佛拉明哥技巧及T	佛拉明哥基本技巧介紹，包括基本手部練習，身段，踏腳，4拍

	下午02:00~04:00	angos舞曲認識	節奏訓練，Garrotin介紹及分解舞曲段落形式
3	2013-10-13 下午02:00~04:00	上週課程複習	上週課程複習
4	2013-10-20 下午02:00~04:00	佛拉明哥技巧及Tangos舞曲基本動作練習，以及開	佛拉明哥之基本技巧，包括基本手部練習，身段，踏腳，轉圈及4拍節奏訓練，動作搭配音樂，並複習開場動作, 進入第一段舞曲動作教學。
5	2013-10-27 下午02:00~04:00	上週課程複習	上週課程複習
6	2013-10-26 晚上07:00~08:50	社團聚會	佛朗明哥音樂介紹，地點另行通知
7	2013-11-03 下午02:00~04:00	佛拉明哥技巧及Tangos舞曲練習，曲式段落及動作	基本練習，身段，踏腳，轉圈及4拍節奏訓練。複習第一段動作，並進入第二段舞曲動作教學。
8	2013-11-10 下午02:00~04:00	上週課程複習	上週課程複習
9	2013-11-17 下午02:00~04:00	佛拉明哥技巧及Tangos舞曲練習，搭配肢體展現情	佛拉明哥garrotin基本身段，踏腳，轉圈，節奏訓練以及表情練習。進入第三段動作教學。
10	2013-11-24 下午02:00~04:00	上週課程複習	上週課程複習
11	2013-11-23 晚上07:00~08:50	社團聚會	社員大會，地點另行通知
12	2013-12-01 下午02:00~04:00	佛拉明哥技巧及Tangos舞曲練習，曲式段落複習及	佛拉明哥Tangos基本身段，踏腳，轉圈，節奏訓練。複習第三段，並進入最後一段教學。
13	2013-12-08 下午02:00~04:00	上週課程複習	上週課程複習
14	2013-12-15 下午02:00~04:00	佛拉明哥技巧及Tangos舞曲練習，整曲動作複習，	Garrotin舞曲練習，表情和肢體訓練，及表演隊型編排
15	2013-12-22 下午02:00~04:00	上週課程複習	上週課程複習 成果展總彩排
16	2013-12-28 晚上07:00~09:50	同好會	成果發表、同好會，地點另行通知