課程名稱 摩久戀舞社團(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 1071-7093

授課老師 摩久團隊

最高學歷/ 學無止境，永不設限

相關學經歷/ 98/9-99/6/30　社長-吳美燕　副社長-龔美瑛、余瓊華　總務-丁淑嬌
副總務-王麗花　公關-陳玉蘭　文宣企劃-吳愛卿
99/7/1-100/6/30　社長-吳美燕　副社長-黃雅芬、王怡文
100/7/1-101/6/30 社長-吳美燕　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳愛卿
101/7/1-102/6/30 社長-吳美燕　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳愛卿
102/8融合風肚皮舞社團更名為摩久戀舞社
103/1/1-103/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
104/1/1-104/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
105/1/1-105/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
106/1/1-107/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
107/1/1-107/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
108/1/1-108/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
109/1/1-109/12/31 社長-吳愛卿　副社長-黃雅芬、王怡文　文宣-吳素音
【摩久團隊習舞歷程】
★2013~2018 蔡幸茹 老師(肚皮舞課程)
★2011~2018 樓中玉 老師(肚皮舞、爵士舞課程)
★2011　顧曉蘭短期舞蹈補習班
★2009~2011 台南市社區大學健康搖擺肚皮舞
【得獎紀錄】
★2014 第6屆台灣創意肚皮舞錦標賽 第1名 理事長特別獎
★2014 第8屆全國社區大學肚皮舞錦標賽 業餘團體組 優勝

現職/ 是讓你認識自己身體的地方

上課時間 每週五晚上05:50-06:50 第一次上課日期 2018年03月09日（星期五）

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

1. 摩久戀舞社是一個多元化的舞蹈社團，以肚皮舞為主，以各種類型舞風(如爵士、草群舞)為輔，致力發揚舞蹈文化，讓學員可體驗到各種不同的舞風。
2. 將舞蹈融合於生活中，分享各式美容彩妝與保健體態的相關常識，強調美姿美儀，可調整不良姿勢，讓社員能越來越健康又美麗。
3. 讓學員有表演的空間，培養台風，常安排各式對外表演，學員可自由參加，挑戰自我。

4.階段式的社團練習，先打好基本功，再循序漸進，讓社員舞技紮實進而能不停的往上提升。
5.讓學員探索身體的無限可能，釋放自我的魅力，勇於展現自我。

2.修此門課需具備什麼條件？

對舞蹈有興趣即可，不用任何基礎。

必須在本社團當年度有選課的學員

3.上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

社團練習：熱身、基本功練習、舞碼編排，期末安排表演，學員可自由參加，挑戰自我。

※【課程中老師可視學員的需要與學習進度，保有調整課程的權力】

5.備註&推薦書目

社團收費及上課時間、地點：請先洽詢社團幹部0956520336吳社長

招生人數| 15 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 0 學分 0 元（12 週課程/一次上課 1 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2018-03-09 晚上05:50～06:50	肢體訓練	認識自己的身體→練習肌肉群肌力
2	2018-03-16 晚上05:50～06:50	肢體訓練	認識自己的身體→柔軟度訓練
3	2018-03-23 晚上05:50～06:50	肢體訓練	爵士舞、肚皮舞－入門基本功練習
4	2018-03-30 晚上05:50～06:50	肢體訓練	爵士舞、肚皮舞－入門基本功練習
5	2018-04-06 晚上05:50～06:50	肢體、律動技巧 進階訓練	爵士舞、肚皮舞－舞碼動作分解(一)
6	2018-04-13 晚上05:50～06:50	肢體、律動技巧 進階訓練	爵士舞、肚皮舞－舞碼動作分解(二)
7	2018-04-20 晚上05:50～06:50	肢體、律動技巧 進階訓練	爵士舞、肚皮舞－舞碼動作分解(三)
8	2018-04-27 晚上05:50～06:50	肢體、律動技巧 進階訓練	爵士舞、肚皮舞－舞碼動作分解(四)
9	2018-05-04 晚上05:50～06:50	團隊默契	爵士舞、肚皮舞－成果展團練
10	2018-05-11 晚上05:50～06:50	團隊默契	爵士舞、肚皮舞－成果展團練

11	2018-05-18 晚上05:50～06:50	團隊默契	爵士舞、肚皮舞－成果展團練
12	2018-05-25 晚上05:50～06:50	團隊默契	爵士舞、肚皮舞－成果展團練