

國家教育研究院
114年度愛學網系列競賽活動---教師創意教案

作品名稱： Ballet Across Time: From History to Our Swan Lake

| | |
|---------------|---|
| 教案設計者 | 黃翊倫 |
| 單元名稱 | Ballet Across Time: From History to Our Swan Lake |
| 教學設計理念 | <p>《穿越時空的芭蕾舞：從歷史到我們的天鵝湖》是一個融合表演藝術、雙語學習與AI輔助的課程單元。從自身以芭蕾舞作為修身、修性、表演、創作20年來的經驗，轉化成適合青少年語彙的課程架構，讓大眾都能藉由遊戲式的體驗活動，了解芭蕾舞的脈絡、體驗芭蕾舞的精神、感受芭蕾舞的美學。</p> <p>課程從芭蕾舞的起源與發展談起，引導學生逐步進入基本動作的體驗、經典作品的欣賞，以及舞劇片段的創意改編。學生在課堂中不僅學會芭蕾舞的五大基本手腳位置與代表性舞步，也能理解芭蕾舞在不同時代的文化意義與藝術特色。特別在最後的創作環節，AI成為學生的助教與靈感來源，協助他們生成故事情境、舞台布景。透過這樣的設計，學生體驗到藝術創作、語言及科技學習中的多元應用。學生在舞動中體驗自律與美感，在合作中培養表達與創造力，並透過AI工具探索更廣闊的學習可能性，將芭蕾舞的精神延伸到日常生活的姿態與態度中。</p> <p>芭蕾舞是一門流傳數百年的藝術，至今依然以《天鵝湖》等經典舞碼感動世界。然而，它並非僅屬於過去，而是能隨時代轉化、持續創新。透過這門課程，新世代的孩子不僅學習經典，更獲得創作的舞台，為芭蕾舞注入新的靈魂。</p> <div style="text-align: center;"> <p>藝術美感 在舞動中 體驗芭蕾舞的精神與美學</p> <p>語言表達 融入雙語學習， 培養表達與理解能力</p> <p>科技應用 運用AI工具， 探索創意與學習新可能</p> <p>品格培養 體驗自律與堅持， 在合作中養成責任感</p> <p>創造力發展 透過改編與創作， 展現想像力與表演力</p> </div> |

| | |
|-------------|---|
| 領域/科目 | 藝術領域/表演藝術 |
| 實施年級 | 八年級 |
| 總節數 | 共5節 |
| 設計依據 | |
| 學習內容 | <p>表 E-IV-1 聲音、身體、情感、時間、空間、動力、即興、動作等戲劇或舞蹈元素。</p> <p>表 E-IV-2 肢體動作與語彙、角色建立與表演、各類型文本分析與創作。</p> <p>表 A-IV-2 在地及各族群、東西方、傳統與當代表演藝術之類型、代表作品與人物。</p> <p>表 P-IV-3 影片製作、媒體應用、電腦與行動裝置相關應用程式。</p> |
| 學習表現 | <p>表1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙表現想法，發展多元能力，並在劇場中呈現。</p> <p>表1-IV-2 能理解表演的形式、文本與表現技巧並創作發表。</p> <p>表2-IV-2 能體認各種表演藝術發展脈絡、文化內涵及代表人物</p> <p>表3-IV-3 能結合科技媒體傳達訊息，展現多元表演形式的作品。</p> |
| 核心素養 | <p>藝-J-B1 應用藝術符號，以表達觀點與風格。</p> <p>藝-J-B2 思辨科技資訊、媒體與藝術的關係，進行創作與鑑賞。</p> <p>藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感意識。</p> <p>藝-J-C2 透過藝術實踐，建立利他與合群的知能，培養團隊合作與溝通協調的能力。</p> |
| 教材來源 | 自編教材 |
| 教學設備/資源 | <ul style="list-style-type: none"> ● 自製簡報 ● 空白紙張 ● 芭蕾舞長紗裙、蓬蓬裙、宮廷服、現代服 ● 學習單 ● 平板 ● 投影/Mirroring ● 地板教室 ● 音響設備 |
| 學習目標 | <ul style="list-style-type: none"> ● 能說出芭蕾的發展起源及歷史發展脈絡 ● 能至少說出三項芭蕾的表演特色 ● 能做出五個芭蕾的基本手部及腳部姿勢 ● 能與同儕合作完成四小天鵝片段的改編演出 ● 能運用 AI 發想基礎動作 |

| 教學活動設計 | | |
|---|-----------------------|--|
| 教學活動方式及實施方式 | 時間 | 學習評量 |
| <p>第一節</p> <p style="text-align: center;">準備階段 Preparation stage</p> <p>一、問問題引發同學對芭蕾的思考</p> <p>(1) Have you ever watched Ballet before including live show and video ?</p> <p>(2) Do you like to watch Ballet ? Why ?</p> <p>(3) What's your impression in Ballet ?</p> <p>二、Ballet true or false</p> <p>(1) 七項關於芭蕾的描述，考驗同學對芭蕾的印象是事實或是刻板印象。</p> <p>①第一齣芭蕾舞劇其實來自台灣 (X)</p> <p>②台灣目前沒有全職芭蕾舞團 (O)</p> <p>③練芭蕾舞腿會變粗 (X)</p> <p>④芭蕾舞語是土耳其文 (X)</p> <p>⑤表藝老師曾經參與芭蕾舞團演出「天鵝湖」(O)</p> <p>⑥芭蕾一詞從英文barley而來，意指大麥 (X)</p> <p>⑦早期芭蕾舞是禁止女性參與演出的，所有女角都由男演員反串 (O)</p> <p>(2) Everybody stand up, if your answer is not correct, please sit down.</p> <p>(3) 最後留下(七題全對)的同學給予小獎品。</p> <p>(4) 教師說明：大部分的人都看過芭蕾、知道芭蕾，但其實我們存在著許多對芭蕾的刻板印象。這個單元的目的除了更深入了解芭蕾外，也要破除對芭蕾的迷思。剛剛的 true of false 的答案會慢慢在後面的課程講到，暫時不直接公布答案，請同學在課程中仔細學習及觀察。</p> <p style="text-align: center;">發展階段 Development stage</p> <p>一、芭蕾的起源</p> <p>(1) 芭蕾起源15-16世紀於義大利，但興盛於法國。</p> <p>(2) 義大利公主凱薩琳嫁給了法王亨利二世，芭蕾舞也一起帶到法國去，風靡了整個法國。</p> <p>(3) 詞源則是法語的「balletto」，ballo 意為「舞蹈」。</p> <p>(4) 原本義大利貴族的社交活動，表演時戴上面具。</p> | <p>12分</p> <p>25分</p> | <p>口語評量、問答評量</p> <p>觀察評量</p> <p>觀察評量</p> |

二、芭蕾的第一事蹟

- (1) 全世界第一所舞蹈學校-皇家芭蕾舞學院
- (2) 全世界第一齣芭蕾舞劇-皇后喜舞劇

三、教學芭蕾的敬禮方式，並說明以後在芭蕾單元時下課要用這種敬禮方式

- (1) 搭配口說 Goodbye teacher, See you next week.









總結階段 Summary stage

- 一、觀看影片：[芭蕾曾是男人的天下！而且要跳還要裹小腳？-《跳舞吧》EP3 | 臺灣吧Taiwan Bar](#)

二、複習今天所教

- (1) 芭蕾起源於義大利，興盛於法國。
- (2) 芭蕾一詞的是從法語翻譯過來，意思是舞蹈。
- (3) 芭蕾的第一所舞蹈學校及第一齣芭蕾舞劇。
- (4) 芭蕾有五種基本的手腳位置。

| | | | |
|---|----------------|-------------------------------|---|
| Ballet | is | a type of dance |  |
| | | from Italy |  |
| | | but became popular in France. |  |
| First | ballet de cour | is |  |
| | ballet school | |  |
| There are five basic positions in Ballet. | | |  |

三、Remind students to move tables and chairs next week

第一節結束 End of the first session

觀察評量

8分

口語評量

第二節

準備階段 Preparation stage

一、Review

- (1) Where is Ballet from?
- (2) What is first court ballet and ballet school?
- (3) How many positions does ballet have?

二、教師講解：芭蕾舞是一項很工整、很講究規矩的表演藝術，需要花好幾年全心全力投入訓練才能登台演出。

發展階段 Development stage

一、介紹芭蕾舞的發展史：以繪畫圖片介紹各時期芭蕾舞的特色與時代的關聯。

- (1) 宮廷芭蕾舞 Court Ballet
- (2) 浪漫芭蕾舞 Romantic ballet
- (3) 古典芭蕾舞 Classical ballet
- (4) 現代芭蕾舞 Contemporary ballet

二、教學芭蕾舞五個手部基本位置(basic five position in Ballet)

- (1) Everybody makes a big circle.
- (2) Follow the instructions and do it together.
 - ①pull up the body.
 - ②push down the shoulders.
 - ③squeeze in the stomach.
 - ④extend the arms.
 - ⑤keep the smile.
 - ⑥feel graceful and light

Ballet basic positions

| | | | | |
|--------|----------|----------|------------|---------------|
| First | position | needs to | pull up | the body |
| Second | | | push down | the shoulders |
| Third | | | squeeze in | the stomach |
| Fourth | | | extend | the arms |
| Fifth | | | keep | the smile |

4分

問答評量

37分

觀察評量、動作評量
(評量附件一：Check lists)



(3) 每個舞姿都用相同的句型提醒，後面讓同學可以自己說出句型提醒自己。

三、Position battle(芭蕾舞海帶拳)

- (1) 全班分兩列
- (2) 一個一個出列參賽PK(似海帶拳遊戲規則)
- (3) 兩人面對面，若做出一樣的動作就算非喊家輸
- (4) 贏的組別到台前接受掌聲，贏的組別也為對方的積極努力掌聲。

總結階段 Summary stage

- 一、總結活動的表現：雖然遊戲總是有輸有贏，但同學的參與度非常值得鼓勵，全班都加分。
- 二、請同學複習今天所教芭蕾舞的手腳姿勢，下禮拜一上課會測試大家是否清楚。
- 三、Class is over. We are going to finish the class with a ballet-style curtsey.

第二節結束 End of the second session

觀察評量、動作評量

4分

| | | |
|---|-----|------|
| <p>第三節</p> <p style="text-align: center;">準備階段 Preparation stage</p> <p>一、抽問同學上節課五項ballet position複習記憶。</p> <p>二、觀看影片：芭蕾舞的起源 (4'37)</p> <p>三、教師引導：從上週學習的 ballet position 中同學們是否好奇這些位置亙古不變，一直都是如此嗎。所以接下來要跟大家介紹芭蕾從最早期到現在發展的故事及脈絡。</p> | 6分 | 問答評量 |
| <p style="text-align: center;">發展階段 Development stage</p> <p>一、介紹芭蕾的發展史：請同學觀察照片人物加上教師講解了解各時期芭蕾的特色與時代的關聯。</p> <p>(1) 宮廷芭蕾 Ballet de cour</p> <p>(2) 浪漫芭蕾 Romantic ballet</p> <p>(3) 古典芭蕾 Classical ballet</p> <p>(4) 現代芭蕾 Contemporary ballet</p> <p>二、芭蕾動作教學</p> <p>(1) 教師引導：上週認識的 Ballet position 是芭蕾語彙的基礎，不過在芭蕾的世界裡，基礎是為了能作出流暢優美的動作，今天我們來試試以 position 作為基礎學習芭蕾的動作。</p> <p>(2) 引導學生在教室中，將芭蕾把桿擺成五行。</p> <p>(3) 安排學生在把桿前按照號碼排隊坐下，一支把桿站五人。</p> <p>(4) 動作教學(搭配附件一：芭蕾舞動作輔助字卡)</p> <p>① Demi Plie/Grand Plie</p> <p>② Releve</p> <p>③ Coupe</p> <p>④ A la second</p> <p>⑤ Passe Rond de jembe</p> <p>(5) 挑選優良同學示範</p> | 34分 | 動作評量 |
| <p style="text-align: center;">總結階段 Summary stage</p> <p>一、教師請同學分享做芭蕾動作的感想及哪一項動作最挑戰。</p> <p>二、教師總結：芭蕾是一項很艱難的表演藝術，需要花費大量時間練基本功，還要舉重若輕般地在使力的情況下表現出輕盈優雅的質地。</p> <p>三、Class is over. We are going to finish the class with a ballet-style curtsey.</p> <p style="text-align: center;">第三節結束 End of the third session</p> | 5分 | 同儕互評 |

第四節

準備階段 Preparation stage

一、Do you still remember those movements we did last week? (老師做動作請同學講出動作名稱)

二、觀看影片，引發同學對芭蕾舞劇的好奇

(1) <https://www.youtube.com/watch?v=I9rEmB4h6TE>
(Swan Lake - Full Length Ballet by American Ballet Theatre 31:15~35:00)

(2) 詢問同學從影片中猜猜看天鵝公主想跟王子訴說什麼。

6分

問答評量

發展階段 Development stage

一、介紹芭蕾舞劇《Swan Lake》

(1) 天鵝湖的故事大綱

(2) 天鵝湖的特色

①柴可夫斯基作曲

②通常女主角會飾演兩個角色

③著名的黑天鵝32鞭轉

④三大古典芭蕾舞劇之一

⑤後來曾被改編成著名的全男舞者版本

33分


問答評量

二、啞劇動作介紹：

(1) 搭配圖片教學《Swan Lake》第二幕的啞劇動作

動作評量



| | | |
|--|----|------------------------------|
| <p>(2) 播放影片 https://www.facebook.com/watch/?v=2035014093377749 (Swan Lake: A beginner's guide - Ballet Mime)。從影片中以啞劇方式了解天鵝公主在第二幕的一開始想跟王子表達什麼。</p> <p>三、學習芭蕾舞劇《Swan Lake》中 four small swans 片段</p> <p>(1) 觀看影片 https://www.youtube.com/watch?v=b9viv_A60Mk</p> <p>(2) 四人一組，分解教學動作</p>  <p style="text-align: center;">總結階段 Summary stage</p> <p>一、教師總結：相較戲劇，舞蹈是一項相對抽象的藝術。透過啞劇的手法，可以讓芭蕾舞劇的表達更清楚明瞭。</p> <p>二、Class is over. We are going to finish the class with a ballet-style curtsey.</p> <p style="text-align: center;">第四節結束 End of the fourth session</p> | 4分 | <p>問答評量</p> <p>合作評量、動作評量</p> |
| <p>第五節</p> <p style="text-align: center;">準備階段 Preparation stage</p> <p>一、觀看影片加深芭蕾舞脈絡的印象： https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=OEekFTj5PvU (芭蕾舞的起源 - Jennifer Tortorello 與 Adrienne Westwood)</p> <p>二、觀看四小天鵝排練影片，複習上週所學： https://www.youtube.com/watch?v=-5Yp-vToI2E (Swan Lake - Pas de Quatre (Dance of the Small Swans) rehearsal)</p> | 4分 | |

| | | |
|---|-----|---|
| <p style="text-align: center;">發展階段 Development stage</p> <p>一、「Our steps in swan lake」 presentation</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) Four people in a group. (2) Give one I-pad to each group. (3) Review the Four Little Swans from Swan Lake Act Two. (4) Copy the steps for 8x8 beats, then create your own steps for the next 8x8 beats. (運用AI輔助產生動作靈感) (5) Presentation for each group. (6) Teacher give feedback to each group. <p>(在創作活動中，教師引導學生運用 Google Gemini 進行動作發想。例如輸入『四隻小天鵝如果搬到現代校園，會有哪些舞蹈動作？』，由 AI 提供靈感或簡單的文字描述，學生再從中選擇、改編，並實際轉化為身體動作。AI 的角色是協助激發靈感，而非直接給出最終答案。)</p> <p>二、遵循教師講解完成學習單(附件二)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 發下學習單 2. 學習單左半部Instagram貼文請發揮創意，依據帳號名稱的主題完成繪畫及貼文內容。 3. 學習單右上角由老師帶領學生完成填空。 4. 學習單右下角open questions 由教師講解問題，讓同學依據自己的想法完成問題。 | 38分 | <p>表現評量、合作評量 評量附件二：Rating scales</p> <p>學習單評量</p> |
| <p style="text-align: center;">總結階段 Summary stage</p> <p>一、學習單未完成的部分當作回家作業，下週上課前請小老師收齊</p> <p>二、教師總結：芭蕾舞是一門擁有悠久歷史、挑戰人體極限、充滿獨特美學的表演藝術。經過五節課的學習，對於芭蕾舞想必有更全面的認識，同學可將學到的芭蕾舞儀態運用在日常生活中。</p> <p style="text-align: center;">第五節結束 End of the fifth session</p> | 4分 | |

評量工具

評量附件一：Check lists

| | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 觀察學生在表現芭蕾的五項基本位置時，是否達到下列要求。根據學生的表現在右方打勾： | 是 | 否 | 無法觀察 |
| 1.Pull up the body | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.Push down the shoulders | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.Squeeze in the stomach | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.Extend the arms | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.Keep the smile | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 總結 | | | |

評量附件二：Rating scales

| 活動二：Our steps in swan lake | | | | | |
|----------------------------|------|-----|----|----------------------------|----|
| 指標 | 項目 | 占分 | 子項 | 說明 | 得分 |
| A | 溝通合作 | 15分 | A1 | 能在小組討論時主動與夥伴達成共識 | 20 |
| | | | A2 | 能在小組討論時經老師協助後與夥伴達成共識 | 15 |
| | | | A3 | 在小組討論時即便老師協助也無法與夥伴達成共識 | 10 |
| B | 動作熟練 | 15分 | B1 | 上台表演時完全沒忘動作 | 20 |
| | | | B2 | 上台表演時忘了些許動作，但能馬上跟上 | 15 |
| | | | B3 | 上台表演時嚴重忘動作，頻頻偷看別人的動作 | 10 |
| C | 肢體流暢 | 15分 | C1 | 上台表演時能專注且流暢地舞動 | 20 |
| | | | C2 | 上台表演時未能流暢但專注於肢體動作 | 15 |
| | | | C3 | 上台表演時既沒有流暢的舞動又無法專注 | 10 |
| D | 演出禮儀 | 15分 | E1 | 上台表演結束後能自信地敬禮 | 20 |
| | | | E2 | 上台表演結束後經遲疑才敬禮 | 15 |
| | | | E3 | 上台表演結束後完全忘記敬禮 | 10 |
| E | 觀賞禮儀 | 15分 | F1 | 在演出進行中 90~100%的時間雙眼保持看著表演者 | 20 |
| | | | F2 | 在演出進行中 50%~90%的時間雙眼保持看著表演者 | 15 |
| | | | F3 | 在演出進行中僅能 50%以下的時間雙眼保持看著表演者 | 10 |

參考資料

- 愛學網影片
- 康軒版第三冊表演藝術課本
- 電影【芭蕾舞首步曲】／佳映娛樂
- 阿波羅的天使：芭蕾舞藝術五百年／Jennifer Homans 著
- [Curtsey by The Tiny Boppers](#)
- [芭蕾舞曾是男人的天下！而且要跳還要裹小腳？-《跳舞吧》EP3 | 臺灣吧 Taiwan Bar](#)
- [芭蕾舞的起源 - Jennifer Tortorello 與 Adrienne Westwood](#)

- [Swan Lake - Full Length Ballet by American Ballet Theatre](#)
- [Swan Lake: A beginner's guide - Ballet Mime](#)
- [Swan Lake: 4 Little Swans \[Bolshoi Ballet\]](#)
- [芭蕾舞的起源 - Jennifer Tortorello 與 Adrienne Westwood](#)
- [Swan Lake - Pas de Quatre \(Dance of the Small Swans\) rehearsal](#)

教學省思

本次單元在升學型的都市學校中實施，學生雖然學業壓力大，但對藝術課程並不排斥，反而展現出高度的參與與專注。特別是在雙語環境下進行教學時，學生明顯更專注於課堂過程，因為語言的轉換需要他們投入更多注意力來理解與回應。這種「語言加倍聚焦」的特質，反而成為藝術課程的一種助力，幫助學生在學習舞蹈與文化知識時，更加專心投入。

然而，由於學生英語程度參差不齊，我在課堂中適時安排了同儕協助，讓英文基礎較好的學生成為小組內的橋樑，協助其他同學理解教師的指令或翻譯簡單的詞彙。這樣的設計避免了英文能力較弱的學生感到孤立或無助，也在無形中促進了同儕合作與互助的氛圍。觀察下來，學生願意彼此協助，也讓課堂中的英文使用變得更自然，沒有「強迫感」。

回顧課程設計，最大的挑戰在於動作的安排，特別是《小天鵝》片段。雖然原本的構想是希望學生能體驗經典舞段，再進一步創作屬於自己的改編，但實際上學生花費了過多時間在動作學習與熟練上，導致創作的時間被壓縮。如果再有一次機會，我會嘗試將動作進一步簡化，甚至拆解成「元素動作」供學生自由組合，讓創作的比例更高。如此一來，學生可以在有限時間內更快進入創意階段，體驗「改編」與「表達」的樂趣，而不是被動作難度所困住。

此外，在課程實施過程中，我臨時產生了將 AI 融入創作環節的想法，例如引導學生運用 AI 來激發動作靈感或提供文字描述，作為舞蹈改編的素材。然而，因課程時間有限，這個構想未能即時落實，只能留待未來再進一步嘗試。這也提醒我，AI 可以作為一種延伸資源，在課堂中扮演輔助角色，但學生的核心學習歷程仍應以身體實踐、同儕討論與合作為主。

整體而言，本單元不僅讓學生獲得了芭蕾舞的知識與體驗，也在語言、合作與創意上有所成長。學生在學習過程中展現出對藝術的專注與熱情，透過雙語的情境更能提升參與度，也讓課堂氛圍更加活潑。未來我會持續在「動作難度與創意比例」之間尋找更好的平衡，避免學生花過多時間在技術性操作而減少創作的機會。同時，也希望能讓不同能力層次的學生都能在課程中找到成就感，並勇於嘗試表達自己。另一個值得思考的方向，是在課堂中更靈活地善用 AI 工具，讓它成為激發靈感與提供語言支援的助力，而非限制創意的框架。如此一來，藝術課程不僅能符合學生的需求，更能引導他們透過跨域方式學習，將美感、語言與科技結合，進而激發持續探索與學習的熱情。

附件一：芭蕾舞動作輔助字卡

Relevé

[上升]

Demi- Plié

[一半彎曲]

Grand Plié

[大、深的彎曲]

Port De Bras

[手臂運行]

Coupé

[切割]

Passé

[經過]

How to do ballet positions better?

pull up 提高

push down 下壓

squeeze in 往內壓

extend 延伸

keep 保持

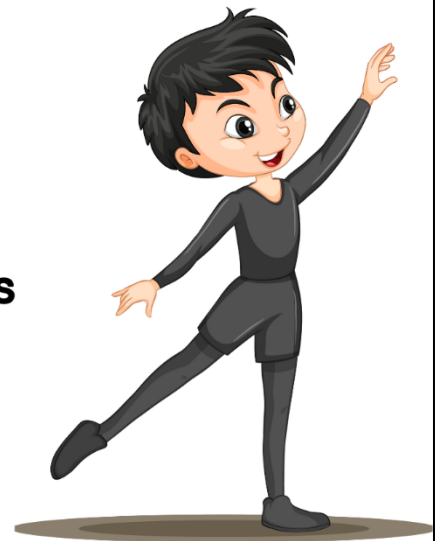
the body

the shoulders

the stomach

the arms

the smile



附件二：學習單

Class : _____ No : _____ Name : _____

Lesson 10 , Ballet

Complete the instagram post according to the name of account
(both drawing and text are required)

Ballet de cour ...
 Romantic ballet ...
 Classical ballet ...
 Ballet position ...
 When I was dancing ballet ...
 When I watch others dance ballet

Introduction

Ballet is a type of performance dance that originated during the Italian Renaissance _____ in the fifteenth century and later developed into a concert dance _____ form in France _____ and Russia _____.



Question

The most impressive thing happened in the ballet lesson. Why ?



Who do you think is the most elegant person in this class ? Why ?

What qualities do ballet dancers need ?



Anything you want to say...



附件三：課程照片

