



		<p>→6. Fall — 跌落的動力組合練習          跌落動力：透過地心引力讓身體或其他部位自然下墜，訓練對重力的反應與身體放鬆。</p> <p>→7. Recover &amp; Rebound — 復甦與反彈的動力組合練習。          反彈、復甦與擺盪：藉由自然呼吸的節奏，讓肢體展現不同質感的動作連結。</p> <p>(二) 流動組合練習：利用不同的節奏快慢與方向變換，提升學生的肢體協調性與力量控制。</p> <p>→1. 方位變化組合練習。          →2. 空間變化組合練習。          →3. 跳躍組合。</p> <p><b>三、統整活動</b></p> <p>(一) 自編小品練習：教師評量表演能力的訓練。          (二) 小組相互欣賞與師生回饋。          (三) 自評語互評</p>	<p>10</p> <p>10</p>
<b>學習評量</b>		<p>實作表現、課堂觀察</p>	

備註：本表格參自國家教育研究院110年度愛學網「教師創新教學徵集教案設計」