

臺南歸仁區 歸南國小



歸南國小舞龍隊、跳鼓陣，已在各種廣場南北奔馳十幾年了，更曾在 94 年首次將狂野的陣頭搬上精緻的舞臺，於歸仁文化中心演藝廳表演，獲得一致好評；也曾在 96 年全國中等運動會上做開幕表演，更曾獲 Discovery「瘋臺灣」節目介紹，在 99 年全國民俗體育競賽中，更以舞龍傳統龍 4 隊競技龍 4 隊，跳鼓隊單隊，多隊各 1 隊，總參加人數達 130 人的陣仗參賽，並獲得跳鼓多隊及傳統龍雙龍雙料特優冠軍，其餘的隊伍也獲優等的殊榮。歸南國小有一群可愛、有活力並且無私奉獻的『民俗團隊教練團』，我們並不是民俗藝陣的專家，我們只是十足的玩家，希望在遊戲中讓孩子喜歡臺灣特有的鄉土文化。

一、教案主題

教學主題	龍與舞龍專題報告	學習階段	國民小/中學/高中 第 階段	國民小學
教學對象	歸南國小 六年一班	融入領域 (或科目)	體育/綜合/ 資訊	教學時間 1 節 40 分鐘
教學設計者及演示者	林莊富			
課程目標 (核心素養)	<p>綜 3-3-4-6 認識不同的文化，並分享自己對多元文化的體 驗。</p> <p>資 2-4-4 瞭解多媒體電腦相關設備，以及圖形、影像、 文字、動畫、語音的整合應用。</p> <p>健 4-1-5-1 透過童玩、民俗活動等身體活動，瞭解本土文化。</p> <p>健 4-2-5-9 透過各種運動瞭解本土與世界文化。</p>			
學習指標 (學習重點)	<ol style="list-style-type: none"> 1.學生能自行蒐集資料，完成 PPT 投影片。 2.學生能針對自己準備的投影片，完成教學過程。 3.學生能針對課程，準備教材或教具。 4.學生能克服上臺的緊張，完成教學。 			

二、教學過程

活動一：

介紹龍與舞龍

- (一)介紹東方龍
- (二)介紹西方龍
- (三)入舞龍的由來
- (四)南龍(傳統龍)及北龍(競技龍)的特性及差異。

活動二：

(一)完整呈現一場舞龍表演過程。

(二)舞龍動作示範及解說

1.基本動作打八字示範及解說

- (1)基本打八字
- (2)高跪姿打八字
- (3)直躺打八字

2.疊羅漢動作示範解說

- (1)疊羅漢蜈蚣
- (2)疊羅漢無尾熊
- (3)疊羅漢三金
- (4)疊羅漢低棺

活動三：

老師講評

- (一)臺風方面注意事項。
- (二)教學的講解步驟要確實，要有分解動作，讓學習的同學看清楚。

教學活動範例表格

學習內容	教學活動一	教材教具	評量	教學時間
1-1	<p>壹、準備活動</p> <p>一、課前準備：</p> <p>1. 教師準備：單槍、PC</p> <p>2. 學生準備：投影片、海報、教學用的道具</p> <p>二、引起動機：</p> <p>大家練舞龍已經一年多，很多人都很熟悉，但是不知道會不會教人，教人跟被教有甚麼不一樣，今天我們來體驗看看。</p>	簡報檔 影音檔	分享發表 口頭問答 實作練習	5
3-1	<p>貳、發展活動</p> <p>一、活動一：『龍與舞龍』專題報告</p>			15
2-1	<p>(一)給學生 15 分鐘報告龍與舞龍。</p> <p>(二)教師針對學生報告補充或建議。</p>			15
3-2	<p>二、活動二：舞龍教學</p> <p>(一)給學生 15 分鐘實施基本舞龍教學。</p> <p>(二)教師針對學生報告補充或建議。</p>			15
	<p>參、綜合活動(評量活動)</p> <p>練舞龍卻沒有上臺的同學，表演難度比較高的動作。</p>			5



第一組同學講解舞龍的由來



舞龍疊羅漢動作-無尾熊



舞龍疊羅漢動作-蜈蚣



舞龍疊羅漢動作-高棺



舞龍疊羅漢動作-名稱未定

老師講解

三、學生反應

學生代號	學習前對藝陣文化的認識 (先備知識)	學習後對藝陣文化的認識
1	無法完成打八字動作	無法完成打八字動作
2	不知道本校練南龍還是北龍	知道本校練南龍還是北龍
3	無法完成疊羅漢動作	可在協助下完成疊羅漢動作

四、教案檢討

檢討內容 1:

學生可很流利的示範與表演，但是沒把教學步驟呈現得很清楚，未來若有相關課程，要提醒學省示範動作要分解確實。

檢討內容 2:

部分學生較緊張，無法清楚表達自己的想法。

教材教案圖片影音:



歸南國小教材教案成果發表影片連結:

<https://www.youtube.com/watch?v=pkBovlKsrzE&t=2119s>

龍的介紹



監製製作	編劇監製	編劇製作	美術製作
謝好瀟	楊欣	謝亦欣	楊欣
謝亦欣	盧惠心	陳郁亞	陳郁亞

影片欣賞 舞龍傳說



東方龍的傳說

傳說中國的人類始祖伏羲、女媧，皆龍身人首。相傳炎帝為其母感應「神龍首」而生，死後化為赤龍。因而中國人自稱為「龍的傳人」。東亞的龍是神聖祥瑞的象徵。



東方龍的形象

龍的形象歷來有不同說法，而根據《說文解字》記載，說龍的樣子似披鱗的長蟲，可明可暗，可大可小，亦可長可短，除說明了是條狀披鱗外，其他特徵都是不一定的。



西方龍的傳說

龍的形象出現在《聖經》中。龍的形象是邪惡的，是撒旦的化身。這種形象也貫穿在各種基督教教義以及衍生的文藝作品及文化中。早期的聖徒傳中不乏聖人與龍搏鬥的事跡。



西方龍的形象

龍擁有強壯的身軀，又長又粗的頸，有角或褶邊的頭，尖銳的牙齒，和一條長長的尾巴。牠用四隻強而有力的腳步行，用一對像蝙蝠翼的巨翼飛行。牠的眼睛有四層眼瞼，其中內三層是透明的，可保護眼睛免受傷害，耳朵可以開合，但不是所有龍都有外耳，牙齒尖而利，通常會向內彎。



舞龍的由來

舞龍起源於中國的傳統舞蹈。舞龍和舞獅，是古時在一年中的大型節慶裏面節目之一。隨著華人移民到世界各地，現在的舞龍文化，已經遍及各個華人集中的地區，成為中華文化的一個標誌。



南龍和北龍

南龍(傳統龍)的龍身比較重，龍頭在整條龍最重的部份。南龍的風格在有氣勢。因為它的重量關係，所以動作上說，沒有像北龍般注重花巧，而在注重體力上。



南龍和北龍

以龍身來說，北龍(競技龍)龍頭比較細小和輕巧，用料可以在傳統的紙紮，或者比較新穎的用輕身的膠質，以便作出多花款的動作，有別於南龍，北龍的動作範圍細多。



有獎徵答

1. 哪種龍比較注重體力?
A: 南龍{傳統龍}
2. 西方龍和東方龍分別代表什麼意思?
A: 西方龍: 邪惡 東方龍: 吉祥
3. 西方龍是什麼的化身?
A: 撒旦



有獎徵答

4. 中國人自稱什麼?
A: 龍的傳人
5. 北龍的龍頭比較.....?
A: 細小和輕巧
6. 舞龍起源於?
A: 中國傳統舞蹈



謝謝聆聽



小朋友分享 PTT。

舞龍介紹



舞龍影片欣賞!

▶ https://youtu.be/hBS6_b6A8iw



舞龍基本招式-打八字

龍體在人體左右兩側交替8字型環繞的舞龍動作可快可慢·可原地·可行進作·也可利用人體組成多種姿態·多種方法8字形狀將舞動



舞龍疊羅漢-蜈蚣

▶ 每個人先蹲下,後橫躺,行成跟蜈蚣一樣的姿態,躺下後打八字,重要的是,人的形狀改變,龍的形狀不變!!!



舞龍疊羅漢-無尾熊

▶ 三人為一組,第一人和第三人用吃奶的力氣將第二人給夾住,完成後就會像無尾熊抱住樹的樣貌!!!

