

臺北市士林區福林國小 113 學年度 第二學期 課後社團活動課程計畫					
社團名稱		扯鈴進階班		開課時段 每週三 13:00-14:30 (A段)	
指導老師		謝孟迪			
活動地點		學務處廣場前			
課程簡介		扯鈴是一項傳統民俗技藝，許多人總覺得，扯鈴還是那會嗡嗡作響的玩具，但其實現在的扯鈴，已經是一項熱門的表演藝術，就讓我們一起來學習許多很酷炫的表演招式吧！			
上課材料		☒ 不須購買材料。 ☐ 須購買材料，如下表所列：			
		品名	用途說明	規格／型號	參考售價
		【學務處審核結果】 ☒ 通過 ☐ 不通過			
學期週次	上課節次	上課日期	活動（課程）內容	備註（所需材料）	
三	1	2025/2/19	繞腳變化動作	扯鈴、水壺	
四	2	2025/2/26	雙鈴變化動作	扯鈴、水壺	
五	3	2025/3/5	直立鈴變化動作	扯鈴、水壺	
六	4	2025/3/12	繞腰、放棍變化動作	扯鈴、水壺	
七	5	2025/3/19	一道彩虹、圓形移位	扯鈴、水壺	
八	6	2025/3/26	遊龍戲鳳、八人互拋	扯鈴、水壺	
九	7	2025/4/2	一線傳鈴、一線傳鈴(進階)	扯鈴、水壺	
十	8	2025/4/9	漸層拋鈴	扯鈴、水壺	
十一	9	2025/4/16	個人動作編排	扯鈴、水壺	
十二	10	2025/4/23	雙人動作編排	扯鈴、水壺	
十三	11	2025/4/30	團體動作編排	扯鈴、水壺	
十四	12	2025/5/7	團體動作編排	扯鈴、水壺	
十五	13	2025/5/14	團體動作編排	扯鈴、水壺	
十六	14	2025/5/21	基礎放鈴	扯鈴、水壺	
十七	15	2025/5/28	長繩2顆放鈴	扯鈴、水壺	
十八	16	2025/6/4	長繩甩大拋	扯鈴、水壺	
十九	17	2025/6/11	元旦放假	扯鈴、水壺	
二十	18	2025/6/18	期末展演	扯鈴、水壺	
註1：活動課程內容可依老師授課實際情形略做調整。					

註2：期末須繳交社團上課紀錄照片至少10張(影片亦可)，參與才藝發表會或期末成果發表者免繳交。

註3：如因課程需要須另收材料費，請務必於課程表中載明用途、規格及價格，待學務處審核通過後，方得進行購買意願調查統計、採購及收費事宜。