

雲林縣龍潭國民小學
105-106 年教育部推動教育優先區計畫
補助學校發展特色實施計畫

壹、實施依據

(一)教育部 105 年度推動教育優先區計畫。

(二)雲林縣辦理「教育部 105 年度推動教育優先區計畫」補助經費執行原則說明。

貳、實施目標

- 一、闡示民俗活動，發揚民族精神。
- 二、養成正當嗜好，善用休閒時間。
- 三、學習自治知能，培養團隊精神。
- 四、提供社交機會，增進社會適應。
- 五、探索性向興趣，促進自我瞭解。
- 六、適應個別差異，發展個人潛能。
- 七、統整各科學習，充實生活內容。

參、實施對象:參加飛龍隊以三年級以上學生為原則(經家長同意後實施)

肆、實施方式

- 一、利用每週三下午實施三節教學及暑假一週
- 二、參加飛龍組以三年級以上學生為原則(經家長同意後實施)
- 三、以不增加教師教學負擔為原則

伍、實施內容

一、舞龍道具

包括龍珠、龍頭、龍身(包括骨架及龍衣)、龍尾及龍旗、鑼、鼓、鈸等。

二、龍的規格

不含龍頭、龍尾，十二節以下者為小龍，十五節以上至二十九節者為中龍，三十節以上為大龍；國中學生可舞中龍。

三、舞龍動作

基本的有出場、行禮、中間穿過、穿尾、戲水、睡覺、直行通過、蟠龍、騰雲等、花式動作有神龍下凡、祥龍獻瑞、金龍翻騰、金龍翻身、金龍纏身、神龍擺尾、迴龍搶珠、遊龍戲珠、神龍戲水、雙躍龍門、龍體八方、龍門大極。

四、舞龍的配樂

樂器：鼓為主要樂器，鑼、鈸為輔助樂器。

五、動作簡要說明：

1. 神龍下凡：在龍珠的帶領下，各節依序做出翻滾狀。
2. 祥龍獻瑞：簡稱行禮。其動作用意和舞獅表演前的『請拳』類似。
3. 神龍戲水：各節在舜間將龍身做出高低水平位置的變化，使整條龍有如在雲霧中飛舞的樣子。
4. 神龍發威：在半圓形的隊形中，各節邊跑邊跳過其它節數，展現出高低分明明層次來。(需有很好的默契，否則易摔倒)
5. 3.6.9 節穿龍第一次：在龍珠的帶領下，各節由第 3.6.9 節穿出，並在 3.6.9 各節形成一個結。
6. 3.6.9 節穿龍第二次：由反方向前進，順利將之前所形成的結解開。
7. 跨尾：各節依次由最後兩節跨過。
8. 穿尾：在行進間，各節依次由最後兩節穿出。
9. 蟠龍：將龍蟠起，表現出低中高三個層次。龍頭最高，各節再依次降低高度。
10. 神龍過江：將龍身拉直，依次放下並依次做側翻的動作，最後由龍尾跨出。
11. 穿跳混合：前面各節由 4.5 節跨出；在這同時尾巴各節由 7.8 節穿出。
12. 金龍翻身：左右各翻一次，再由 6.7 節跨出。
13. 神龍升天：在做完行禮後，以 S 形路線退場。

* 龍珠是整個舞龍的靈魂人物，要很聰明小朋友才可勝任。

* 這是 11 節小龍，但龍頭的重量約是小朋友所坐的椅子三張的重量；龍尾大約是兩張椅子的重量。因此拿頭尾的人需高大且有耐力才可勝任。

*舞龍是很耗體力的活動，所以各節需常換人。

六、舞龍的個人基本動作

1、龍珠舞法：

執龍珠者，為全龍隊之指揮，整個龍隊表演過程是否生動、順暢全靠龍珠的引導，通常執珠者，皆以哨音來輔助指揮龍隊動作。

2、龍頭舞法：

執龍頭者身材必須高大魁武有力，舞動時龍頭動作隨著龍珠移動，龍嘴距離龍珠約一公尺左右，似吞吐之勢，舞動時緊跟隨龍珠，注意配合跳動，方能展現生氣有力，並保持龍頭不停的擺動展現威武環視之態，龍頭的舞法因龍頭的重量而不同，通常小龍可以左右前後大弧度的擺動，而左右放下時，應以嘴向下，再向上抬起，才能顯示出追珠之勢。舞龍頭至少備二位以上替補手，替補時必須在龍頭高舉時交接，另外在穿龍時，因龍頭體積較大，應注意勿勾到龍身或舞龍者。

3、龍身舞法：

龍身舞者，必須隨時與前後保持一定距離，眼觀四方緊跟前者，走定位，空中換手時盡量將龍身抬高，甚至可跳起，舞低時，盡量放低，但千萬別將龍身觸地，在高低左右舞動中，龍翻騰之勢即展現其中，還有必須隨時保持龍身蠕動，造成生龍活虎之式，在跳與穿的動作中，應特別注意，柄的握法，柄下端不可多出，以免刺傷別人。

4、龍尾舞法：

執龍尾者，身材亦須高大有力，除去因龍尾較龍身為重外，主要的是因為龍尾時常有翻身的動作，高大者舞時翻尾較容易且生動，否則除了容易將龍尾打到地面，造成器材損壞，而且會讓人感到呆板，龍尾的靈巧和不拖泥帶水，可是非有熟練的技巧不可，又龍尾亦時時成為帶頭者，因為有些動作必須龍尾引首，明確精練的頭腦亦為必備的條件，龍尾亦是整條龍舞動弧度大小的控制者，又執龍尾在穿和跳的動作裡，更應注意尾部，被碰撞或碰撞別人，最重要隨時保持龍尾的擺動。

5、龍旗舞法：

通常每一支舞龍隊皆有一對或多面龍旗，在遊行或遊街時，

除做隊伍引導和清場外，亦可在舞龍表演前先舞旗或擺旗陣作為序幕，耍旗者必須身材高大且有力，因為一支丈餘長的大旗揮舞起來相當吃力，舞動時旗不觸地為原則，為了使舞龍表演增添聲色，亦可在蟠龍時作眾旗環繞動作，旗海中的蛟龍更具特色。

七、舞龍的基本舞法

1、跳的動作：

跳的解說就是執龍頭龍尾和龍身的人從龍身各節上跳過去的動作，雖然動作看起來簡單，但跳和被跳要配合的順利，那就得講究時間與空間的配合了否則會自亂陣腳，跳的時候首先必須注意配合的腳步，因為龍手在跳的時候是高舉著龍身，而又受前後兩名龍手的牽制，不是那麼容易舉高或放低的，所以倘若跳起來不夠高，很容易被絆倒，為了避免這種情形發生，前後龍手都要密切配合，這樣才能順利一一跳過，熟能生巧，只要常練習培養默契，就能把跳的動作練的順利又美觀。接著介紹三種跳法（九節龍單龍舞法）。

單跳：由龍珠帶領先把龍圍成一圓形，龍隊聞龍珠哨音由第八、九兩名龍手開始動作將龍節向外擺平放下第八節先跳過去，龍珠就帶領龍頭由這兒一一跳過去，待一至七名龍手全部跳過後，八、九兩節再將龍身抬起，隊伍迅速回 S 形戲水的動作。

雙跳：由龍珠帶領先把龍圍成一圓形，龍隊聞龍珠哨音由第五、六兩名龍手開始動作將龍節向外擺平放下第五、六節先跳過去，龍珠就帶領龍頭由這兒一一跳過去，龍尾與第二節同時跳過，第三與第八節同時跳過，第四與第七節同時跳過，待龍手全部跳過後，五、六兩節再將龍身抬起，隊伍迅速回 S 形戲水的動作。

全跳：由龍珠帶領先把龍圍成一圓形，龍隊聞龍珠哨音由第二節以後將龍節向外擺平放下，龍珠就帶領龍頭由這兒一一跳過去，待全部跳各節過後，隊伍迅速回 S 形戲水的動作。

2. 穿的動作：

穿的動作，可說和跳相反，簡單的說就是指龍頭、龍尾龍身，從龍身

下（兩節間）穿過，龍頭龍尾因為體積較大，穿過時必須注意避免碰撞龍手或勾著龍身，龍頭龍尾皆可帶頭穿過龍身，其他各節龍手魚串通過時必須保持龍身的挺直。以下介紹幾種穿法。

單穿：可分穿頭或穿尾，尾穿頭是由龍珠帶領先把龍圍成一圓形，龍隊聞龍珠哨音作穿頭動作由一、二名龍手面對面站定，兩人高舉龍身，龍珠帶領龍尾穿過一、二節搭起之門，後依序8、7、6、5、4、3一一穿過，穿過後這兩名龍手就把木柄先壓低再抬高，然後旋轉180度完成尾穿頭。頭穿尾是由龍珠帶領先把龍圍成一圓形，龍隊聞龍珠哨音作穿尾動作由八、九名龍手面對面站定，兩人高舉龍身，龍珠帶領龍頭穿過八、九節搭起之門，後依序2、3、4、5、6、7一一穿過，穿過後這兩名龍手就把木柄先壓低再抬高，然後旋轉一八〇度完成頭穿尾。

雙穿：先將隊伍拉成U型，再由龍頭龍尾同時從五、六兩節中間穿過去，穿過去後龍頭龍尾往左右兩邊跑，隊伍迅速回S形戲水的動作。

三五七穿：其特色是間隔穿，也就是依三四節間，五六節間，七八節間的順序各穿一次，完成一連穿的動作，這種間隔穿的動作重點在於迅速準確，但是通常在練習時動作放慢，如果貪快卻穿不準，穿錯了位置可就零亂不堪了。

二、課程進度表

※105年

日期	時間	課程內容	備註
03/23	14:00-17:00	龍的造形及規格、舞龍道具。舞龍動作簡要說明：齊眉棍操作。舞龍的配樂。	3hr
04/13	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：跳的動作	3hr
04/20	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：穿的動作	3hr
04/27	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：1. 神龍下凡。舞龍的配樂。	3hr
05/04	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：2. 祥龍獻瑞。舞龍的配樂。	3hr
05/11	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：3. 神龍戲水。舞龍的配樂。	3hr
05/18	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：4. 神龍發威。舞龍的配樂。	3hr
05/25	14:00-17:00	舞龍動作串連：1~4動作組合。舞龍的配樂。	3hr
06/01	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：5. 3.6.9節穿龍第一次。舞龍的配樂。	3hr

06/08	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：6. 3.6.9節穿龍第二次。舞龍的配樂。	3hr
07/04	8:00-12:00	動作簡要說明：7. 跨尾。舞龍的配樂。	4hr
07/05	8:00-12:00	動作簡要說明：8. 穿尾。舞龍的配樂。	4hr
07/06	8:00-12:00	舞龍動作串連：1~8動作組合。舞龍的配樂。	4hr
07/07	8:00-12:00	動作簡要說明：9. 蟠龍。舞龍的配樂。	4hr
07/08	8:00-12:00	動作簡要說明：10. 神龍過江。舞龍的配樂。	4hr
09/21	14:00-17:00	動作簡要說明：11. 穿跳混合。舞龍的配樂。	3hr
09/28	14:00-17:00	動作簡要說明：12. 金龍翻身。舞龍的配樂。	3hr
10/05	14:00-17:00	動作簡要說明：13. 神龍升天。舞龍的配樂。	3hr
10/19	14:00-17:00	舞龍動作串連：1~13動作組合。舞龍的配樂。	3hr
10/26	14:00-17:00	舞龍的個人基本動作--龍珠舞法	3hr
11/02	14:00-17:00	舞龍的個人基本動作--龍頭舞法	3hr
11/09	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：單跳、雙跳、全跳的動作	3hr
11/16	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：單穿、雙穿、三五七穿的動作	3hr
11/23	14:00-17:00	綜合表演成果驗收，舞龍的配樂	3hr
12/07	14:00-17:00	綜合表演成果驗收，舞龍的配樂	3hr

※106年

日期	時間	課程內容	備註
03/15	14:00-17:00	龍的造形及規格、舞龍道具。舞龍動作簡要說明：齊眉棍操作。舞龍的配樂。	3hr
03/22	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：跳的動作	3hr
03/29	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：穿的動作	3hr
04/12	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：1. 神龍下凡。舞龍的配樂。	3hr
04/19	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：2. 祥龍獻瑞。舞龍的配樂。	3hr
04/26	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：3. 神龍戲水。舞龍的配樂。	3hr
05/03	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：4. 神龍發威。舞龍的配樂。	3hr
05/10	14:00-17:00	舞龍動作串連：1~4動作組合。舞龍的配樂。	3hr
05/17	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：5. 3.6.9節穿龍第一次。舞龍的配樂。	3hr
06/07	14:00-17:00	舞龍動作簡要說明：6. 3.6.9節穿龍第二次。舞龍的配樂。	3hr
07/10	8:00-12:00	動作簡要說明：7. 跨尾。舞龍的配樂。	4hr
07/11	8:00-12:00	動作簡要說明：8. 穿尾。舞龍的配樂。	4hr
07/12	8:00-12:00	舞龍動作串連：1~8動作組合。舞龍的配樂。	4hr
07/13	8:00-12:00	動作簡要說明：9. 蟠龍。舞龍的配樂。	4hr
07/14	8:00-12:00	動作簡要說明：10. 神龍過江。舞龍的配樂。	4hr
09/20	14:00-17:00	動作簡要說明：11. 穿跳混合。舞龍的配樂。	3hr
09/27	14:00-17:00	動作簡要說明：12. 金龍翻身。舞龍的配樂。	3hr
10/04	14:00-17:00	動作簡要說明：13. 神龍升天。舞龍的配樂。	3hr

10/18	14:00-17:00	舞龍動作串連：1-13 動作組合。舞龍的配樂。	3hr
10/25	14:00-17:00	舞龍的個人基本動作--龍珠舞法	3hr
11/01	14:00-17:00	舞龍的個人基本動作--龍頭舞法	3hr
11/08	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：單跳、雙跳、全跳的動作	3hr
11/15	14:00-17:00	舞龍的基本舞法：單穿、雙穿、三五七穿的動作	3hr
11/22	14:00-17:00	綜合表演成果驗收，舞龍的配樂	3hr
12/06	14:00-17:00	綜合表演成果驗收，舞龍的配樂	3hr

陸、實施日期：

一、105 年度：3 月 23 日~12 月 7 日

二、106 年度：3 月 15 日~12 月 6 日

柒、實施時間：利用每週三下午實施三節教學及暑假一週

捌、實施地點：本校風雨走廊

玖、成效評估

提供本校學生多元學習的機會，提高學生學習興趣，開發學生潛能，滿足成就感。

拾、經費明細表

105 年經費明細表

105 年推動教育優先區計畫-補助學校發展特色 經費概算表					
項目	單位	單價	數量	金額	說明
外聘舞龍 講師費	小時	400	80	32,000	學期中:每週3小時(每週三14:00-17:00),預計實施20週,共60小時 暑假:每天4小時(週一8:00-12:00),預計實施5天,共20小時 學期中與暑假合計80小時
機關補充保費	式	640	640	640	鐘點費 2%, 32000*2%=640

雜支	式	3608	1	3608	5%以內
飛龍龍珠、龍頭、龍尾維護整修費	式	4000	3	12,000	龍珠、龍頭、龍尾維護整修材料費
桶鼓	個	9000	1	9000	舞龍必備道具
桶鼓架	座	6500	1	6500	舞龍必備道具
經費合計	63,748				

106 年經費明細表

106 年推動教育優先區計畫-補助學校發展特色 經費概算表					
項目	單位	單價	數量	金額	說明
外聘舞龍講師費	小時	400	80	32,000	學期中:每週3小時(每週三14:00-17:00),預計實施20週,共60小時 暑假:每天4小時(週一8:00-12:00),預計實施5天,共20小時 學期中與暑假合計80小時
機關補充保費	式	640	640	640	鐘點費 2%, 32000*2%=640
雜支	式	1958	1	1958	5%以內
小龍鳳	隻	15000	2	30,000	舞龍必備道具
經費合計	64,598				

承辦人

會計主任

校長