

爵士舞及街舞



香港特別行政區政府 教育局

課程發展處 體育組

二零一三年修訂

本分冊是《舞蹈教材套》系列其中一冊，內容如下：

3.1 基本知識	2
3.1.1 爵士舞	2
3.1.2 街舞	3
3.1.3 爵士舞的常用語	4
3.2 學習內容	6
3.2.1 舞步解說：爵士舞	6
3.2.2 舞步解說：街舞	11
3.3 教學示例	14
3.3.1 示例一：手腳的配合	14
3.3.2 示例二：踢腿	15
3.4 評估	16
參考資料及網址	17
鳴謝	20

爵士舞及街舞



3.1 基本知識

3.1.1 爵士舞

歷史

在二十世紀中期（五十年代），由黑人社交舞配上爵士樂便稱為爵士舞（Jazz）。在1917年，班頓·歐爾斯崔寫了一首曲，名為 The Jazz Dance，就此成為爵士舞的永久代名詞，而且首次以舞曲形式出現，舞蹈動作有臂部扭動、肩部抖動、身體其他部分的獨立移動等特色的爵士舞（Jazz Dance）。由於爵士舞越來越受歡迎，爵士舞課程亦漸漸出現。歐美一些國家開始訂立對動作的要求，並加上 Classical 的稱號，將爵士舞有系統地編寫成課程。最初只有英國提供爵士舞課程，後來澳洲亦有提供相關的課程。

起源

- 源自於非洲，是非洲舞的延伸，在美國黑人貧民區發展
- 它是黑人的民族舞，所以有很多派別，派別多以地區來區分
- 有另一外號 Black Dance，意思是黑人的舞蹈
- 黑人生活刻苦，被視為低下階層，他們在工作中以歌舞自娛，體現出黑人樂天安命的性格
- 藉舞蹈進行人與人之間互相溝通，作為抒發情緒的渠道和消除疲勞

動作的出現

- 黑人天生對音樂和節奏的感覺特別強，全身都充滿音樂和舞蹈細胞
- 舞蹈動作是從他們的生活和工作中演變出來，隨音樂自由舞動和隨意創作，以日常生活引入，例如：打招呼、步行、談話、打球、打掃，甚至穿衣、抽褲子等
- 起初用腳踏地來製造出各種不同的節奏
- 節奏十分明快、清脆，動作較大和強而有力

派別的出現

- 由於只在黑人區內流行，早期的爵士舞大多是即興和隨意的作品，所以沒有系統
- 因為不同地區的舞蹈各有特色，不同的派別亦由此而生，例如：踢踏舞、街舞、霹靂舞等

派別	特點
踢躑舞 (Tap)	<ul style="list-style-type: none"> • 踢躑舞是最原始的爵士舞 • 在生活中敲擊不同的物件，然後以腳踏地做出不同的節奏 • 跳踢躑舞的鞋子很特別，鞋頭和鞋跟都有一塊鐵片
街舞 (Hip Hop)	<ul style="list-style-type: none"> • 是各種街舞的總稱 • 是現今流行的爵士舞 • 節奏十分輕快
霹靂舞 (Break Dance)	<ul style="list-style-type: none"> • 是八十年代興起的爵士舞 • 屬於街頭舞蹈 • 因為美國樂壇巨星米高積遜 (Michael Jackson) 擅長這種舞蹈而被廣泛認識，他的舞姿吸引了不少年青人學習舞蹈
舞台上的爵士舞 (Theatre Jazz)	<ul style="list-style-type: none"> • 白人接受了黑人的舞蹈，並帶上舞台表演 • 白人上台表演爵士舞時皆塗黑面孔，以作區別，而黑人則不被允許上台表演 • 後期出現了百老匯式的歌舞劇，有華麗的舞台，漂亮的服裝和精湛的歌舞，當中必須有踢躑舞的存在

3.1.2 街舞

街舞是七十年代從美國紐約市貧民區衍生出來的一種黑人青少年文化，充分反映了美國非洲裔和拉丁裔人士的生活方式和習慣，是一種發洩情緒的舞蹈，表達貧困人士對美好生活的渴求，又稱為街頭文化。

八十年代開始，這種文化廣泛被世界各地的年青人接納，席捲全球。二十多年間，它具創意的音樂、舞蹈、視覺藝術和服飾等文化，已經不再單一為黑人獨有，它從負面轉化為正面，不斷的影響整個世界，成為現今年青人崇尚的潮流之一。

Hip Hop 從字面解釋，Hip 是「臀部」、Hop 是「跳躍」，加在一起便是「扭動擺臀跳舞」，最早指的是街頭舞蹈，後發展成為一種文化、一種精神。街舞文化的四大元素包含了：饒舌說唱 (MC'ing - Rapping)、DJ 打碟 (DJ'ing)、牆上塗鴉 (Writing - Graffiti) 和廣泛流行的街頭舞蹈：霹靂舞

(Break Dancing)、搖擺舞 (Up - Rocking)、機械舞 (Popping)、電流 (Wave)、鎖舞 (Locking)…… 還有那些寬闊的衣服 (Hip Hop Fashion) 和地區的俚語 (Slang)，展現出 Hip Hop 文化。

街舞舞蹈是各種街舞的總稱，它的動作由各種走、跑、跳組合而成。通過肢體關節的屈伸、轉動、波浪、扭曲等動作串連組合，表現出活力澎湃、爆炸力強的舞蹈。街舞可分為 Old School 和 New School 兩類。Old School 著重腳部運動較多，起源於美國街頭舞者的即興競技舞蹈，舞者多為黑人或墨西哥的年青人。New School 的舞步著重手部動作，舞者用新的感覺去演繹 Old School 舊有的舞步，將各種街舞作出大串連，成為獨特的風格。如以地區來分，街舞舞蹈可分成 New York Style (美國東岸) 與 L.A. Style (美國西岸)。現今的舞者和雜誌媒體稱前者為 New School ；後者為 Street Dance 。

街舞舞蹈在香港一般沿用 Hip Hop 或稱為「街舞」，在內地亦稱為「街舞」，而在台灣則譯作「嘻哈」。



3.1.3 爵士舞的常用語

- 腳位：
1. 第一位平行步 / 合併步
 2. 第一位 V 字步 / 外轉步
 3. 第二位平行步 / 合併步
 4. 第二位 V 字步 / 外轉步

First Parallel

First Turnout

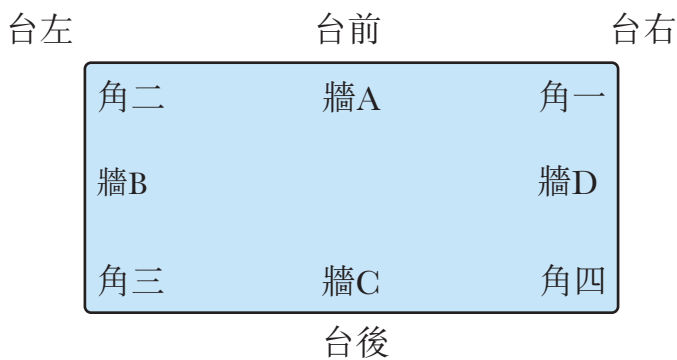
Second Parallel

Second Turnout

手位：1. 預備位置~手肘高	Elbows Up
2. 預備位置~手肘低	Elbows Down
3. 第二位	Second
4. 高 V 手	High V
5. 低 V 手	Low V
6. 高平行手	High Parallel
7. 低平行手	Low Parallel

變化：1. 對角手	Diagonal Arms
2. 高前手	Front High Arms
3. 高旁手	Side High Arms

方向：1. 角一	Corner 1
2. 角二	Corner 2
3. 角三	Corner 3
4. 角四	Corner 4
5. 牆 A	Wall A
6. 牆 B	Wall B
7. 牆 C	Wall C
8. 牆 D	Wall D
9. 台後	Upstage
10. 台前	Downstage



3.2 學習內容

3.2.1 舞步解說－爵士舞

手位及爵士步配合 (Arm Exercise with Walks)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步，右腳跟起	雙手放鬆下垂
1	踏右腳向前	• 高平行手
2	踏左腳向前	• 低平行手
3	重複右腳	• 第二手位
4	重複左腳	• 低平行手
5	踏右腳向角一	• 高平行手
6	左腳（前腳掌）放於右腳旁	• 手拉下於胸前
7-8	重複 5 – 6 向角二	

踢腿前奏 (Kick in Attitude)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
1	踢右腳向前（保持鈍角）	• 左手於高平行手，右手於第二位
2	踏右腳落地	• 手位預備位置（手肘向下）於胸前
3-4	全部重複於左面	
5-8	重複 1 – 8	

踏步及拍手配合 (Step Clap)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
1	踏右腳在旁	
2	左腳（前腳掌）放於右腳旁	• 拍手
3-4	重複左面	
5-8	右腳踏在第二位平行步，臀部向右左、右左 （即曲膝左右、左右）	• 手腕向下壓右左、右左

踢交換步 (Kick Ball Change)

節拍	步法	手位
預備	面向角二，第一位平行步，右腳跟起	雙手放鬆下垂
1	踢右腳向前	• 左手向前，右手向後
&2	點右，踏左（往前移）	• 右手向前，左手向後
3-6	重複兩次	
7	轉向，左重心同時間轉移	
8	停頓	
9-16	重複 1 – 8	

橫跳步 (Gallops)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
&	踏右腳向旁	• 手位預備位置 (手肘向上) 於胸前
1	橫跳步	
&2	重複	
&3&4	重複兩次	• 手於第三拍開至低 V 手
5	小跳一下 (雙腳合併) 面向角四	• 雙手放盤骨
6	重複面向角三	
7	重複面向正面	
8		• 拍手
9-16	重複 1 - 8 另一面	

跳躍組合 (Jump Combination)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
1	踏左腳	• 雙手交叉於胸前
2	單腳跳, 右提起	• 雙手打開於膊頭高度 (第二位)
3-4	踏步右左	• 雙手放鬆
5-8	全部重複另一面	
1	踏左腳	• 雙手交叉於胸前
2	單腳跳, 右提起, 下身轉向左, 上身不動	• 雙手打開於膊頭高度 (第二位)
3-4	踏步右左	• 雙手放鬆
5-8	重複 1 - 4 另一面	
9-16	重複 1 - 8	

蛇腰及肋骨練習 (Body Scoop and Rib Cage Exercise)

節拍	步法	手位
預備	第二位平行步	雙手放鬆下垂
1-2	上身向下捲動	
3-4	蛇腰上至開始動作	
&		• 雙手開第二位
5	肋骨移向右	
6	還原	
7	肋骨移向左	
8	還原	

踢腿組合 (Kick Combination)

節拍	步法	手位
預備	右腳在後	雙手放鬆下垂
1	踢右腳向前	• 手於第二位
2	踏右腳前，膝蓋放鬆	
3	踏左腳交叉於右腳前，面向右	• 手位預備位置（手肘向下）於胸前
4	踢右腳向旁	• 手於第二位
5	右腳踏地，身轉向後面	• 雙手放鬆
6	踢左腳向後面（通過第一位平行步）	• 前平行手
7	轉身向前面，踏左腳前行	• 雙手放鬆
8	踏右腳前行	

轉圈 (Kick Ball Change Turn)

A 組—雙腳轉

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步，右腳腳跟起	雙手放鬆下垂
1	踢右腳向前	• 左手向前，右手於二位
&2	點右踏左	• 右手向前，左手於二位
3	雙腳轉	• 手位預備位置（手肘向上）於胸前
4	雙腳第一位平行步	• 雙手放鬆
5-8	重複 1 - 4 另一面	

B 組—單腳轉

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步，右腳腳跟起	雙手放鬆下垂
1	踢右腳向前	• 左手向前，右手於二位
&2	點右踏左	• 右手向前，左手於二位
3	單腳轉	• 手位預備位置（手肘向上）於胸前
4	雙腳第一位平行步	• 雙手放鬆
5-8	重複 1 - 4 另一面	



踏步與波浪的組合 (Step Combination and Body Ripple)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
&	曲右腳 (離地), 主力腳向下彎	• 雙手於胸前 (拳頭)
1	落右腳 (腳跟贴地) 交叉於左腳前	• 交叉直手在前
&	曲右腳 (離地), 主力腳向下彎	• 雙手於胸前 (拳頭)
2	還原於開始的動作	
&3&4	重複左面	
&	曲右腳 (離地), 主力腳向下彎	
5	把右腳伸直於旁 (只有腳拇指在地)	• 交叉直手在前
&	曲右腳 (離地), 主力腳向下彎	• 雙手於胸前 (拳頭)
6	還原於開始的動作	
&7&8	重複左面	
&	曲右腳 (離地), 主力腳向下彎	• 雙手於胸前 (拳頭)
1	右腳放於左腳後面	• 雙手在旁
&	曲右腳 (離地), 主力腳向下彎	• 雙手於胸前 (拳頭)
2	還原於開始的動作	
&3&4	重複左面	
5	踏右腳	• 右手伸直向前, 手指分開
6	再踏左腳 (第一平行步), 曲膝	• 拉右手回身旁 (拳頭)
7-8	波浪由下至上	• 雙手放鬆
9-16	重複另一面	

爵士舞滑行步 (Jazz Side Stretch)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步, 右腳跟起, 面向左面	雙手放鬆下垂
1	踏右腳往旁, 右腳曲 (重心於右腳)	• 右手在上, 左手於膊頭
&2	踏左, 右腳完成半個圈	• 手預備位置 (手肘向下) 於胸前
3&4	所有重複於另一面	
5-8	重複 1 - 4	

地面組合 (Floor Routine)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
1	曲右膝蓋 (跪地)	
2	把左腳 (曲) 搬向身後坐在面	• 右手在地, 左手曲在膊頭
3	把身拉起	• 伸直左手向上
4	還原	• 雙手放鬆
5	轉向右面, 雙腳曲 (腳尖伸直)	• 雙手在地上於身後
6	伸直雙腳往右	
7	把身推往上成一直線頭往後 (重心於手和腳)	
8	還原第六拍的動作	
9-10	轉身向前	• 雙手隨身按地
11-12	收腳於胃前	• 雙手按地 (伸直)
13-14	踏左腳向前, 右膝蓋跪地	• 雙手放鬆
15-16	雙腳合理, 向外轉一個圈	• 雙手放鬆
17-32	所有重複於另一面	

臀部動作 (Hip Exercise)

節拍	步法	手位
預備	第一位平行步	雙手放鬆下垂
1	踏右腳向右前角方向 推盤骨往右	• 雙手曲於膊頭高度 • 右手肘向下於盤骨之上
&	推盤骨往左	• 左手肘向下於盤骨之上
2&3&	重複兩次	
4	把重心放於右腳, 左腳放於右膝蓋旁	• 拍手於右膊前
5-8	重複 1 - 4 左面 (左斜方)	



3.2.2 舞步解說－街舞

本部分選取了以下三段澳洲聯邦舞蹈教師協會（CSTD）現代爵士舞考試課程的舞蹈組合為示例：

1. CSTD — 第二級舞步練習 Dance Steps
2. CSTD — 第六級舞步 Locking Exercise
3. CSTD — 第二級舞蹈 The Dance

示例:街舞1 (CSTD — 第二級舞步練習 Dance Steps)

節拍	舞步
預備動作	台中後預備，正步位站立，手自然垂下
1-4	靜候預備
&	左腳半腳尖，右腳前抬腿； 雙掌手勾起，左手斜前下位，右手斜旁下位
1	右腳踏前，身體傾前並轉向台右前，兩手肘跟節奏急曲
&	身體挺直，手向下拍打
2	返回第一拍姿勢
&3 &4	相反方向重複 &1 &2
5	跳至正步位半腳尖，手於胸前拍掌
6	跳至正二位，雙手放鬆大腿後
7&8	正步位 3 小跳向右轉 1 圈，轉頭找焦點
&1-8	相同方向重複以上 1 – 8
1	踏左腳至左旁（成重心腳），右腳點地 胸骨推左 左拳到肩，左肘突出，右手旁平位，手掌向下
2	移右腳至正步位，雙手於眼前發卡塔聲
3-4	相反方向重複 1 – 2
5-7	向左右左重複第一拍動作（需每次轉移重心）
8	移右腳至正步位，雙手於眼前發卡塔聲
&	右前吸腿，雙手交叉於胸前
1	點右腳至正二位（保持左腳重心），前手臂張開並發卡塔聲，手肘保持彎曲
&2	右腳重複 &1 動作
3-4	右左正步位踏步（踏步時需經過前小吸腿） 手打 8 字，先經右胯旁並發卡塔聲，後到左胯旁發卡塔聲
5	右腳踏至正步位，雙膝微彎 手靠近腰旁，手肘向後突出
&	提左腳至踝關節，身體少許收縮 雙手前平位發卡塔聲
6	原地踏左腳，雙膝微彎 手靠近腰旁，手肘向後突出
&	提右腳至踝關節，身體少許收縮 雙手前平位發卡塔聲
7	踏右腳至旁，手伸至旁平位，手掌向下
&	右前吸腿，頭放鬆，雙手握拳放胸前
8	雙腳合併，仰頭，雙手伸至上位，手指張開向前

示例：街舞2 (CSTD — 第六級舞步 Locking Exercise)

節拍	舞步
預備動作 1-16	正後方預備，正步位站立，手自然垂下 靜止預備
組合一	
&123&4	《韻律小雞》— 重心切換步（右左）完成時重心在右腳、左腳、右腳，最後加右膝小顫 手肘突出 x 4
&5-8	《韻律小雞》— 左腳開始重複；重複以上手部組合
1	右腳踏至正步位 右手旁平位，前臂垂直舉上，手掌向前
&	右食指（連手）指向地下
2	左膝向外突出，身體由胯開始向前傾，右手指向台右前
3&	立正雙腳伸直，左手重複第 1&拍
4	跳至二位半蹲（髖關節自然向外），身體傾前 左手指向台左
5&	跳至正步位 手肘提至肩膊高，前臂向外繞兩圈
6&	胯推前，身體傾後，緊接身體由胯開始傾前 拍掌在背後，緊接拍掌於身體前
7&	立正雙手旁平位，前臂垂直舉上，手掌向前，然後雙手由身旁滑下
8	右膝突出，身體由胯向前傾 手肘突出，雙手握緊拳頭（像握腳踏車姿勢）
組合二	
1-4	步法：右腳第 1、3 拍踏右，形成外小八字；第 2、4 拍雙腳腳趾向內形成內八字頭於每次重拍縮入，並保持向正面 手位：第 1 拍，左前臂舉上成 90 度，手掌向內，右手掌指向右胯 第 2 拍，左右手相反方向 第 3-4 拍，重複 1 至 2 拍手組
5-8	左邊重複以上動作，頭轉左，右前臂先舉上
1	左腳踏至正步位立正，胯推前，頭望正 握拳擺至眼睛水平，手肘向下
2&	胯少許推後 雙拳由下而上擺至肩上，並連續向下撞擊兩次，手肘突出
3&	胯推前，身體傾後，緊接身體由胯開始傾前 拍掌在身體背後，緊接拍掌於身體前
4	視線，頭及上身轉向台左前 左腳半蹲，右勾腳於身後曲膝提腳（膝蓋向下） 左手放額前，右手握緊右腳踝
5	右勾腳（連曲膝提腳）交叉左膝前，身體傾右 左手劃過胸前至左肩，右手於身旁垂下
6&	二位半蹲（髖關節自然向外），身體連續抽縮 手肘向外突出 2 次
7	跳至正步位立正，手自然垂下
8	右膝突出，右手指向右旁斜上位，左手保持垂下

示例：街舞3（CSTD — 第二級舞蹈 The Dance）

節拍	舞步
預備動作	舞台正後方，雙腳正一位，雙手兩旁垂放準備
1	經右前腳掌，向台右前滑動至半蹲正二位，手放膝
2	左腳合併至正步位，雙手經旁平位於頭上拍掌
3	向台左前，重複左腳半蹲
4	右腳合併至正步位，頭頂 2 聲拍掌
5&	右腳踏至平二位半蹲 胯向右、左搖晃，頭向右、左傾斜 雙手前臂於頭上右、左擺動
6	左腿綳腳提起，大腿翻開 雙手前臂於頭上擺右，手指張開
7&8	相反方向重複 5&6
1-8	相同方向，重複以上 1-8 動作
1-3	步法：3 前小吸腿踏步向右轉，轉頭找焦點 手位：第 1 拍，相手互握，由左肩畫至右旁 第 2-3 拍，背手
4	跳至正步位，雙手於胸前拍掌
5-8	相反方向重複 1-4
1&2&	右左單次膝急曲 左手按左膝，手指向內 右前臂擺至左肩，後擺右，並發卡塔聲
3&4&	右腳連續膝急曲 右前臂由上而下向左肩劃圈，完成一圈
5&6&7&8	3 次半單次膝急曲，左、右、左、右 擺動前臂，外、內、外、內



3.3 教學示例

爵士舞及街舞節奏明快、動感鮮明，以節拍訓練、肢體靈活運用為主。動作強而有力，而且流動較快。教師在選擇音樂時，宜採用現時流行的音樂或歌曲，使學生容易產生共鳴，並鼓勵學生多創作。

3.3.1 示例一：手腳的配合

學習目標

課後，學生能：

- 掌握手位、腳位及方向，並能展示組合動作
- 展示走步前的手腳配合及協調性
- 配合節奏展示動作

教節

- 一節

舞步

- 手位及爵士步配合 (Arm Exercise with Walk)
- 踏步及拍手配合 (Step Clap)
- 踏步與波浪的組合 (Step Combination and Body Ripple)

學習內容

引入活動	學習重點 / 發揮
利用要教授的手位、腳位方向來進行熱身	1. 注意音樂節拍 2. 認識手、腳位置及方向
主題 / 技能發展	學習重點
1. 個人舞步學習 2. 配合音樂練習 3. 將動作串連	1. 注意組合動作的連貫性 2. 動作要與音樂配合 3. 注意身體的協調性
應用活動	學習重點
1. 適應不同音樂節拍和速度 2. 分組欣賞	1. 注意舞步與節拍的配合 2. 留意其他組別的創作
整理活動	學習重點
1. 總結動作要點 2. 要求學生設計一個 4x8 拍的組合	鼓勵學生利用所學的動作來設計

3.3.2 示例二：踢腿

學習目標

課後，學生能：

- 控制腿部肌肉
- 有效控制腿與身體的配合

教節

- 一節

舞步

- 踢腿前奏 (Kick in Attitude)
- 踢交換步 (Kick Ball Change)
- 踢腿組合 (Kick Combination)

學習內容

引入活動	學習重點 / 發揮
利用音樂作熱身，伸展及控制腿部肌肉	感覺腿肌肉用力及控制方法
主題 / 技能發展	學習重點
1. 個人舞步學習 2. 配合音樂練習	1. 順序學習動作的步法（踢腿）和手位 2. 注意重心轉移 3. 動作要與音樂配合
應用活動	學習重點
1. 適應不同音樂節拍和速度 2. 分組欣賞	1. 強調身體的柔軟性 2. 注意舞步的連貫性及平衡性
整理活動	學習重點
1. 總結動作重點 2. 要求學生設計一個 2x8 的組合	鼓勵學生利用所學的動作來設計

3.4 評估

在學習過程中，課程、教學與評估必須互相配合。評估不單是衡量學習表現，還可以促進學習。有效的評估能反映學生的強項和可改善的地方，有利找出提升學習效能的恰當方法，例如調整個人學習目標和進度。爵士舞及街舞的評估宜分小組進行，每組約四至六人。評估準則可以是學生的節奏感、組合的流暢度、合作的能力、能否與別人分享及創意等。

評估表示例〔教師評/自評/同儕互評〕

主題：手腳的配合				
姓名：陳大文	班別：四乙	學號：4		
評估準則	請在適當方格內加上「✓」			
	完全做到	經常做到	有時做到	尚待改善
1. 能掌握所教授的舞步或圖形	✓			
2. 能展示所教授的舞蹈		✓		
3. 享受及投入舞蹈的樂趣		✓		
4. 能運用已有知識，編排簡單組合			✓	
5. 表演純熟並有風格			✓	

教師可因應需要增加或刪減評估準則

參考資料及網址

電影

(一) 爵士舞

白夜逃亡 (White Night) (131 mins) <VCD>, copyright 1985 Columbia Picture.

平步青雲 (A Chorus Line) (103 mins) <VCD>, 1985 Embassy Films Associates, 2002 Panorama Entertainment.

夢斷城西 (West Side Story) (154 mins) <VCD>

舞動激情 (Save The Last Dance) (113 mins) <VCD>, TM & copyright 2000 by Paramount Pictures. Era Home Entertainment Ltd.

舞出彩虹 (Centre Stage) (124 mins) <VCD>, copyright 2000 Columbia Pictures Industries, Inc. copyright 2000 Layout And Design Columbia Tristar Home Video.

踢躂火花 (Bootmen) <VCD>, 2000 20th Century Fox Film Corporation. 2001 20th Century Fox Film Entertainment, Inc.

(二) 街舞

蜜糖第一名 (Honey) (94 mins) <VCD>, copyright 2003 by Universal Studios.

舞出色 (Take the Lead) (117 mins) <VCD>, copyright 2006 by New Line Cinema, Universe laser & video Co., Ltd.

舞出真我 / 舞出我天地 (STEP UP) (104 mins) <VCD>, copyright 2006 by Buena Vista Pictures Distribution, CN Entertainment Ltd.

舞出真我 2 / 舞出我天地 (STEP UP 2) (98 mins) <VCD>, copyright 2008 by Offspring Entertainment, CN Entertainment Ltd.

熱力四射 (U Got Served) (95 mins) <VCD>, copyright 2004 by Screen Gems.

精舞門 (Kung Fu Hip Hop) (90 mins) <VCD>, copyright 2008 by China Film Group.

舞台劇目

Cats

Singing in the Rain

Tap Dogs

參考資料

慕羽 (2004) 。《百老匯音樂劇》。大地出版社。

歐建平 (2007) 。《外國舞蹈史及作品鑒賞》。高等教育出版社。

澳洲聯邦教師協會 (CSTD) 。《現代爵士舞—第 2 級及第 6 級教材》。

Chang, Jeff & DJ Kool Herc (2005) . *Can't stop won't stop: a history of the hip-hop generation*. New York: St. Martin's Press

Kenner, Rob. (1999) . "Dancehall," in *the vibe history of hip-hop*, ed. Alan Light, 350-7. New York: Three Rivers Press.

爵士舞網頁

WIKIPEDIA - The Free Encyclopedia

http://en.wikipedia.org/wiki/jazz_dance (Retrieved 5 December, 2008)

Britannica Online Encyclopedia

<http://original.britannica.com/search?query=JAZZ> (Retrieved 5 December, 2008)

百度百科 BAIDU

<http://baike.baidu.com/view/8422.htm> (Retrieved 5 December, 2008)

Jazz Dance Dictionary

<http://www.dancehelp.com/articles/dance-dictionary/jazz-terminology.aspx>

(Retrieved 5 December, 2008)

香港浸會大學體育系

http://www.hkbu.edu.hk/~pesubj/purple/jazz/jaz_bri.htm#top

(Retrieved 5 December, 2008)

街舞網頁

WIKIPEDIA

http://en.wikipedia.org/wiki/Hip_hop (Retrieved 21 September, 2011)

Britannica Online Encyclopedia

http://www.zulunation.com/hip_hop_history_2.htm (Retrieved 30 September, 2011)

The Universal of Zulu Nation

<http://www.zulunation.com/afrika.html> (Retrieved 5 December, 2008)

澳洲聯邦教師協會 (CSTD)

<http://www.comdance-hk.com> (Retrieved 5 December, 2008)

鳴謝

這套舞蹈教材套的爵士舞及街舞單元得以順利完成，實有賴下列人士、學校和機構積極支持，或授權轉載音樂及資料：

〔排名不分先後〕

伍禮言先生

周佩瑜博士

張齊欣女士

梁結文女士

鍾國衛先生

鍾漢榮先生

鄺佩芬女士

羅廖耀芝女士

沙田循道衛理中學

保良局董玉娣中學

香港教育學院科教結合促進中心

香港舞蹈總會

澳洲聯邦舞蹈教師協會

我們特別感謝香港教育學院健康與體育學系助理教授**周佩瑜博士**協助統籌及聯繫工作，以及**梁結文女士**提供資料及撰寫教案。