

99 年人文教育革新中綱計畫

子計畫三 人文領域人才培育國際交流計畫

【國內活動類-密集課程】

【奧福音樂與藝術性舞蹈的統合】

期末成果報告

指導暨補助單位：教育部

指導單位：教育部顧問室人文領域人才培育國際交流計畫辦公室

執行單位：國立新竹教育大學人文社會與藝術學院

計畫主持人：陳淑文

執行日期：99 年 3 月 26 日至 99 年 4 月 1 日

中華民國 99 年 7 月 25 日

99 年人文教育革新中綱計畫
子計畫三 人文領域人才培育國際交流計畫

【國內活動類-密集課程】

【奧福音樂與藝術性舞蹈的統合】

期末成果報告

指導暨補助單位：教育部

指導單位：教育部顧問室人文領域人才培育國際交流計畫辦公室


執行單位：國立新竹教育大學人文社會與藝術學院

計畫主持人：陳淑文

執行日期：99 年 3 月 26 日至 99 年 4 月 1 日

中華民國 99 年 7 月 25 日

計畫總表

計畫名稱	奧福音樂與藝術性舞蹈的統合					
計畫摘要	奧福音樂 (Orff-Schulwerk) 是綜合的藝術教育理念，認為音樂與舞蹈應合而為一。本計畫邀請德國的美籍全方位舞蹈家 Christa Coogan 來台，以奧福教育理念融入舞蹈教學，以加強「音樂與舞蹈」結合的實踐與應用。她將以拉邦(Rudolf Laban, 1879~1958)舞蹈理論為基礎，帶領學生深入體驗創造性舞蹈(creative dance)的創意與教學，同時認識舞台配置和舞台的空間運用，以進入編舞及藝術性舞蹈(artistic dance)的探索，期望藉此擴展學生多面向音樂與表演的基礎。					
計畫關鍵字	中文關鍵字：奧福音樂、藝術性舞蹈 英文關鍵字：Orff-Schulwerk、artistic dance					
執行單位	國立新竹教育大學人文社會與藝術學院					
計畫主持人	姓名	陳淑文	電話		傳真	
	Email				手機	
計畫聯絡人	姓名	陳淑文	電話		傳真	
	Email				手機	
經費						
計畫網址	http://www.nhcue.edu.tw/~w99001/website/index.htm					
指導單位	教育部顧問室人文領域人才培育國際交流計畫					
計畫主持人簽章						

目 次

一、計畫名稱	5
二、計畫目標	5
三、執行情形	5
(一) 開課情形-講授課程	5
(二) 參與人數統計	6
四、經費運用情形	6
(一) 經費使用項目明細說明	6
(二) 自籌款實際執行與支用計畫差異對照表	6
五、執行成果分析與檢討	7
(一) 課程表	7
(二) 課程內容	8
(三) 課程特色	12
(四) 課程效益	18
六、結論與建議	27
七、附錄	28
(一) 滿意度調查問卷樣式	29
(二) 課程補充資料	31
(三) 研習心得舉隅	33
(四) 報名、報到學員清單	34
(五) 報名表樣式	35
(六) 海報文宣樣式	36
(七) 研習證書樣式	37
(八) 課程資料使用同意書樣式	38
(九) 網站樣式舉隅	38
八、附件	49
教育部補助經費收支結算表	49

一、計畫目標

奧福音樂與藝術性舞蹈的統合

二、計畫目標

奧福音樂(Orff-Schulwerk)是德國作曲家卡爾·奧福(Carl Orff,1895~1982)創立的。他從1924年「音樂與舞蹈」的結合、1948年「音樂、律動、語言」的合而為一，到1964年「音樂、律動、語言、戲劇」的「整體藝術」(Gesamtkunst)教育，開啓了二十世紀以來統合性的藝術教育理念，近年來漸漸影響到國內中、小學的音樂與表演藝術課程。

新竹教育大學音樂系自1992年成立以來，致力於培養音樂教育與音樂表演的人才，引進奧福教學法(The Orff Approach)與達克羅士教學法(The Dalcroze Approach)，此兩種教學法都重視音樂與肢體律動結合，除了帶給學生音樂教育新的觀念外，也增進演奏表現方面的內涵。此外，本校藝術設計學系過去也開設了表演藝術與舞台製作的課程，提供學生多元發展的面向；本校中文學系歷年來由系學會籌畫表演的戲劇「語覺宮」，亦頗有專業水準，已經多次對外公演。

在這樣的基礎上，本計畫邀請德國的美籍全方位舞蹈家 Christa Coogan，以加強「音樂與舞蹈」結合的實踐與應用。她擅長以奧福教育理念，融入其舞蹈教學，是國際間廣受邀請的現代創意舞蹈專家，她將以拉邦(Rudolf Laban, 1879~1958)舞蹈理論為基礎，帶領學生深入體驗創造性舞蹈(creative dance)的創意與教學，並以「肌肉覺」(Kinesthesia)闡述動作質感的理論基礎，同時認識舞台配置和空間運用，以進入編舞及藝術性舞蹈(artistic dance)的探索，期望藉此擴展學生的專業並培養其統合與統整能力，作為日後多面向音樂與表演的基礎。

三、執行情形

(一) 開課情形-講授課程

講授課程名稱	時數	參與人數									
		校內人數				校外人數				其他	合計
		教師	博士生	碩士生	大學生	教師	博士生	碩士生	大學生		
奧福音樂與藝術性舞蹈	36	2		13	22	11			2		50
總計	36	2		13	22	11			2		50

五、執行成果分析與檢討

(一) 課程表

本課程的目標是透過舞蹈強化身體和運動知覺的本質，藉由各種不同的練習以身體做為律動工具，來培養律動與呼吸間深層關聯集並體驗舞蹈溝通的潛在能力。

這次活動提供了敏銳觀察技巧的展現，以及對尊重與將想像力活化為肢體互動的發現。

日期 / 時間	節次	主題	內容	地點
2010, 03, 26 (五) 18:15 21:30	4	課程介紹	由姿勢意象進入暖身 透過練習來刺激即興與模仿能力：動作模仿及動作產出	活動中心四樓舞蹈教室
2010, 03, 27 (六) 9: 15 12:30	4	呼吸與律動	聚焦：呼吸節奏，經由意象，呼吸時間等架構創作動作舞句。 和夥伴共舞加強知覺及洞察力	活動中心四樓舞蹈教室
2010, 03, 27 (六) 13:45 17:00	4	“肌肉覺”的認知	演講 “肌肉覺”以影片解說 透過音樂的支持，增進律動的質感	音樂館103教室 活動中心四樓舞蹈教室
2010, 03, 28 (日) 9: 15 12:30	4	意象的聚焦 即興創作	人文思考的討論及舞蹈舞者與教練角色的互換 Freeze 二重奏及四重奏的創作	活動中心四樓舞蹈教室
2010, 03, 28 (日) 13:45 17:00	4	拉邦的舞蹈理論	概述： 音樂及舞蹈的構成要素； Laban 學說的構成要素 空間關係與重力的轉換	活動中心四樓舞蹈教室
2010, 03, 29 (一) 18:15 	4	舞台空間和安排	舞台術語。 站在舞台上不同的點去感受舞台的張力和力量。	活動中心四樓舞蹈教室

21:30			韻律語彙的創作與練習/ 為小團體編輯 四重奏的發展	
2010, 03, 30 (二) 18:15 21:30	4	積極的聆聽音樂 /舞蹈的詮釋	水族館/演練及舞蹈呈現 音樂: The Aquarium 編 舞: 對稱&不對稱的設計	體育館三樓 舞蹈教室
2010, 03, 31 (三) 18:15 21:30	4	跟隨音樂的曲式 /舞蹈的詮釋	水族館/演練及舞蹈呈現 音樂: The Aquarium 編 舞: 對稱&不對稱的設計	活動中心四 樓舞蹈教室
2010, 04, 01 (四) 18:15 21:30	4	成果展現與分享	兒童示範教學 學員成果展 結論:老師的角色指導重點 及對學生的評量	講堂甲

(二) 課程內容

1. 內容主軸

- (1) 做 (DOING) : 律動與舞蹈即興/編舞
元素的養成, 創意性律動語彙; 舞蹈元素的介紹, 以拉邦舞蹈理論和被引導的探索、區別、選擇來做律動能力的研究。肢體動覺的察覺和律動的意圖; 肢體的造型激發想像力。
- (2) 想 (THINKING) : 藝術性知覺意識的發展
以身體為動作工具的覺知。用舞蹈教學法了解舞蹈的感官層次舞蹈。對質感和意圖的察覺。基礎編舞和即興審美觀點。
- (3) 省思 (REFLECTING) : 目標和方法的研討/分析
審美教育的目標; 舞蹈具體目標, 音樂和舞蹈之間連結當藝術形式教學。範例的探討。

2. 內容項目

(1) 呼吸節奏

全體在教室散開，找到一個空間站著。意識到自己的呼吸。慢慢地吸氣，感覺到呼吸暫停，慢慢地呼出。感覺每呼吸的開始、中間和末端。以緩慢的吸氣讓手臂上升並以緩慢的呼氣帶動手臂下沉。使用不同的身體部位然後進入整個身體。什麼是身體自然律動在這個呼吸節奏期間?你怎麼解釋能作出具體的選擇?

- 我們現在嘗試一種緩慢吸入和爆炸性呼出
- 嘗試短、快吸入和緩慢、故意呼出
- 嘗試氣喘
 - 呼吸感知
 - 呼吸的連結轉移到律動
 - 樂句:音樂性

(2) 動作意圖

動作意圖:身體表達思想、意象、記憶、肌肉感、和聲音。

走、站、坐、躺

自由選擇這四個動作並安排順序以中庸速度自己走動。

緊接著當動作開始減慢則速度要開始減慢。注意身在何處?注意身體的感覺;妳使用到哪些肌肉當你從坐到站?從躺到坐?身體的集中點在那裡?身體的能量是如何?你的焦點在那裡?不同的心境出現什麼?

有時有一節加速你的行動。非常快。但是不要計畫它。這快就是不穩定。

- 動作意圖
- 時間:速度
- 音樂靈敏度
- 意象

開始在空間走。注意你的焦點。你邊走邊編舞，你看在這空間你和別人的關係，還有空間的本身關係。

(3) 感官知覺/與同伴

- 領導者閉上眼睛且把自己的右手臂由同伴的左手臂支撐著。感覺重量的手肘放在同伴者的手臂。跟隨者打開眼睛以保護夥伴他或她在空間移動。
- 意象:有關腳腕關節和喉嚨的開放。手肘的力量反射到骨盆的力量就像釋放到地\板的重量...
- 輕輕地讓手臂下來且角色變化
- 討論/省思
- 再角色變化，但有些站著且眼睛張開的人和手臂放下的同伴，移動到一個新的同伴(誰是站著且閉上眼睛)。與同伴走路;同伴的改變如同之前所提過的
- 角色變化
- 兩人一組討論

(4) 雙人舞 (具體化的意圖,感官知覺,呼吸感知)

- 和前一個同伴在一起。走動的人閉上眼睛。同伴把右手放在走動者的手肘下面安全地握著他們的手。左手臂放在走動者的肩膀旁的下面。同伴著的呼吸轉注進入他/她的手如同釋放到地板的重量。
- 當準備好,走動者移動或往後移右手臂。保持者跟隨律動,持續附上。走動者有時也可以讓左手臂像對位式地移動著。保持者向同伴漸漸地釋放手上的壓力,然後從身體完全地釋放雙手。保持者持續地保護走動者,爲了教導必要時你可以再次接觸他們。
- 角色變化
- 緊接著最後的雙人舞拿著準備好的筆和紙在一分鐘透過你的筆記下所有留在你的心海裡。
- 只要你願意,你可以與同伴分享。
- 分組討論/省思

(5) 動力/質量

空間: 直接的/彈性的 延展的/擴展的 向外的/向內的/交錯的

時間結構: 8, 8, 4, 4, 2, 2, 2

力流: 快/慢(包括漸快/漸慢)

集體即興: 從靜止開始

重力: 強壯/輕柔

(6) 變化/變化

即興,今天單獨完成,這是動作可能性的探索:我們從明確的動作開始。在要求改變時,這些動作突然被停止並在瞬間開始另一個想法的動作。這些變化藉由肢體空間動覺感而不是經過思考的過程想出的動作。

“肢體空間知覺”幫助身體 ” 思考” 並且探究動作和動作的質感

(7) 變化/變化變奏曲

全體兩人一組在教室中散開。同伴 A 是舞者,並接收來自同伴 B 的具體動作指令,這些指令有關質感,意象和感覺,就和身體部位、行動、空間和時間一樣。角色交換。

- 動作語彙的擴展透過肢體空間知覺和同伴的敏感性
- 動作意圖
- 感官知覺:聽力

(8) 在上面/在下面

三人一組。一人自己在低層次跳舞,跳她想要跳的舞。其餘兩位舞者以她的素材做鏡子並在中或高的層次以互補的相關的動作跳舞。

- 感官知覺：看見
- 形成
- 空間：層次
- 透過運用和發展來擴展動作的範圍

(9) 鏡子 / 影子

和同伴。一人開始跳舞變成同伴的影子或是鏡子，老師會下指令角色互換，且重複多次。如此領導者需要能即時決定新的動作，而模仿者則須能馬上模仿新的動作。換同伴並重複即興。

(10) 課程討論 / 提問

呼吸與動作選擇之間如何互相關聯？你現在能否更加容易地跟隨別人的動作？新同伴帶來甚麼脈動？你注意到關於你同伴的動作偏好嗎？

(11) 急凍雙人舞(使結合思想和動作圖像具體化)

四人一組。兩人開始一起跳舞。在當中其中有一位觀察者突然叫出”急凍”並移動到空間已取代其中一位舞者。雙人舞繼續進行，不能繼續之前雙人舞的意圖，但動作的意念可以被開發和被運用。

(12) 急凍四人舞

兩個小組隊行。兩人開始一起跳舞。像之前同樣的概念，但可能會擴大雙人舞，甚至包括高達五位舞者

(13) 層次 / 空間

用手感受地板 - 手在地板滑動，然後停止，手壓入地板

- 這是甚麼感覺？(用字形容(重力、吸入、紮根…))
- 開始移動以中止站著如同雙手像吸盤
- 增加腳，並繼續用腳和手
- 和空間位移
- 支柱 - 桌 - 長凳 - 蜥蜴常常 - 停止
- 至少起初，要注意轉折點要慢慢地，尤其是由高到低或低到高
- 和同伴；運用層次和停止於空的空間。然後增加動力，做一個結束動作，再做另一個結束動作

(14) 身體造型

- 自由走
- 不同的方向
- 一個人停止，大家都停止；一個人走，大家都走

- 和同伴：一人做造型，另一人閉上眼睛感受造型，並嘗試著用自己的身體複製這個造型。

(15) 身體動作

- 四個 44 拍，每次動作以 4 計數：位移/延展/轉/向上升

(三) 課程特色

1. 以「節奏方塊」作為「四重奏」雙雙人舞的教學策略

「節奏方塊」(rhythmic building bricks) 也可稱為節奏積木，是奧福創造性教學的法寶，能有效達成即興與創作的教學目標。積木是建造材料中最小的單位，可以任意組合成各種不同的造形，因此「節奏方塊」意味著創造的契機，也就是化繁為簡，再由單純而豐富。

Coogan 在課程中運用此教學策略，完成

「四重奏」的雙雙人舞的舞蹈小品，其步驟說明如下：

- (1) 選擇 ①移位 ②靜止 ③身體著地數點 ④兩人重力的轉換四個動作，探索其動作的可能。如：跟隨教師指令①②③④②③等變化作動作。
- (2) 兩人一組以四個動作編舞「二重奏」。
- (3) 兩組四人搭配成「四重奏」。
- (4) 教師以舞台空間的運用及編舞原則指導學員豐富其舞蹈表現力，並完成舞蹈小品。



二重奏



四重奏

2. 以「原始自然的律動」的表演型態實踐音樂與舞蹈的合一

「原始自然的律動」(elemental movement) 實踐了奧福教育理念「音樂與舞蹈合一」的精神，亦即表演者兼具舞蹈與樂器演奏的能力。Coogan 將學員分成舞蹈與音樂兩部分，有人擔任



「四重奏」舞蹈，有人發揮音樂天賦為舞蹈配樂。在此課程設計下，音樂專長的學生紛紛展現其主修樂器的特色，有以聲樂、小提琴、低音管、豎笛及奧福樂器的音樂編制，讓「四重奏」有其獨特的音樂設計，這樣的表演給予參與的學員擴展其舞蹈與音樂的能力。



3. 以拉邦的舞蹈理論作為肢體動作開發的基礎

拉邦 (Rudolf Laban, 1879~1958) 是舞蹈理論家，他從探索與體驗中找到自然人性的運動 (natural human motion)。拉邦舞譜記述的「動作分析」包含如下：

- (1) 由整個身體到各個小關節的動作與姿態。
- (2) 由前後左右方向到高中低層次的空間。
- (3) 由定位的各部位姿態到移位的走、跑、跳、轉等。
- (4) 由速度自由到節奏清楚的步伐。
- (5) 由慢到快的移動速度。
- (6) 由重到輕的力量改變。

- (7) 由上下左右不同點到固定事物的焦點。
- (8) 由地板、空中到身體各部位移動的軌跡 (paths)。
- (9) 由自己不同身體部位的接觸到與他人的接觸。



肢體開發



肢體開發

拉邦也談到如何運用適當的重力(weight)、空間(space)、時間(time)以及力流(flow)的因素，稱為「勁力」。其中由重力、時間和空間組合的輕觸型 (dab)、輕彈型 (flick)、漂浮型 (float)、滑動型 (glide)、緊迫型 (press)、重擊型 (punch)、揮擊型 (slash)、扭絞型 (wring) 稱為 8 個基本勁力動作 (Basic Effort Actions)。

Coogan 以融合拉邦理論中的「動作分析」與「勁力」的為肢體開發的架，讓學員的肢體動覺智慧得以充分發揮。



肢體開發

4. 以文字圖像/動作圖像輔助音樂的曲式及內涵作為編舞的架構

Coogan 以聖贊「水族館」(Camille Saint-Saens: The Aquarium) 為例，運用繪圖觀念、文字意念，完成舞蹈片語組成及舞蹈點子的發展，藉由肌肉記憶、舞臺空間處理、小組工作來編舞，其步驟如下：

- (1) 暖身：身體以直線與曲線探索動作的可能性。
- (2) 以文字意念引導肢體的動作，包括：漂浮、輕拂、猛進、冒泡、上升、下沉、繞圈、耳語、跳、搖擺、顫動。

(3) 欣賞水族館音樂，邊聽邊看老師揭示四個圖片 A、B、C、D。

A: 水草 B: 魚 C: 上升下沈
D: 冒泡

(4) 分組，邊聽水族館音樂邊排列 A、

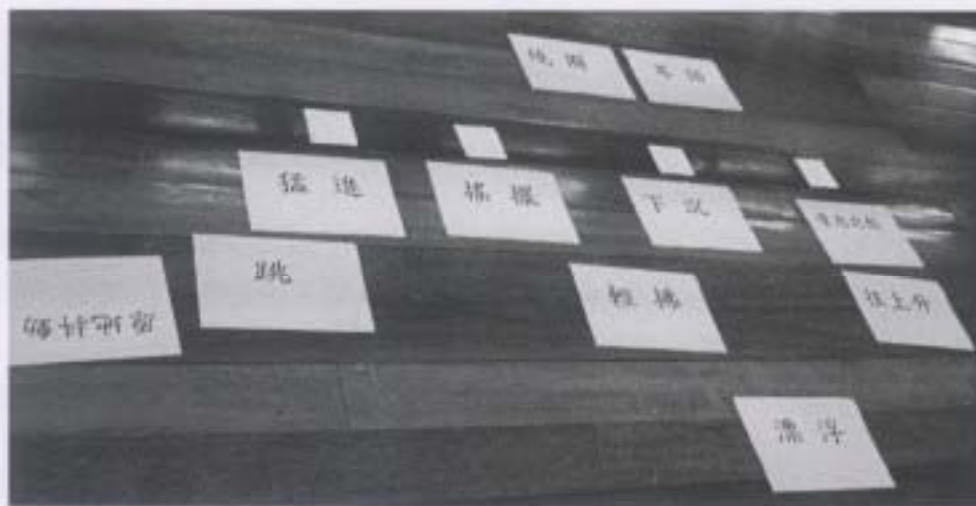
B、C、D 圖。

(5) 統整圖片 A、B、C、D 與文字意念的動作，如水草有漂

浮、輕拂及搖擺的動作，魚有猛進、繞圈、耳語、跳、顫動等動作。



聽音樂排列 A、B、C、D 圖



統整圖片 A、B、C、D 與文字意念的動作

(6) 老師讓學生選擇表演的角色。

(7) 各組自己找要的動作與隊形，老師一一指導。

這個活動連結動作和語言，區分動作，觀察技巧，讓學員的舞蹈語彙得以精熟發展，展現於成果發表上。

「水族館」表演





老師指導水草的造型



「水族館」表演：下沉

5. 強調「做」、「想」與「反思」的合一

本課程以「做」(DOING)、「想」(THINKING)與「反思」(REFLECTING)為課程內容主軸，如下：

- (1) 做：除了以拉邦舞蹈理論建立律動的語彙與舞蹈即興／編舞，並以「肌肉覺」(Kinesthesia)作為動作質感的理論基礎，說明動作的感知與覺察，屬於生理與心理層面的。
- (2) 想：了解舞蹈的感官層次，對質感和意圖的察覺，讓藝術性知覺意識的發展。
- (3) 反思：思考審美教育的目標；舞蹈具體目標和方法的研討／分析。

本課程一開始，Coogan先向學員講解課程架構，接著從實際活動及練習中去實踐「做」、「想」與「反思」。成果發表後，再將學員分組討論其心得，如下：

(1)「做」組的討論內容：

- ◎轉圈、蹲、靜止、跑、跳、站、平衡、躺、伸展、猛進、跳躍、旋轉
- ◎滾、搖擺、原地抖動、Burst、下沉、耳語、輕拂、飄浮、推位、擠、踮腳尖(跟)、撞、衝、蹣手蹣腳的
- ◎動覺、方向、動力、呼吸、速度、力量、空間、時間、層次、

- 質感、移位、關係
- ◎像泡泡般、切菜
 - ◎建議的想法～
- 上完課後，肢體就好像被“開發”了！！
- Good！
- 從原本會卡住像機器人般的肢體動作，學會注重身體的美感表現！
- Thank you！



老師總結課程

(2)「想」組的討論內容：

- ◎把舞蹈運用在生活中
- ◎對自己的肢體動作更有自信
- ◎增加編舞的元素
例如：stretch、jump、round、turn、burst……
- ◎在教學上，讓孩子在玩樂中學習空間的認知
- ◎可用於肢體復建、心理治療、身心放鬆
- ◎閉眼觸摸活動可使人與人之間信任感增加
- ◎A段～B段要連貫流暢不突兀
- ◎轉換動作前先轉換呼吸
- ◎能夠啟發自己的身體語言
- ◎勇於表現自己



小組討論

(3)「反思」組的討論內容：

TEACHING MODELS：

- ◎Deucrsaticn
- ◎Explain
- ◎Use 0l objects
- ◎Touch
- ◎Practice
- ◎Praise



小組討論

DANCE + MUSIC

- ⊙ Breath as music / Breath as rhythm
- ⊙ music following the dance
- ⊙ music as atmosphere
- ⊙ dance following the musical form

課程在「做」、「想」與「反思」的實踐與回顧中得以完滿結束，最後對老師的回饋如下：

- ⊙ 教學節奏緊湊
- ⊙ 引導動機吸引學生注意
- ⊙ 老師引導方式兒語化
- ⊙ 很有親和力

(四) 課程效益

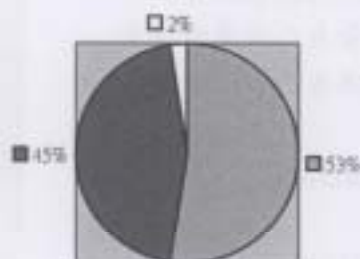
本課程的「課程效益」呈現在學員對活動的滿意度調查中，包括量化與質性的描述。

1. 量化題目的分析如下：

(1) 主題和內容適切性滿意度高

題目「主題和內容適切性」，「非常滿意」53%、「滿意」45%、「尚可」2%，合計「非常滿意」與「滿意」有98%。

(1) 主題和內容適切性

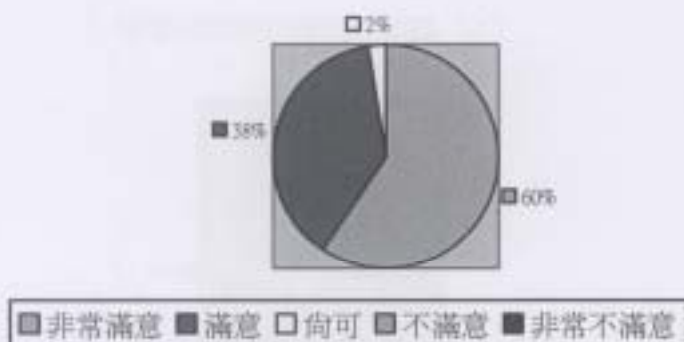


■ 非常滿意 ■ 滿意 □ 尚可 ■ 不滿意 ■ 非常不滿意

(2) 講員的整體表現滿意度高

題目「講員的整體表現」，「非常滿意」53%、「滿意」45%、「尚可」2%，合計「非常滿意」與「滿意」有98%。

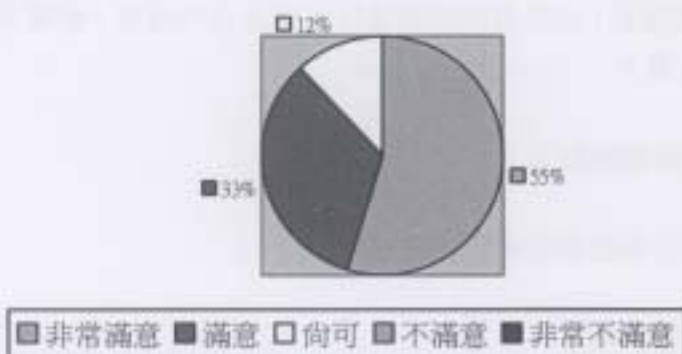
(2) 講員的整體表現



(3) 活動的流程與安排差強人意

題目「講員的整體表現」，「非常滿意」55%、「滿意」33%、「尚可」12%，合計「非常滿意」與「滿意」有88%。

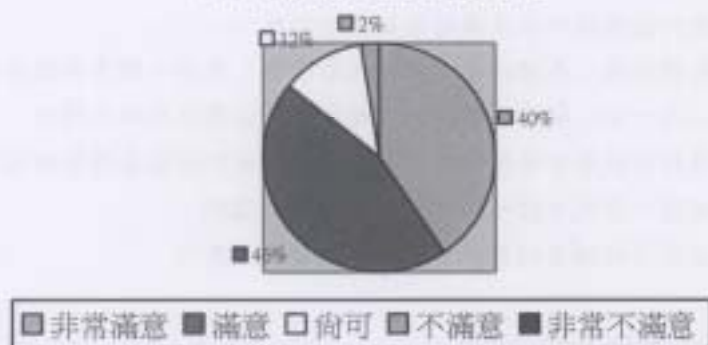
(3) 活動的流程與安排



(4) 時間與地點的便利性差強人意

題目「時間與地點的便利性」，「非常滿意」40%、「滿意」46%、「尚可」12%、「不滿意」2%，合計「非常滿意」與「滿意」有86%。

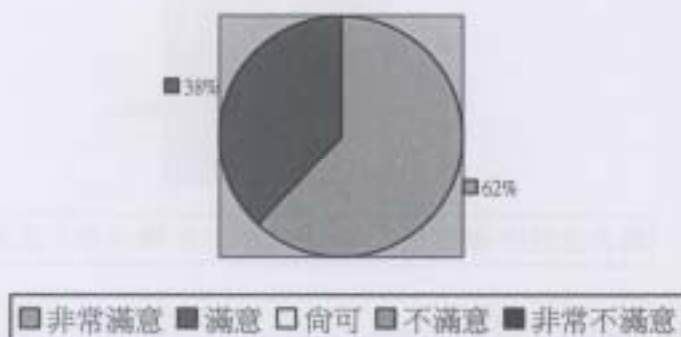
(4) 時間與地點的便利性



(5) 對本次活動滿意度百分比

題目「對本次活動滿意度」，「非常滿意」62%、「滿意」38%，合計100%。

(5) 對本次活動的整體滿意度



由以上數據得知學員對「本次活動滿意度」滿意度頗高達100%，其次對「講員的整體表現」及「內容和主題的適切性」滿意度也高達98%，但對於「活動的流程與安排」滿意度88%及對「時間與地點的便利性」滿意度86%，顯示本次活動的安排與時間因利用課餘的時間包括晚上與週末，以及有的老師遠從苗栗及台中通車，影響其參與課程的便利性，其滿意度差強人意。

2. 質性題目分析歸納如下：

(1) 本次課程最讓我感興趣的地方是

① 肢體開發，如：

- 肢體的舞動
- 訓練自己的律動
- 肢體的開發、暖身活動
- 肢體質感的感受體驗，如：泡沫、漂浮、下沉、上升、輕拂、跳、原地抖動、搖擺、轉圈、耳語、猛進等質地元素的體會
- 對於肢體的伸展及舞蹈有個新的認識
- 肢體遊戲（各種暖身、舞蹈元素引導）享受、探索身體各種可能和感覺
- 二人一組，閉著眼睛摸對方的造型，感覺很新鮮又特別
- 老師的教學方法很特別，利用了一些我們身體各種部位玩了很多不同的遊戲，發現身體可以玩很多力與美的遊戲
- 欣賞老師跳舞的舞姿，聽指令開發肢體動作

② 音樂與舞蹈的統合，如：

- ⊙與音樂融合
- ⊙「水族館」音樂加上舞蹈的結合，也就是音樂加上舞蹈的表演藝術
- ⊙將舞蹈融入在音樂中，利用最自然的方式，多元的表現出自己的身體語言
- ⊙音樂與舞蹈的結合搭配，並且以戲劇呈現出來。而且覺得這是一個很美的畫面
- ⊙跟著音樂自創性的舞蹈
- ⊙聽著音樂做屬於自己的東西
- ⊙舞蹈與音樂的結合，如何運用肢體動作表情達意
- ⊙老師介紹許多舞蹈動作（元素）練習後，再帶入音樂「水族館」就有更多的舞蹈動作的產生

③教學能力的提升，如：

- ⊙教導小孩子
- ⊙如何設計相關小朋友課程
- ⊙學習如何和學生互動和教導小朋友
- ⊙原本是最想了解水族館的編舞，開始上課後，對於如何進行一個奧福以音樂舞蹈的課程，覺得很有趣。老師從暖身引導舞蹈元素充滿畫面，非常有趣
- ⊙嘗試編舞的技巧，引導兒童的方法
- ⊙know more about orff
- ⊙老師本身讓人感受到美好，闔眼擺出同伴的身體造型並交互成流動線條。身體部位點的使用，快一慢，身體重量，高低、轉、繞圈
- ⊙舞蹈加上音樂如何融入藝術人文領域，拉邦理論結合奧福音樂，豐富教學內涵

④其他，如：

- ⊙拉邦理論的體驗，體驗呼吸樂句的部份
- ⊙有機會瞭解什麼是奧福音樂和藝術性舞蹈
- ⊙自由想像發揮
- ⊙急凍四人舞。默契、呼吸節奏要相同
- ⊙編舞的過程
- ⊙舞蹈設計非常自然

(2) 本次課程讓我最有收穫的內容是

①瞭解自己的身體，增進動作的質感，如：

- ⊙了解身體運用的方式有很多種！
- ⊙對肢體動覺的了解更深入

- ⊙細緻的肢體動覺操作
- ⊙運用各種動作、方向做出不同的質感
- ⊙身體的律動，身體的意象感覺
- ⊙呼吸如何連接肢體和音樂
- ⊙利用身體開發各種肢體語言，利用想像將動作及律動發展出來，原來每個人都能成為美麗優雅的舞者
- ⊙開發自己的肢體語言，運用以往很少用到的身體部分來完成舞蹈與情意結合；
- ⊙對肢體動作的細部分析：呼吸、力道、動、空間、方向、高低、伸展
- ⊙肢體開發，感受身體的律動，讓舞姿更有生命力
- ⊙體驗舞蹈的元素字彙；開發身體潛能；了解觀察分享的重要性
- ⊙身體的肢體動作有律動性，知道不論是音樂及舞蹈都應該配合呼吸，並且動腦筋去好好思考每一個步驟
- ⊙肢體動作的想像與創作力
- ⊙讓呼吸調息自己的動作，學到了除了平時想到的動作外，更超越想像力的動作
- ⊙學習到以自己的四肢，充分展現出意境，將肢體融入到音樂中，忘我的表現自己，忘掉怕丟臉的窘境
- ⊙肢體的律動變的比較好，長提醒自己是否抬頭挺胸，身體程一條線，讓自己的儀態變得更好
- ⊙多了很多的律動，讓身體能夠放鬆，隨著音樂舞動，增加很多的想像力

②老師的示範與能量，如：

- ⊙講師豐富的肢體動作，也啟發了學員充分表現自己，學到許多舞蹈語彙
- ⊙老師很會引導，將拉邦舞譜循序漸進的帶出來
- ⊙看到老師豐富吸引人的、驚訝的肢體、聲音表情「明確」、「明確」、「再明確」
一要非常清楚動作的方向、位置……anything
動作的「句子」一有變化的句子，豐富的句子表現
- ⊙與師的雙人舞
- ⊙了解拉邦理論，老師示範教學
- ⊙如何分解動作、組合動作成為有意義的舞劇；講師豐富的肢體語言，彌補語言說明之不足（因為外籍老師急於表達意念、說太快，學員了解不足）
- ⊙和拉邦的理論結合，讓舞蹈內容的使用更具體，老師的【不對稱】的舞蹈方法(希望能使肢體更為流動的引導)，令人印象深刻。整個課程的收穫很多，讓自己看到肢體更多的可能性

③認識編舞，如：

- ⊙原來生活中我們平常所會做到的動作，例如：跳、走、呼吸、搖擺……等都能

成為舞蹈元素

- ⊙有時老師會要我們站旁邊觀察其他人，這讓我發現許多自己沒想過得點子
- ⊙在雙人舞蹈的編舞，激發和不少創造力，也漸漸了解可以用怎樣的方式引導肢體流暢伸展
- ⊙對於舞台表演整體結構的鋪陳有了不同的看法
- ⊙如何編舞；編一齣舞台劇該注意的事
- ⊙專注內在的平靜；當許多人在一起，但也能讓自己進入忘了有別人及自己，只剩呼吸。原來呼與吸之間；舞是如編出來的

④其他，如：

- ⊙在遊戲中學習
- ⊙學習到奧福音樂與藝術舞蹈；接觸不同的人，分組溝通進行活動。也認識到「拉邦理論」
- ⊙準備表演的過程
- ⊙拉邦理論；身體每個部位的運用

(3) 本次課程讓我最感成就的是

① 參與舞蹈表演，如：

- ⊙最後表演時，在動作上能夠表現流暢，以及能與舞者搭配好音樂
- ⊙大家一起想怎麼表演，然後設計出自己一組的動作
- ⊙大家一起完成一整首音樂的創意舞蹈，很不容易
- ⊙原來我也可以成為舞者，從來就很怕跳舞的我，在老師的引導下，一星期的課程，讓我舞動的起來，雖然還是沒有跳得很好，但至少我踏出了第一步！
- ⊙自己也能挑舞(以前只是律動)
- ⊙與學員一同完成舞蹈表演
- ⊙成果發表美美的
- ⊙在幾天之內與原本陌生的學員逐漸熱絡並在短時間內培養默契完成音樂舞蹈表演
- ⊙能上台發表舞蹈
- ⊙The aquarium 的演出
- ⊙能有屬於自己的發表!!
- ⊙成果發表會
- ⊙最後的成果展
- ⊙編了跳舞的內容
- ⊙與別人一起完成舞蹈，最後終於完成表演
- ⊙完成兩齣動作，與大家合作愉快

- ⊙小組合作編舞
- ⊙成果發表
- ⊙透過自己與同學的創意，即興不同動作的舞蹈，進而完成一個表演

②肢體表達的自信，如：

- ⊙自己表較放得開
- ⊙肢體開發成功
- ⊙對於表現肢體和即興創作我覺得很滿意
- ⊙透過這次的上課，以後更懂得欣賞舞蹈，運用自己的身體
- ⊙肢體變協調
- ⊙本來肢體十分僵硬，經過幾天的開發，使我的身體有了韻律感
- ⊙身體變得比較柔軟
- ⊙沒有想逃跑和害怕，和大家一起到結束。感受身體最陌生的部位，並了解知道它的存在，就像是許久未見的朋友，和它玩一玩
- ⊙不能說是成就，而是一種喜悅，發自內心的愉悅，感受到身體更多的可能性；身體是聰明的
- ⊙找到好的 shapes
- ⊙利用不同方式肢體開發，並且用兩人合作的方式將力與拉扯之美
- ⊙跳脫出以往的熱舞，嘗試跳出較慢動作的舞，也利用肢體做出好多不同層次的動作
- ⊙動作的精準與精緻，詮釋音樂的內涵
- ⊙發現胖子也可以靈活、快樂地跳舞
- ⊙能在短時間內喜愛自己的肢體並了解如何運用
- ⊙更容易表現自己的肢體

③其他，如：

- ⊙全程參與本次課程
- ⊙可以對拉邦理論有更多的了解，用水族館的實例結合(可更具體的理解)；和同學間一起腦力激盪合作進行創作；每次都趕得上四點半從台中來的火車，很幸運
- ⊙呼吸節奏，因主修聲樂

(4) 本次課程最讓我感到困難的是

①創造力的發揮，如：

- ⊙富有創意的動作不會無中生有

- ⊙身體造型，想不出有甚麼動作可用
- ⊙動作的表現，心裡想的動作→表現出來的過程
- ⊙跳的有意境
- ⊙直線的舞蹈
- ⊙創造舞蹈動作，編舞碼
- ⊙有些時候老師給的指令會沒有想法，就會沒有太多的動作
- ⊙有很多舞蹈動作是陌生的，較無法用多種方法舞蹈；時間很短，老師想教的很多，吸收的速度有些趕不上；語言的問題
- ⊙即興
- ⊙即興配樂的部分，因為時間非常倉促
- ⊙創作!模仿是很容易，但常常在課程中是需要自己的思想，我認為這是最難的!
- ⊙每個動作的生動力及變化
- ⊙對於動作的感覺，做出來還是很僵硬，無法立刻想到新的動作
- ⊙自己創造力不夠，所以有時候老師教我們用不一樣方式做同樣動作，自己會不知道怎麼辦
- ⊙運用身體的部位重複某動作，旋轉、伸展、跳……需要很多想像力和創造力
- ⊙要達到老師對某些動作的要求，但會常常覺得不知從何做起
- ⊙對於創意方面有點障礙，覺得那個部分最難

② 肢體缺乏開發，如：

- ⊙體力不是很好，平時沒有運動，身體體力及舞動的持續較差
- ⊙語言的障礙
- ⊙連續八天的舞蹈動作訓練，肌肉痠痛
- ⊙體力不支，筋太硬
- ⊙筋不夠柔軟
- ⊙身體過硬，無法做太柔軟的動作，常常被沒挺直
- ⊙綜合性的動作，因為本身肢體動作就很僵硬
- ⊙上完課手腳都很痠，但是隔天又要上課
- ⊙自己的身體不夠柔軟，對身體的控制力不夠
- ⊙腰部肌肉不太柔軟，拉筋動作上有困難
- ⊙柔軟度不夠
- ⊙呼吸伴隨身體律動

③ 語言能力不足，如：

- ⊙要聽好多的英文，聽得懂單字，但一連串老師說很快的話，就會聽不太懂
- ⊙非假日上課特別辛苦
- ⊙自己的語言能力不足，有時無法充分了解講師的說明；自己具備的肢體動作語

彙有限，有時很難做到講師要求的舞蹈動作

- ⊙應該是語言吧!如果英文更好，有好多想法想與老師分享互動，我想會學到更多的

④其他，如：

- ⊙課程學員保持安靜等待老師及態度積極度，敏感老師已開始或結束，就是常規啦!尊重老師的小細節等
- ⊙剛開始需不在意別人的注視下跳舞，但後來專注在自己的舞蹈中，便忘了這些

(5) 其他意見與建議

①再參加此類課程，如：

- ⊙Teacher would come back soon for us next time.
- ⊙希望學校可以多提供一些課程，提供更多面的學習
- ⊙希望老師下次可以再來
- ⊙很感謝學校舉辦這次的研習活動，讓我學習很多，希望以後也能有相關的訊
- ⊙可以再多點奧福音樂研習

②理想的場地，如：

- ⊙或許可尋覓空間再大一些的舞蹈教室，讓大家能再有揮灑的空間
- ⊙表演場地可以再大一點!

③有配套的理論課程，如：

- ⊙第二天的理論課程因牽涉太多專有名詞，只見講師滔滔不絕，但台下聽不懂建議先給中文講義
- ⊙靜態講座聽不太懂

④加強學習態度，如：

- ⊙上課學生的交談太多，影響老師的上課，學生應學習多看多聽少多的學習態度，甚麼時候該說話甚麼時候該聽該看以及觀察

⑤感謝與鼓勵，如：

- ⊙超棒的七天! I like ~

- ◎很感謝工作人員的辛勞
- ◎Great!
- ◎辛苦了!謝謝所有現場的大家、翻譯老師、門口守候的工讀同學

六、 結論與建議

「奧福音樂與藝術性舞蹈的統合」密集課程，參與的學員有 50 人，包括本校老師與學生（72%）及外校老師與學生（28%），年齡層從 19 歲至 59 歲，經過 7 天 36 節次的研習，雖然都非舞蹈專長，但在 Christa Coogan 的指導下，成果發表會時都能將所學展現於舞台，達成預期的效益如下：

（一）開啓並發揮學員的肢體—動覺智慧（bodily-kinesthetic intelligence）

由學員的滿意度調查中，得知學員感到最有興趣的有「肢體開發」，最大的收穫有「瞭解自己的身體，增進動作的質感」，最有成就的有「肢體表達的自信」，說明了此課程有效的開啓並發揮學員的肢體—動覺智慧。

（二）體驗多元智慧的統合性~舞蹈與音樂、舞蹈與語言、舞蹈與空間等

Christa Coogan 運用「以「原始自然的律動」的表演型態實踐音樂與舞蹈的合一」，以及「以文字圖像/動作圖像輔助音樂的曲式及內涵作為編舞的架構」等多元智慧的統合，讓學員在非舞蹈專長的背景中也能將成果展現於舞台中，其最有成就的項目中多數表達了「參與舞蹈表演」。

（三）透過肢體的感受力增進藝術的表現力

Christa Coogan 的課程設計強調理論與實務並重，以拉邦的舞蹈理論為架構，開發肢體動作的創造力，並輔助「肌肉覺」的理論基礎，說明肢體感受力及動作質感的重要性，以達到增進藝術表現力的目的。

（四）瞭解教育意涵的創意理論，學習如何設計舞蹈/動作課程

由學員的滿意度調查中，最有收穫的有「認識編舞」，最感興趣的有「教學能力的提升」，以及 Christa Coogan 融合奧福教育理念於舞蹈教學的教學實務中，讓學員在實踐中瞭解教育意涵的創意理論。

(五) 認識舞台空間和舞台安排，增進編舞與藝術性舞蹈的技巧

藉由「四重奏」雙雙人舞以及聖賞「水族館」的舞蹈表演，在 Christa Coogan 的示範及指導下，學員認識舞台空間和舞台安排，增進編舞與藝術性舞蹈的技巧。

(六) 奠定學生多面向音樂與表演藝術的基礎，提升表演藝術活動的廣度與深度

本次活動參與的學員其專長背景不同，包括音樂系、幼教系、教育系及特教所的師生，由他們「對本次活動滿意度百分百」，表示希望再參加此類課程，相信學員在潛移默化下，奠定學生多面向音樂與表演藝術的基礎，提升表演藝術活動的廣度與深度。

此次活動在教育部補助款及學校配合款等相關協助下，於成果發表會中圓滿落幕，但在辦理過程中，深感自籌講座教師的機票費以及無公關費招待外籍講座的困擾，是執行計畫時美中不足的地方。

七、 附錄

(一) 滿意度調查問卷樣式

99 上半年度教育部補助推動人文領域人才培育國際交流計畫

活動名稱：奧福音樂與藝術性舞蹈的統合

滿意度調查問卷

您好：

感謝您參與本次活動，希望研習內容與安排能讓您有豐富的收穫。為使下一次活動更臻完美，請您依本次活動感受提供寶貴建議，作為日後舉辦活動之參考，再次謝謝您！

填妥後請交予工作人員

一、基本資料

(一) 性別：男 女

(二) 職務：學生 教師 其他

(三) 身分：大一生 大二生 大三生 大四生 碩士班研究生

教學碩士班研究生 中小學教師 幼稚園教師 其他

二、滿意度調查

	非 常 滿 意	滿 意	尚 可	不 滿 意	非 常 不 滿 意
1. 主題和內容的適切性	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 講員的整體表現	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 活動的流程與安排.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 時間與地點的便利性	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 對本次活動的整體滿意度	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

【背面尚有問題】

三、開放性問題

1. 本次課程最讓我感興趣的地方是：_____

2. 本次課程讓我最有收穫的內容是：_____

3. 本次課程讓我最感成就的是：_____

4. 本次課程讓我最感困難的是：_____

5. 其他意見與建議：_____

～謝謝您的參與～

(二) 課程補充資料

以舞蹈作為美感教育

Christa Coogan

15 位同學坐在椅子的邊緣，緊盯著前面，害怕會錯過了台上的任何一個動作。他們的頭就像打網球一樣的移動著，向右邊轉，突然的轉向中間，一會兒又轉向右邊，現在又慢慢的看向左邊：

舞者們不斷的走過這扇門，一邊笑著一邊聊天(但是因為我們聽不見，所以不知道他們為何而笑)。他們的裙子正在旋轉，舞者們正快速的旋轉及跳躍著，轉阿轉，離開地面得高高跳著。突然一位舞者在門框內倒立了起來，像個鐘擺般的搖擺著。突然從大笑變成了小聲的低語，在遠方教堂內的鐘聲響起，門框被慢慢的推下舞台。一些孩子們轉向同伴並開始低聲的討論起來。其他的孩子們保持安靜，為了不要錯過接下來會發生的事情。突然一個彩色上方覆蓋著黑色的東西從舞台的右邊掉到舞台的左邊來，一位冷靜的男人把它阻擋了下來。黑色的部份是黑色的捲髮連接著一位穿著橘色羊毛裙子、深綠色上衣、黃色襪子和黑色綁帶鞋子的女人。他們開始和彼此跳舞。她舉起他的腳在底下滑動著，而他旋轉著，放鬆一邊的膝蓋，圍繞著她旋轉，突然間向上跳，然後放心的重重落入她的懷裡。兩位舞者正面對著面…

孩子們格格的笑著 -在此之前他們正遮住雙眼爲了不要看到接下來的接吻畫面-

一把水槍出現在女舞者的手中，她深情的往她的同伴身上噴射。她瞄準他光溜溜的腳指頭，還射向他的臉。她笑笑的逃走，但他飛越她，並將臉上水珠拍掉。她動來動去閃躲，他繞過她，跳上她的肩上，換個方向慢慢滑下來，看著她越過他，大地就像一個小孩在他懷裡。

一些孩子跟著舞者們喘氣了起來，但沒有其他的動作。另外一些孩子將他們的腳縮在椅子上，爲了能做得更高看得更清楚一點。台上的舞蹈仍持續著。

在中場休息的時間，每個人都對舞蹈發表熱烈的意見。

這個穿著女人衣服的男人看起來很滑稽，他正喝著裝在女人鞋子裡的酒…女人正將東西塞進她的手提箱，突然舞者像氣球爆炸般分開…

想像帶著一群三年級的孩子到國家芭蕾舞表演廳看一場 Mats Ek 的 *A Sort of* 表演。首先，這些孩子並不是一般常見的觀眾，因爲他們都是孩子，也因爲他們透過學校參加了一個創造性舞蹈的計畫，所以他們對現代舞蹈有些許的了解。當這些孩子們被帶領進入基礎創造性的舞蹈領域中，他們獲得到了很多有益的經驗。

因爲它牽涉到了身體、心理及精神方面，創造性舞蹈提供孩子們許多不同的方法去認識自己。當他們在學習動作及舞蹈技巧時，他們正在運用著身體動覺智能、音樂智能及視

覺空間智，他們所認識的技巧就是他們所學到的動作的概念，當他們學習與他人合作時及他們了解與重視個人及他人的創造性表現時，他們正在發展個人的技巧。這些益處給孩子們一個機會去了解舞蹈。他們用身體去表現對時間、空間及特性的感受，也在別人身上看到不同的表現，學著去思考並說出這些經驗及所觀察到的東西。

這些是對藝術欣賞及美感教育的觀點。美感教育啓發學生去問問題及作回應，它包含了感覺、認知、影響及想像力。這個教學方法主要的核心是對於認識及了解藝術的概念，就像學習數學、科學或語言一樣，想要成功的教導與學習都是必要的。美感教育這種教學方法既不是爲了「藝術而藝術」，也不是利用藝術作爲教學其他科目的工具，而是第三種將前面兩個要素合而爲一。概括來說，它包含了和有興趣的孩子作適當的討論，討論關於美及美學：什麼是美麗的？爲什麼？什麼使得動作美麗？另外，長遠的藝術地位是被征服的：每個人會感受到藝術是與他們的生活方式有關的並且是有趣的。它教導如何去收集、區分、摘要及選擇經驗，最後將他們安排成爲一種形式，讓這些個人經驗對他人來說變得更有意義。具體來說，這種舞蹈的教學法是一種很好的準備去接受、了解及享受跳舞的時刻，可以做到像國際級的水準(和一些編舞者，例如 Jiri Kylian, William Forsthye, Pina Bausch, and Mats Ek)，或著做到地方性的水準也就是舞蹈在社會及藝術上的基本概念。

給孩子們的基本創造性舞蹈會從對身體的認識開始，透過創作即興的發揮探索舞蹈的基本要素。孩子不是只被教導一種風格或技巧(像是芭蕾舞、爵士、嘻哈、舞蹈或著非洲風格)，而是去發現並發展出他個人獨特透過動作表達概念、想法及感受，發現他個人在動覺上的特徵。

與音樂連結

舞蹈是一種單獨的藝術型態，但它最早是與音樂作連結的。基本舞蹈提供一個寬廣的機會去了解這樣的關係。孩子們在型態及構造的概念上發現了它們的相似處，從最小最基本的要素，慣用語，AB 形式或是迴旋曲形式。他們在音樂界與舞蹈界中建起了一道橋樑，像是風格、動作的特性程度及動作的標準。音樂開始被了解是在一個能被分析的階段。孩子們當然會對節拍及音樂的藝術氛圍有反應。他們的感覺被喚醒，他們的想像力被刺激，因此音樂在感情方面被內化並且爲能組合的階段。

偶爾在創造性舞蹈課程中，在孩子們的舞蹈中充滿了心臟的脈搏聲及呼吸的聲音，就好像音樂的友誼般。音樂既不是一種支撐或一種支架；它們是跟著身體的音樂及詩意。一個孩子的舞蹈會漸漸充滿從深處湧現的節奏、語調及氛圍，與他們在舞蹈課堂中所學到的技巧及概念連結。

(三) 研習心得舉隅

奧福音樂與藝術性舞蹈研習心得

音碩二 n9788003 陳慧君

在參加這次的研習之前，一直以爲奧福只有樂器的運用，但經過這一周的活動，才知道奧福並非只有樂器，它是結合了音樂、肢體、舞蹈及舞台的多元創造性教學。

老師透過卡爾·奧福對音樂的詮釋，來說明拉邦理論：舞蹈是以你的身體來演奏音樂，這說明了舞蹈要素（動作－時間－空間－力量）的重要性，只要用這些元素來創作編舞，就有無窮的可能性。在這一週裡我學到許多需要發揮想像力的肢體舞蹈動作，以音樂爲主題，學習和他人合作，也學習如何觀察別人，隨著音樂情境移動身體，希望透過肢體動作表達出情感，在我探索自己的身體的同時，也了解到空間概念和自己能力的限制，並創造出屬於自己的作品。我們分組觀摩，在聽到別人給予建議時，能加以修正改進，同時也能夠觀察別人的創作，給予讚美或建議，互相切磋以求進步。

這樣的教學方式，我想對孩子不僅在社交、團隊合作或是創造力的發展上都會有很大的幫助。因爲被尊重而獲得信心，使得孩子勇於嘗試各種新的事物，願意與他人合作，或許這就是奧福音樂的奧妙之處。

另外讓我印象深刻的是老師說：「舞台是活的，是可以流動的。」我們總是站在舞台的中央，而忽略了舞台的其他位置，其實可以運用的空間不僅僅是舞台中央而已，不同的位置各有其重要之處，在舞蹈呈現中會有層次感。老師一再提醒我們，重點不在於把所有的人物都放在舞台中間，而是要在舞台上組成一個圖像，讓它有張力及層次感。

連續一周的肢體伸展，雖然痠痛不已卻令身體有著前所未有的舒坦感覺，讓我對自己的身體有更進一步的認識。透過觀察，我發現從別人身上可以學習到不一樣的肢體動作，從第一天的四肢僵硬到最後一天演出時柔和的伸展，才發現原來我的身體是會說話的，每一個動作都代表著我的情緒。老師運用這些教學方式，激發了我的想像力和創造力，在每一次的音樂探索中，我慢慢的發現到身體有著許多不同的可能性，這些都是之前從不曾有過的體驗。回到學校後，希望也能有機會帶領學生體驗。

(四) 報名、報到學員清單

	姓名	學校／科系
1	胡雅淳	新竹教育大學幼教系
2	顏郁潔	新竹教育大學幼教系
3	陳季吟	新竹教育大學幼教系
4	王詩惠	新竹教育大學幼教系
5	何珊仔	新竹教育大學教育系
6	林雨萱	新竹教育大學音樂系
7	林佑庭	新竹教育大學音樂系
8	劉啓竹	新竹教育大學音樂系
9	黃冠慈	新竹教育大學音樂系
10	王文郁	新竹教育大學音樂系
11	胡嘉珊	新竹教育大學音樂系
12	陳毓欣	新竹教育大學音樂系
13	歐俐廷	新竹教育大學音樂系
14	郭薇	新竹教育大學音樂系
15	溫雅竹	新竹教育大學音樂系
16	魯園園	新竹教育大學音樂系
17	陳美秀	新竹教育大學音樂系
18	廖怡婷	新竹教育大學音樂系
19	許育綾	新竹教育大學音樂系
20	曾珮瑜	新竹教育大學音樂系
21	賴韻如	新竹教育大學音樂系
22	歐宣旻	新竹教育大學音樂系
23	劉哲豪	新竹教育大學音樂系
24	王心恬	新竹教育大學音碩
25	范僑洳	新竹教育大學音碩
26	尤巧慧	新竹教育大學音碩
27	林雅麗	新竹教育大學音碩
28	陳慧君	新竹教育大學音碩
29	林珍如	新竹教育大學音碩
30	徐麗芬	新竹教育大學音碩
31	林夙敏	新竹教育大學音碩
32	石淑萍	新竹教育大學特教所
33	林曉怡	新竹教育大學特教所
34	張育菁	新竹教育大學特教所
35	劉書含	明新科技大學幼保系

36	呂安琪	明新科技大學幼保系
37	王菲菲	新竹市世界高中
38	廖美瑩	明新科技大學幼保系老師
39	徐雁玲	苗栗縣後龍國小老師
40	蔡瓊慧	車籠埔國小老師
41	傅蓉音	車籠埔國小老師
42	許碧娥	車籠埔國小老師
43	王薇雅	新竹國民小學音樂班老師
44	蘇文玲	新竹市載熙國小老師
45	余奕羣	竹北市光明國小老師
46	吳黛艷	新竹市北區載熙國小老師
47	林秀珊	財團法人雅歌文教基金會老師
49	高玉立	新竹教育大學音樂系老師
50	陳惠文	新竹教育大學音樂系老師

(五) 報名表樣式

國立新竹教育大學人才培育國際交流計畫報名表

姓名		生日		性別	
手機		電話			
就學單位(學生)		學系		學號	
服務單位(社會人士)					
地址	()				
電匯/轉帳帳號	銀行代號：		帳號：		
參加課程(學生)	<input type="checkbox"/> 全課程				
參加課程(社會人士)	<input type="checkbox"/> 單堂 _____ <請填入參加哪一堂課程> <input type="checkbox"/> 全課程				


曾修習過相關課程：

竹教大 藝術季

奧福音樂與 藝術性舞蹈工作坊

教育部補助人文領域人才培育國際交流計畫

指導老師
全方位舞蹈家
Christa Coogan



透過舞蹈強化身體和
運動知覺的本質。
以身體作為律動的工具有來培養
律動與呼吸更深層的關聯性。
體驗舞蹈溝通的潛在能力。

指導老師：全方位舞蹈家Christa Coogan
時間：2010.3.26 (五) - 2010.4.1 (四)
地點：國立新竹教育大學 活動中心4樓 舞蹈教室
成果發表&兒童示範教學：2010.4.1 講堂甲 19:00
網址：<http://www.nhcue.edu.tw/~w99001/website/index.html>

主辦單位：竹教大人文社會與藝術學院
合作與協辦單位：體育康樂中心
<http://www.nhcue.edu.tw/~w99001/website/index.htm>

2010

(七) 研習證書樣式



國立新竹教育大學
National Hsinchu University of Education
人文社會與藝術學院
College of Liberal Arts

證 書

謹以此證書證明 000 君 參加「奧福音樂與藝術性舞蹈」密集課程,自 2010 年 3 月 26 日至 4 月 01 日共 32 小時。

課程內容：

1. 運用奧福理念於舞蹈教學
2. 肌肉覺的理論基礎與實務
3. 拉邦動作原理與即興創作
4. 藝術性舞蹈與編舞

This is to certify that Ms. 000 has participated in the intensive class of "Orff-Schulwerk and Artistic Dance" given from March 26th-April 1st, 2010 and has completed 32 hours courses.

Main Subjects of the Course:

1. The application of Orff-Schulwerk's philosophy to dance teaching
2. The basis theory and practice of Kinaesthesia
3. Rudolf von Laban's movement theory and its application to improvisation and composition
4. Creative artistic dance and choreography

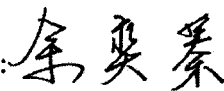
講師 (Instructor) : Ms. Christa Coogan

_____ 2010/4/1

人社藝學院院長 (Dean of College of Liberal Arts) : 陳淑文

_____ 2010/4/1

(八) 課程資料使用同意書樣式

<p style="text-align: center;">課程資料使用同意書</p> <p>本人同意新竹教育大學主辦教育部顧問室補助人文領域人才培育交流計畫-奧福音樂與藝術性舞蹈密集課程使用課程資料，包括上課心得、課程照片及影片等，該資料提供計畫報告及網站之用。</p> <p style="text-align: right;">簽名：</p>
--

(九) 網站樣式舉隅

1. 報名網頁樣式

<h1>奧福音樂與藝術性舞蹈</h1>	
<small>教育部顧問室補助</small>	
<ul style="list-style-type: none">..... 計畫目標..... 最新消息..... 課程內容..... 師資簡介..... 招生辦法..... 位置圖..... 活動紀錄..... 相關連結	<h2>🎵 招生辦法 🎵</h2>
	3/11 名額已滿，截止報名
	一、主辦單位：國立新竹教育大學
	二、時間：自99年3月26日起至4月1日共7天
	三、地點：國立新竹教育大學
	四、參加對象：
	a. 新竹教育大學音樂系學生修習過「奧福教學法」、「奧福樂園」、及「卓越計畫奧福師培課程」等相關課程者優先。
	b. 新竹教育大學其他學系曾修過有關音樂、律動、表演藝術等相關課程者。
c. 其他大學曾修過有關音樂、律動、表演藝術等相關課程者。	
<p>http://www.nhcue.edu.tw/~w99001/website/index.htm 2010/7/13</p>	

2. 成果網頁樣式~上課花絮

制用用用用用

制用用用用用

奧福音樂與藝術性舞蹈

教育部顧問室補助

計畫目標
最新消息
課程內容
師資簡介
招生辦法
位置圖
活動紀錄
相關連結

活動紀錄

♪ 2010.03.26	♪ 2010.03.27
♪ 2010.03.28	♪ 2010.03.29 彩排
♪ 2010.03.30	♪ 2010.03.31 彩排
♪ 2010.04.01	

講義

♪ Handout

http://www.nhcue.edu.tw/~w99001/website/index.htm

2010/7/13

2010. 3. 26 上課花絮



2010. 3. 27 上課花絮



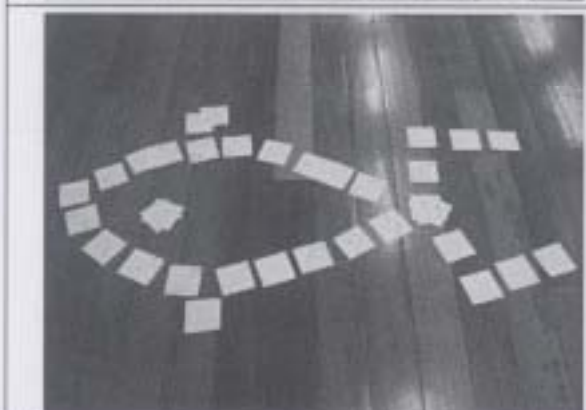
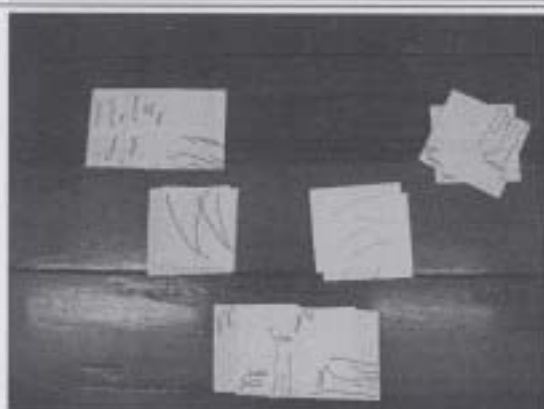
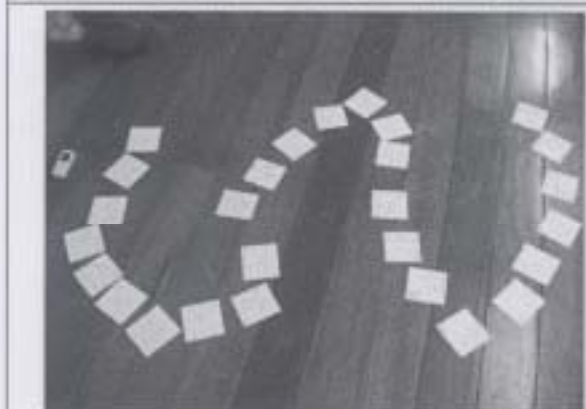


2010. 3. 28 上課花絮



2010.3.30 上課花絮





2010.4.1 活動紀錄

兒童示範教學



2010.4.1 活動紀錄

活動成果與分享花絮

