

-2020-

國立東華大學 108 學年度地方教育輔導工作計畫
藝術人文教師增能研習

肢體與音樂連結之創造性教學

研習課程預定表(第一梯次)

	109/03/28(六)	109/03/29(日)
8:30	開幕式	簽到
9:00 12:00	<p>課程主題: 肢體的點(一) 從有氧舞蹈出發認識拍子與動作</p> <p>課程內容: ● 有氧舞蹈拍子與動作關係 ● 律動暖身 ● 基本舞步 ● 節奏律動 ● 組合動作 1</p>	<p>課程主題: 肢體的線(一) 從太極拳出發感受旋律與線性律動</p> <p>課程內容: ● 太極拳與線性律動關係 ● 導引暖身 ● 基本動作 ● 套路組合 ● 九大原則</p>
13:30 18:00	<p>課程主題: 肢體的點(二) 從有氧舞蹈出發認識拍子與動作</p> <p>課程內容: ● 舞步變化 ● 組合動作 2 ● 互動與雙人關係 ● 肢體動作的專注力與協調力培養 ● 結合音樂 ● 分組實作</p>	<p>課程主題: 肢體的線(二) 從太極拳出發感受旋律與線性律動</p> <p>課程內容: ● 鬆動 ● 圓的變化 ● 線性互動 ● 身體、音樂與道具間的關係 ● 分組實作 ● 研習成果呈現</p>

主辦單位保留課程調整之權利。

-2020-

國立東華大學 108 學年度地方教育輔導工作計畫

藝術人文教師增能研習

肢體與音樂連結之創造性教學

研習課程預定表(第二梯次)

	109/04/11(六)	109/04/12(日)
8:30	簽到	簽到
9:00 12:00	<p>課程主題: 肢體的面(一) 從瑜珈出發體會時間停頓與動作面向</p> <p>課程內容:</p> <ul style="list-style-type: none">● 瑜珈與停頓、面向的關係● 伸展暖身● 瑜珈之動作層次變化● 三法一體● 瑜珈與聲音的關係	<p>課程主題: 肢體的統合性(一) 從打擊樂的合奏出發發展即興舞動</p> <p>課程內容:</p> <ul style="list-style-type: none">● 非洲鼓與肢體律動的關係● 基本律動● 音樂裡的舞步轉換
13:30 18:00	<p>課程主題: 肢體的面(二) 從瑜珈出發體會時間停頓與動作面向</p> <p>課程內容:</p> <ul style="list-style-type: none">● 身心覺察● 動作造型與停止● 瑜珈動作之創造與移動力● 雙人與群體瑜珈● 分組實作	<p>課程主題: 肢體的統合性(二) 從打擊樂的合奏出發發展即興舞動</p> <p>課程內容:</p> <ul style="list-style-type: none">● 節奏與肢體的關係● 結構即興● 即興舞動● 分組實作● 研習成果呈現

主辦單位保留課程調整之權利。