

-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。

-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:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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>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:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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
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:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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>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:</p> <ul style="list-style-type: none">● 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

主辦單位保留課程調整之權利。