

新竹市 113 學年度國民教育地方輔導團藝術領域分團團務運作成果

編號

<p>活動主題</p>	<p><input type="checkbox"/>輔導團員工作會議及學習進修活動 (含央群到市輔導、團務會議、團務增能、地方辦理之期初/末會議、央群到市輔導、參與央團舉辦之分區活動、年度研討會等)</p>	<p><input type="checkbox"/>市團到校服務 (含分區巡迴服務、學校申請、諮詢服務等)</p>
	<p><input type="checkbox"/>學校領域召集人會議及學習進修活動 (含期初、期末領召會議)</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>全市性(含分區辦理)教師學習進修活動(開放全市各校參與、跨校共備、公開課等)</p>
<p>辦理形式</p>	<p><input type="checkbox"/> 研討會 <input type="checkbox"/> 團員個別分享 <input type="checkbox"/> 專業對話 <input type="checkbox"/> 分析座談 <input type="checkbox"/> 教學演示 <input checked="" type="checkbox"/> 專題講座 <input type="checkbox"/> 教學方案分享 <input type="checkbox"/> 其他</p>	
<p>研習日期</p>	<p>___114___年___7___月___2___日</p>	
<p>研習時間</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>上午 <input checked="" type="checkbox"/>下午 09:00~16:00</p>	
<p>研習地點</p>	<p>新竹市三民國小舞蹈教室</p>	
<p>研習名稱</p>	<p>藝術領域藝術教師跨科精進暨非專研習-教師戲劇工作坊-隱藏在台詞中的秘密</p>	
<p>主講人</p>	<p>玉米雞劇團王崇誌老師、仇泠老師</p>	
<p>參加對象</p>	<p>全市藝術領域、語文領域教師</p>	
<p>參加人數</p>	<p>17人(關埔1、建功4、三民6、西門1、朝山1、龍山1、民富2、香山高中1)</p>	
<p>講座主題 研討內容</p>	<p>一、進豐校長開場 歡迎參加今天研習!謝謝輔導團夥伴邀請在地玉米雞劇團王崇誌老師。相信在老師分享指導之下，大家會收穫滿滿。 二、上午場，崇誌老師課程 (一)活動一:自我介紹 圍成圈，老師輪流介紹自己的學校和專長/教授科目。 崇誌老師:任職玉米雞劇團，是專業劇團；另兼不然B劇團，青少年實驗、議題…等演出。 (二)活動二:互動討論~戲劇課是什麼? T1:抒發情感。崇誌:動作開發、精神上感受的啟發。 (三)活動三:遊戲武士刀 初階版動作說明示範:手刀，往下劈(哈)、往上劈(哈)。 圍圈，第一個人喊:我是武士這是我的刀，哈!下一個人看眼神動作方向接刀。 順序:砍(上往下)接(下往上)、砍接… 進階版: 接刀者，左右兩邊的人要砍他。砍完才能出刀。 所有的戲劇遊戲從初階開始，一步步變複雜、變難。 (四)活動四:在發聲之前，身體要暖，暖身要做好，暖身動作要像</p>	

在舞台上表演一樣，看前方。

暖身 1

說明：關節所有的動作都要畫圓。慢、畫圓、等速。

順序：脖子、肩膀；肩膀。想像有絲線控制：手肘。轉手腕，大圈，慢；手指頭；胸，想像有人在拉在擋，前右後左；胯，膝蓋微彎；膝蓋合攏；腳踝；手往上伸直；側彎，左/右手過頭，右左右倒；全身關節蜷曲，軸線在頭正上方中間。手握後膝，臀部往上，頭往下，慢慢坐下。腿-腰-胸-頸椎，身體從蜷曲變直立。

暖身 2

順序：1. 手放平，提膝，膝碰手心往前走。眼睛要看前方。

2. 側身，手開腳開。

3. 擰身側行。

4. 前跳，站穩後呈站立姿態再跳。

5. 往 90 度前後左右方向跳行，可以伸出手輔助。（進階 180/360 度跳行）

暖身 3

順序：1. 蹲跳，手掌貼地，腳放到手中間。

2. 前翻，手撐地板、腳抬空中。

(五) 聲音訓練

活動一：嘴巴合起來，彈唇，彎腰、起身。手握拳做擰毛巾。

活動二：發出鳴的聲音，彎腰，吸氣，走。腳-吸氣-走、膝蓋-吸氣-走、腰-吸氣-走、胸-吸氣-走、頭-吸氣-走。

活動三：投擲聲音球，發出 Y-ㄟ-一-又-ㄨ 的聲音送到最遠的地方去。重點是能量，想像。聲音是堆疊。首先是喊單音，接著是喊出連音。（聲音投射訓練）

活動四：（從活動三延伸）

說出：紅色的球，丟給另外一人接。

進階：紅色的球、藍色的球同時出現。

高階：標槍、紅/藍色的球。槍與球動作要區分。

活動五：噴什麼噴、噴什麼噴、噴什麼噴什麼噴什麼噴。

把噴字音變成淬嘴聲/彈舌聲...唇齒聲音咬字練習。

(六) 即興：一站•一坐•一隨便

三張椅子，三個人不須溝通，隨時觀察大家的動作做改變。不一定要坐到椅子上。沒有文字，但就是表演了，會覺得三個人在跳舞。當下反應要很迅速。

進階：可以設定場景，如公園，變成一齣戲。設定身分，身分可以改變，加上台詞。

崇誌老師：戲劇是一個開發的過程。當你會這些，感官打開，你會變得很敏銳。我教課開始不會跳入劇本，我主要做劇場表演，不同於影視表演。劇場包含戲劇，是更多元的表演形式，演員要會唱歌跳舞操偶，所以劇場是多元的。構成表演的三元素：表演者、觀眾、舞台。戲劇由來，儀式說和遊

戲說，儀式酬神唱歌跳舞…一步步完善。

(七)交流互動:

Q:聲音的練習，會不會弄到喉嚨?老師工作很傷喉嚨。

A:聲音出來一定會經過喉嚨，通常練習腹部用力。進階後，可以練習控制腹部肌肉、鼻腔共鳴…等。睡前可以在肚子上放一本書，呼吸，讓書本上下起伏。聲音投射練習不是要讓聲音大聲，而是要傳達到你要傳達的地方去。

(八)表演欣賞

https://www.youtube.com/watch?v=iGCNbdCvzL4&list=RDIGCNbdCvzL4&start_radio=1&pp=ygUPbWFrZSB0aGVtIGxhdWooAcB

瑪蒂達 <https://www.youtube.com/watch?v=3GvDL0HTCMY&pp=ygUMTWfsdG1kYSAyMDEz0gcJCcEJAYcq1Yzy>

三岔口 <https://www.youtube.com/watch?v=0dEBfJDdtTA&pp=ygUQ546L55KQIOS4icWv10WPow%3D%3D>

performance by Yoann Bourgeois

手指偶 <https://www.youtube.com/watch?v=sUUtK9FF1t4&pp=ygURQmInIHB1cHB1dCBmaW5nZXI%3D>

半身偶 <https://www.youtube.com/watch?v=F131FR6PhMQ&pp=ygUOdGhvc2Vy1FRDSEFJS0E%3D>

物件劇場

舞台是一種創造幻覺的地方，第一部影片是理想表演；第二部是孩子肢體的充分展現；第三步是營造黑暗中的幻覺；第四部舞蹈，運用離心力不一定需要劇情，但能感受劇情在走的感覺。現在劇場很多元，有舞蹈、戲劇、雜劇…不一定要在正式場館演出，可以參考第五部影片。

(九)上午場小結、互動

Q1:如果自己的開發較少，如何帶學生?

A:可以先透過遊戲。先找戲劇遊戲開始發展，例如火山爆發，練到爆發和能量，反應力就開始提升；靜態如雕像遊戲。大一點的孩子，可以加入思考，如模仿鳥，思考是什麼鳥、這隻鳥在做什麼；抽象，火/熱…

Q2:有沒有帶不動的學生?

A:有，幼兒園小班學生。如果會干擾，可以請他到旁邊，如果發現他有興趣，隨時邀請他進入。

Q3:學生的劇本，從初稿到演出中間的過程。

A:學生劇本如果真的不行，還是會修改。可以切割成不同片段，排好之後再排下一場。

Q4:學校劇本困境是學生唸完台詞，就覺得戲演完了。

A:還是要從遊戲、肢體開始。表演是做畫面，走位、聲音大小聲。讀文字時，你要有畫面。

Q5:現場時間有限，通常直接定好位置。

A:剛開始會，後來會採用切斷的方式，例如:物件轉換，有一條帶子放在前面，你覺得它是什麼?領帶。那想像你的領帶，你的爸爸，出門前要打領帶，建立情境。排練中插入戲劇遊戲，一部部建構出來。

三、下午場，仇冷老師課程

(一) 講師自我介紹

1. 個人學經歷，高中、大學戲劇社，研究所讀表演。
2. 老師在工作上也是一種表演。表演在人生未來工作、事業都用得到。

(二) 對演員來說，身體與聲音是生財工具。大眾想法是戲劇比較容易達成。

(三) 聲音表演前基本功

1. 舌頭:用嘴型、舌頭把聲音念清楚。

- (1) 繞口內十圈，左右各一輪。
- (2) 吐出舌尖，向上唇頂 30 次。
- (3) 吐出舌頭，用舌根向上頂 30 次。

2. 嘖嘖練習三部:嘖、彈舌、唇啞音

慢 > 快

3. 唱山歌

聊天，聲音要傳到對面的夥伴那邊，對方還要能回應。
用哪些方式讓對面跟你聊天:動作、手放嘴邊擴音、表情、專心、音量放大、眼神對到、腹部用力聲音更大、速度慢一些更清楚集中。活動重點目標不是大聲，但會自我暗示要讓人聽到。

4. 回音谷

聲音要一模一樣的傳給下一個人，音量(能量)、速度和都要。
<例 1>說:你好嗎? Z 字形傳聲。
<例 2>同樣句子從大聲變成小聲。說話方式、語氣還是要一樣。一格一格慢慢降。從能量 10 降到最小。再從小聲到大聲。每次換人開頭。

5. 記者會:

<例 1>三人一組，被訪問 1、記者 2。記者要同時發問，被訪問者要看著記者回答。問題設計簡單好回應、要咄咄逼人的態度，問到對方回答。當聽到「換」，任務交換。

小結:如何回應?提問?啟發?

回應 1:沒辦法同時問問題。不會搶話。

回應 2:記者不好當，不知道要問什麼。

回應 3:同樣問題會一直追問、接著問下去。

回應 4:認識的人比較會問，不認識不知道問什麼。

回應 5:可以聽到問題，但不知道要先回誰。問題要清楚。

回應 6:對象有差異性，沒辦法問太多問題，要調整。

這個練習就是演員會碰到的狀況，要一心多用又要專心的狀況。要專心聽，字才不會混在一起。

(四)說台詞的內外功

外功:用外部的一種方式找到台詞的表現法，如梳化、質地。

1. 拉邦四大動作元素

方向(直接/間接)、重量(輕重)、速度(快/慢)、流動(拘束/自由)。

(1)實作練習:

身體不同部位呈現重擊、輕拍、滑行、鞭甩、扭擰、撥、擠壓、漂浮…

(2)台詞與質地:用不同的身體質地念出台詞

先用自己原來的方式講一句話，再加入拉邦質地。身體先做出、找出動作，再搭配台詞。同樣台詞，掌握使用不同質地，會有不同的情緒出現。力氣也會不一樣，全身會跟著動。

2. 莎士比亞~羅密歐與茱麗葉

(1)故事背景簡介

羅密歐失戀，朋友找去參加舞會，喜歡上茱麗葉。

(2)台詞背景了解~劇本分析

「羅密歐啊，羅密歐!為什麼你偏偏是羅密歐?」

原著裡，羅密歐在樓下聽見這段話，爬上樓…

(3)角色工作

角色個性、性格設定(茱麗葉可以是戀愛腦、或是獨立自主)

(4)練習

先念念看台詞。用身體找質地感覺，三句、三句為一組質地，聽指令變化質地改變念詞方法。

個人-聽質地指令做變化；兩人-自己設定或對方指定；設定角色可以是帥氣、獨立…

(5)潛台詞:內心真正的想法、OS…

請把潛在台詞筆記下來，可能是字、可能是情緒，適合或呈現什麼質地。一個人是主台詞，另一個人是潛台詞。先練習一下。

(6)潛台詞及主台詞實作表演

像是唱雙簧一樣的方式。潛台詞表演第一組看出熱烈的愛；第二組很細膩，強勢的茱麗葉；第三組有兩個茱麗葉，這時要記得先聽，潛台詞可以再放在自由表現一點；第四組主台詞的人要聽一下潛台詞，接下去；第五組，最後兩個人的能量有跟上；第六組彼此情緒有接到。

老師小結:今天大家都演了一把莎士比亞。莎士比亞不難，劇本就是要念出來。莎士比亞的作品是通俗有娛樂性，語言書寫表達有詩。經典有跨越時空的意義，需要傳承這個觀念。如何教學生演戲，老師引導很重要，老師講出這個故事。指導學生了解劇中

人說這句話的動機很重要。講台詞，學生可以先模仿，讓學生思考為什麼說這句話，或是加入拉邦質地，用身體去找出要如何表現。



說明：崇誌老師帶肢體引導，充分暖身。



說明：示範將布當作其他物進行表演。

活動照片&圖說
(至少 4-6 張)



說明：畫面豐富的一站、一坐、一隨便即興練習，進階練習可加情境、台詞。



說明：仇冷老師以圖表，更詳細的說明拉邦動作質地。



說明：大家一起練習拉邦動作中的扭擰動作，進階再加上台詞情緒。



說明：羅密歐與茱麗葉劇本，茱麗葉樓台獨白之潛台詞與主台詞互動表演。

成效評估
(質性描述或回饋表單資料/會議性質可免附)

學員對於主辦方提供的場地空間與設備非常滿意，講師設計的內容相當緊湊，如果將課程拉長到兩天可能會讓課程內容更加深入。

此工作坊的對象為藝術(表藝)非專長教師，但課程對於表藝專長教師較為基礎。但對於非專或跨科老師來說無論上午的身體律動課與下午的台詞練習課程則需要花費體力耐力與精神來完成原先設定的目標，但今天參與的學員均能全程參與並認真完成研習，操作課程惟有參與才能了解學生的實際感受，雖然辛苦但能給

	學員許多實務上的經驗。未來將持續辦理進階課程。
其他備註	

(可視需求彈性調整延伸表件使用)