

Chinese Ethnic Dance

教育部藝術才能專長領域輔導群

教學示例：中華民族舞④

第四學習階段適用

昇之戲 華之舞

主 編 / 吳舜文

副主編 / 曾瑞媛

編 著 / 徐子晴



國立臺灣師範大學 出版

主編序/藝才示例研編的 5C 之道

藝才課綱展新頁(Curriculum)：108 年 7 月，藝術才能班課程實施規範暨藝術才能專長領域課程綱要，以及特殊教育課程實施規範暨藝術才能資賦優異專長領域課程綱要發布，啟動中小學藝才教育全方位之課程發展。

藝才輔群創新路(Consulting)：109 年 6 月，《教育部藝術才能專長領域輔導群設置及運作要點》發布，9 月，藝才輔導群成立，15 位音樂、美術與舞蹈專長之中小學藝才班/藝才資優班教師為首屆輔導員，111 年 8 月，第 2 屆續力前行。

藝才手冊釋綱領(Connection)：109 年 12 月，透過 5 位藝推主持人員策劃、34 位教師研編、20 位專家審查及 2 位助理執編，達 560 頁之《十二年國民基本教育課程綱要-藝術才能專長領域課程手冊》發行，提示藝才課程掌握課綱內涵，充實學習構面教學效益，並以專業社群永續之。

藝才示例交享閱(Communication)：110 年 8 月，111 年 7 月，112 年 7 月，113 年 7 月，每學年度定期分組及全體研編會議的激盪討論，聚斂於諮審會議的專業對話，輔導員及教師夥伴展現課程、教材、教法創新研發之成果，聚焦各教育階段卻能呈現系列整合之藝才教學示例，如期完竣。

藝才教研續策進(Collaboration)：衷心感謝副主編陳沁紅、丘永福、曾瑞媛教授之協力引領，歷屆(略)及本學年度諮審委員黃新財、郭美女、呂文慈、江淑君、徐玫玲、趙惠玲、陳箐繡、林美吟、吳望如、鄭明憲、曾照薰、董述帆、戴君安、周素玲、潘莉君諮審委員之慧眼檢視，翁宗裕、柯逸凡、高瑀婕、桑慧芬、林怡君、熊培伶、鐘兆慧、莊浩志、簡俊成、鍾政岳、楊芬林、葉宛芃、蕭家盈、徐子晴、尤曉晴輔導員暨呂孟珊、陸澤芸教師之熱情編撰[依冊別序]，以及李威廷、賴昱丞、鄭湘蓁助理之奮力執編，終有所成。此系列為藝才輔導群每學年度定期出版品，期能提供藝才教育多元思考，亦請各界不吝指教。



國立臺灣師範大學音樂學系副教授
暨教育部藝術才能專長領域輔導群召集人

吳舜文

謹識

民國 113 年 7 月

副主編序/中華民族舞

繼去年以「芭蕾」作為課程示例編寫的重點，今年五位輔導員特別將課程示例的重點放在「中華民族舞」，集合過去幾年的示例，舞蹈組完整地將各校重點發展的術科科目「舞蹈即興與創作」、「現代舞」、「芭蕾」與「中華民族舞」以示例的方式供全臺舞蹈藝才班的教師參考。

五位輔導員邀請自己校內的教師加入編寫的行列，齊心協力完成示例，讓教師社群以專業為導向，相互的學習，能讓中華民族舞的真諦能夠傳達給予學生。尤其，中華民族舞與戲曲間的關係甚深，藉著探訪早期戲曲中重視的「手、眼、身、法、步」一步步整理戲曲的重點，輔導員們巧妙的融合在中華民族舞的身體訓練中，並以示例的方式呈現。

在國小部分的示例，由嘉義崇文國小楊芬林輔導員的「蘭指蝶韻-舞之藝」，以國小舞蹈班第二階段三年級為設計重點，著重於肢體的基本動作之訓練，由淺顯易懂的基本動作講解、認識術語，進而掌握肢體肌力的控制，細緻地結合中華民族舞的指法與身段，培養學生扎實的基本功。桃園復旦國小的葉宛芄輔導員與楊呂孟珊老師以第三學習階段所發展出的「舞之律」，融合戲曲的五法，讓學生學習身體的律動融入於身法之中，透過賞析與實作，了解戲曲與古典舞兩者表現袖舞的手法，知悉水袖的不同技法與情境，表現出袖舞飄然優美的風姿。

在國中部分，由彰安國中蕭家盈老師所完成的示例「以舞探戲」，引導學生從日常生活觀察與體會，幫助學生理解中華民族舞本於生活意象的肢體語彙。透過循序漸進的方式教授形神兼備的肢體動作，幫助學生掌握中華民族舞獨特的美學與韻味。另一位國中的輔導員，建德國中徐子晴老師設計的「戲之昇 舞之華」，亦是由戲曲出發，以經典故事《穆桂英大破天門陣》之段落剖析角色，引導學生突破性別框架，學習詮釋陽剛且成熟的鮮明性格，了解不同性別中動作質感的差異。

在高中的示例方面，由新北市清水高中的尤曉晴輔導員以「開戲箱」作為課程發展的重點，其目標在於引導學生確立藝術專業學習的方向，深化舞蹈藝術在實作、分析、應用、鑑賞與創造各個面向之學習觸角，課程的重點響應教育部國民及學前教育署「小論文寫作比賽」，讓學生進行小論文撰寫，以更深一層進行藝術專題之研究，深化學生思考能力，透過課程加強學生獨立思考、自學能力及從事研究之風氣。

感謝萬裕民教授在戲曲舞蹈上的知識傳授，給予輔導員多方的支持，讓中華民族舞的重點能躍然紙上。誠心感謝曾照薰教授、潘莉君教授、戴君安教授、董述帆老師與周素玲老師，能不厭其煩的在示例上給予指導，讓這五份示例得以誕生，衷心期待舞蹈界先進能不吝指正，使輔導群的工作推動更加順利！

曾瑞媛 國立臺北藝術大學舞蹈學系教授暨教育部藝術才能專長領域副召集人 謹識



摘要

回顧舞蹈教育的發展，輔導團針對舞蹈各項目進行課程示例的研發，期待在快速變遷的時代潮流中，讓舞蹈藝術也有其彈性應用。然而，每位教師於場域所進行的課程教學，即是一場創作歷程的展現，其構思與表現全都是藝術家力與智慧的精華濃縮。本次使用中華民族舞為示例編寫，其歷史淵源流長依據 Mel Rhodes 的 4P 論，我們從人、歷程、成果、環境或壓力（Person, Process, Product and Press）來談談課程的創造力。

課程從戲曲經典故事《穆桂英大破天門陣》之段落剖析角色，引導學生應突破性別框架不論男生女生都可以詮釋陽剛且成熟的鮮明性格；破除原有學習型態，依學習者需求創造新體驗；同儕環境的觀摩，重新砥礪成長；中華民族舞與戲曲的跨元素運用融合，如此最終目標有何影響，以上論點想更確切在舊有的學習項目中，開展新觀念。

課程教材是不動的，而教師所扮演的角色就是將不變的轉譯成有趣且實用的，筆者經過幾次嘗試體會到教學不是單向給予，教師與學生是雙向流動，因此才說是一場創作的展現。「改變」教師生命經驗很困難，但我們可以「增加」新的生命經驗，課程也可以是另類創造，失敗還可以重新實驗，每次變革都是在成就未來，相信孩子也能在課程學習之餘體會到不同觀點。

目錄

主編序.....	i
副主編序.....	ii
摘要.....	iii
目錄.....	iv
課程主題.....	1
教學內容.....	1
教學發展策略與課程內容架構圖.....	3
學習目標對應學習重點及核心素養.....	4
學習評量.....	4
課程設計概念圖.....	5
課程教學內涵.....	6
單元一：中華民族舞回顧-方圓之道.....	6
單元二：融合-虛實之間.....	14
單元三：重現-戲之昇·舞之華.....	20
參考資料.....	30

教育部藝術才能專長領域輔導群

112 學年度藝術才能專長領域課程示例研編

壹、課程主題：戲之昇·舞之華

貳、教學內容：

一、設計理念

語本《淮南子·說林》：「非規矩不能定方圓，非準繩不能正曲直。」比喻行事需要有個標準、依歸，從中華民族舞對動作造型、軀幹核心與風格性有一定的規範，在細部動作的發展並無刻板模式去套用，而是透過舞者能力漸進式發揮。如此說明中華民族舞訓練由規範中找尋韌性，同時提昇身體素質能力為主的教學法。

關於中華民族舞所要具備的專業身體素質，包括力道、柔軟度、靈活度、穩定性、協調性，對頭、頸、肩、胸、腰、髖、上肢、下肢各個部位的迴旋幅度要求很大。同時所需要的不僅是柔軟度，而且還需具備力量的拿捏。因此，剛柔並濟是中華民族舞的特點呈現，也是訓練追求的目標，階段性的訓練雖有限制，但不似戲曲那麼著重於規範，導致舞者限縮發展。

戲曲基本功具有嚴格的規範，為了保留戲曲表演中「程式性」的規律，動作的「扎根實作」是戲曲基本功訓練的最大目的，並且做到「活學活用」，同時能夠知道規範、守住規範、卻不能被規範所拘束。程式性是戲曲反映生活的表現形式，它是指對生活動作的規範化、舞蹈化表演並被重複使用，程式直接或間接來源於生活，但它又是按照一定的規範對生活經過提煉、概括、美化而形成的，許多戲曲舞臺上的時空、陳設都有其象徵性的假設，需要靠演員精準且有控制的形體動作，來給予觀眾感受。如真實舞臺上的搏鬥及滾爬等技巧動作，都是以虛代實，以假過真，因而戲曲程式為主要的表演訓練核心。

從中華民族舞與戲曲的角度來看，不僅針對規範性，還需要多元素質能力培養的帶入，才能使演員與舞者的身體質感做的長遠，許多課程教學也多有著墨彼此的教學方法。因此在教學系統上中華民族舞與戲曲，亦有相輔相成之處。然而，本課程設計運用學生中華民族舞的先備經驗，尤以熟悉的動作組合加入花槍操作，探討戲曲武打道具的融合，能否協助增強學生在過往的動作掌握更具協調性與穩定性，並且提供學生於性別角色詮釋的轉換。

二、教材分析

課程教材設計參採 ADDIE 之定義及其意涵，美國訓練發展協會（American Society for Training and Development, ASTD）將其區分為分析（analysis）、設計（design）、發展（development）、實施（implementation）、評鑑（evaluation）等五個階段，使設計得以結構化與系統化。其中，分析即針對學習者需求與學習環境等進行評估；設計為依教學目標設計教學內容，確認教材架構；發展為發展教材與衡量工具，進行系統性製作；實施為使用設計之教材進行教學活動，以及評鑑為針對形成性評鑑（學習成效）與總結性評鑑（教材效度、學習態度）等，請學習者或專家予以檢視回饋。

此模式也有效提供支援、幫助切開教學設計需求分析的心臟，並且增強不同對象的溝通網絡。同時，獲取能被應用於所有設計任務的工具、發現辨認教學設計起因問題的根本策略、明確表達更好的解答與加強課程架構。

同時，應用林肯中心學苑與學校機構合作所推展的美感教育中，以 2005 年與紐約 High School for Arts, Imagination and Inquiry (HSAIL) 中學合作推動的「想像力學習」計畫，該計畫本稱「美學能力的學習」（Capacities for Aesthetic Learning），後更名為「想像力的學習」（Capacities for Imaginative Learning）。在此計畫中，欲培養學生九類能力，包含深層注視(Noticing Deeply)、以身體驗(Embodying)、深化質問 (Questioning)、辨識型態 (Identifying Patterns)、多向連結 (Making Connections)、展現移情 (Exhibiting Empathy)、創制意義 (Creating Meaning)、採取行動 (Taking Action) 以及反思評價 (Reflecting / Assessing)，爾後擷取第一層次深化提問、第二層次多項連結、第三層次採取行動與第四反思層次作為學生學習單，於課程學習後進行層層檢視，實際回應教學效度。

參、教學發展策略與課程內容架構圖：

戲之昇·舞之華

藝才 J-A3 精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力

分析

- 學習者分析
- 藉戲曲元素中「武打」道具的花槍習練，協助學生展現陽剛俐落之感，並協助強化中華民族舞的動作組合

設計

- 藝才J-A3精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力
- 學習表現：舞才IV-S1選擇藝術相關主題並蒐整資料與描述歷程
- 學習內容：舞才IV-S1-1舞蹈與其他領域的相關議題（取材考量不同性別、族群）
- 性J6探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題

發展

- 回顧
- 由「無規矩不成方圓」的規範藝術找尋中華民族舞的動作精華
- 熟習中華民族舞動作組合的協調性與律動體現，從規範中鍛鍊動作過渡間的俐落，盡而展現每個單一動作的陽剛之氣
- 三節課由單一動作串聯為組合模式，技巧涵蓋雲手、跨腿轉、串翻身、點步翻身、吸腿翻身、射雁探海轉身、大蹦子

實施

- 融合
- 從道具花槍的操作，如皮猴、槍花轉身、顛槍、過脖、拋槍，熟悉「手、眼、身、法、步」的合作應用
- 由上述中華民族舞動作組合加入花槍的使用，讓學生在道具與動作轉換間充分掌握手眼身法步的應用

評鑑

- 重現
- 提煉戲曲元素花槍武打與中華民族舞動作的協調，培養學生都能詮釋各種性別角色
- 經學習者分析、課程設計、融合發展、實施操作至呈現分享，期待學生體察中華民族舞與戲曲花槍的整合，有助於學生動作精氣神的拿捏，而不同兩項的課程元素也能打造性別意象的學習經驗
- 應用林肯中心學苑與學校機構合作所推展的美感教育中，第一層次深化提問、第二層次多項連結、第三層次採取行動與第四反思層次作為學生學習單，檢視教學效度

肆、學習目標對應學習重點及核心素養：

藝術才能專長課程核心素養具體內涵		藝才 J-A3 精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力		
學習構面		藝術專題		
學習目標	學習表現	舞才 IV-S1 選擇藝術相關主題並蒐整資料與描述歷程		
學習內容				
舞才 IV-S1-1 舞蹈與其他領域的相關議題（取材考量不同性別、族群）	單元一：回顧 4 節	單元二：融合 4 節	單元三：重現 2 節	
	1.由「無規矩不成方圓」的規範藝術找尋中華民族舞的動作精華	1.從道具花槍的操作，如皮猴、槍花轉身、顛槍、過脖、拋槍，熟悉「手、眼、身、法、步」的合作應用	1.提煉戲曲元素花槍武打與中華民族舞動作的協調，培養學生都能詮釋各種性別角色	
	2.熟習中華民族舞動作組合的協調性與律動體現，從規範中鍛鍊動作過渡間的俐落，盡而展現每個單一動作的陽剛之氣	2.由上述中華民族舞動作組合加入花槍的使用，讓學生在道具與動作轉換間充分掌握手眼身法步的應用	2.經過學習者分析、課程設計、融合發展、實施操作至呈現分享，期待學生體察中華民族舞與戲曲花槍的整合，有助於學生動作精氣神的拿捏，而不同兩項的課程元素也能打造性別意象的學習經驗	
	3.三節課由單一動作串聯為組合模式，技巧涵蓋雲手、跨腿轉、串翻身、點步翻身、吸腿翻身、射雁、探海翻身、大蹦子		3.應用林肯中心學苑與學校機構合作所推展的美感教育中，第一層次深化提問、第二層次多項連結、第三層次採執行動與第四反思層次作為學生學習單，檢視教學效度	

伍、學習評量

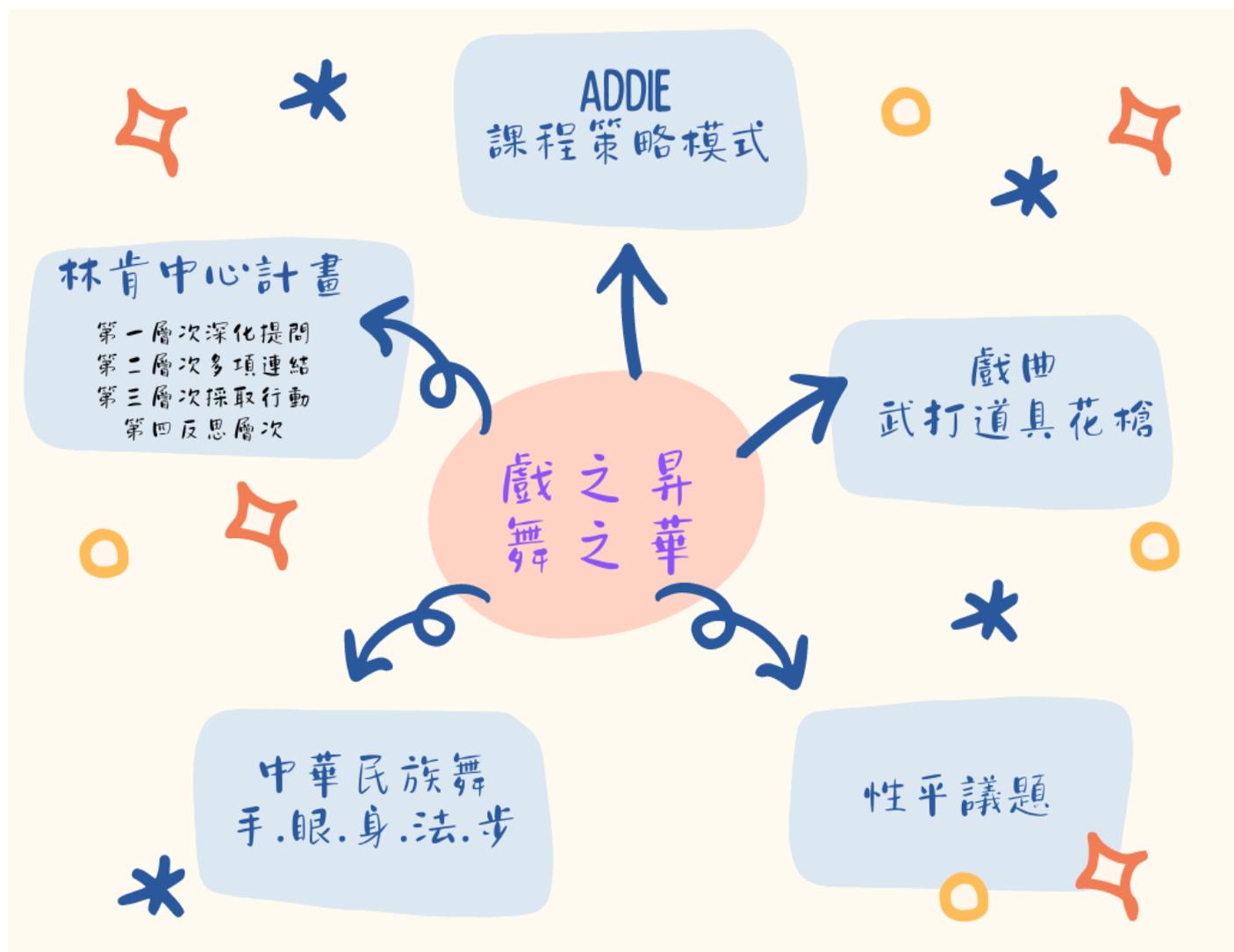
1.定期/總結評量:比例 40 %

書面報告 學習單 實作表現 課堂觀察 同儕互評 其他:自評表/ 互評表

2.平時/歷程評量:比例 60 %

口頭發表 學習單 作品檔案 實作表現 課堂觀察 同儕互評 其他:自評表/ 互評表

陸、課程設計概念圖：



柒、課程教學內涵：

單元一

一、主題：中華民族舞回顧-方圓之道

二、時間：90 分鐘

三、課程重點：

- (一) 由「無規矩不成方圓」的規範藝術找尋中華民族舞的動作精華
- (二) 熟習中華民族舞動作組合的律動體現，從規範中鍛鍊動作過渡間的俐落，盡而展現每個單一動作的陽剛之氣
- (三) 彙整、複習學生中華民族舞先備經驗中，呈現「立圓」路徑的中間動作

四、教學內容：

- (一) 中華民族舞之中間動作-雲手、射雁探海轉身、點步翻身、吸腿翻身

1. 雲手示範：

雲手是表演手與臂部所有動作的基礎，是手與臂協同動作的基礎模式之一。左手在下，手心向上往右；右手在上，手心向下往左，彼此相對互抄，兩掌上下如抱球狀，相遇於胸前，乘勢上下翻轉，然後左手拉至左側，臂與肩平，手背反轉向前，拇指向下，反臂呈弧狀；右臂動作於右側，方向相反，要求相同。眼神先看動作中的左手，然後看右手。等右手動作結束，眼看正前方。以上為正雲手，反雲手動作概念相同，方向相反。

*照片說明：



圖 1：預備時單手山膀外推並架好，另一手虎口朝上並抱於胸前



圖 2：雙手相對互抄，兩掌上下交錯如抱球狀，相遇於胸前



圖 3：雙手運行至身側往上下拉開



圖 4：雙手與身體大開大闔呈現圓弧狀，同時上半身體微仰朝向天空



圖 5：雙手運行至身側慢慢內收、含胸，回到預備姿勢

2. 射雁探海轉身示範:

單腳站立時將工作腿往前延伸至九十度，同時將上半身後傾至水平面，眼睛直盯大拇指，同時將雙手開展至山膀手，穩定前後接著從仰姿慢慢翻轉至向下俯身，並將工作腿往冲天炮的方向抬舉，此動作即訓練支撐腿與全身之穩定性。

*照片說明：



圖 1:單腳站立並吸腿預備，雙手虎口朝下，架於胸前



圖 2:雙手延伸於山膀兩側外推，身體同時後傾 45 度，支撐腳微蹲，工作腿往斜上延伸眼睛直盯腳趾尖方向



圖 3:收回原預備姿勢，如上圖 1



圖 4:由圖 2 姿勢轉身變為後腳斜上延伸，並保持高度不變，同時身體也往另一方斜上延展呈現兩頭翹，並將手擺至順風旗的姿勢

3. 點步翻身示範：

翻身是連接不同的舞蹈動作、姿態和技巧之間最好的橋樑。它就像說話時的連接詞「而且」、「如果」、「但是」。點步翻身是雙臂伸展成一條直線並傾斜上身，以頭為軸心連續翻轉，順利翻轉時會呈現如漩渦或旋轉的電風扇。

4. 吸腿翻身示範：

「翻身」的多樣性，有緩慢、迅捷、行進、原地式的，而吸腿翻身則是單腳獨立旋轉，其原理與點步翻身相同。

*照片說明：



圖 1：預備時一手於上一手於下呈現頂天立地，腳呈現踏點步狀態，身體重心放置於支撐腳，雙眼對焦斜下地板。工作腳會由後方運行至支撐腳旁，同時身體跟著轉動，如同頭是軸轉的核心



圖 2：點步翻身與吸腿翻身，差別在於翻身過程含吸腿讓動作具多樣性，同時保握動作之律動性與節奏感

(二) 針對中華民族舞動作路徑的確立與規矩的習練

「雲手」為戲曲身段入門最先學的動作，是戲曲表演中上肢部分所有的基礎。主要訓練「手」與「臂」的協調性，透過每個姿勢停留的時間（也就是「耗」）強化身體姿勢的定型，再推展至整體手、眼、身、步等的訓練，深厚戲曲肢體美感及中華民族舞美學要求。

(三) 強調中華民族舞單一動作律動體現的養成

透過雲手是「戲曲膀臂活動的基本運動結構形式」，此項「基本運動結構」也是演員形體「圓」觀念的建立、形體訓練每個動作達到「圓的標準」。藉由訓練演員身體上肢運動為圓的，再轉換動態的動作流暢，或許就是中國「圓」文化和思想的一種外化。

五、教學省思與學生回饋：

針對本堂課的動作複習學生已至臻成熟，但對於單一動作的律動感學生尚未表現完全，尤其在這幾項動作中可透過律動感的掌握，讓手臂運行或翻身的執行更為順暢，同時也是呈現動作立圓路徑的訣竅。

一、主題：回顧-方圓之道

二、時間：90 分鐘

三、課程重點：

- (一) 由「無規矩不成方圓」的規範藝術找尋中華民族舞的動作精華
- (二) 熟習中華民族舞動作組合的協調性展現，從規範中鍛鍊動作過渡間的俐落，盡而展現動作組合的流暢性
- (三) 彙整、複習學生中華民族舞先備經驗中，呈現「立圓」路徑的位移動作

四、教學內容：

(一) 中華民族舞之位移動作-跨腿轉、串翻身、大蹦

1. 跨腿轉示範：此動作使用於組合串聯間，單腳站立的同時，工作腿保持端腿姿勢進行旋轉，雙手架於山膀保持平衡

*照片說明



圖示：跨腿是經正旁腿勾至端腿，同時連帶旋轉；小腿盡量與地面齊平，且重心放置支撐腳前半腳掌

2. 串翻身示範：此技巧與「轉」為相對應的技巧類。轉是使身體在水平面上移動，那麼翻身便是在垂直面上的移動。翻身時演員身體向前傾，雙臂展開，指尖分別指向上下，並於行進中連續做出的多個翻身組合

*影片說明



3. 大蹦示範：預備姿勢背朝正面、左手在上順風旗，左足趾前點地。動作程序為；左足向旁邁出一步，右足隨即跟上同時立即推地向上彈跳，在右足上步躍起之時左足先在空中朝左方向線成旁吸腿面翻二分之一，右足隨著旁吸腿順勢翻二分之一，同時右手臂用力提背向上成立體圓，左手臂則依空中躍起時左斜上順勢左下，左足亦隨右足落地後次落地、雙足成半蹲。（該跳躍基本動作落地後可連續反方向做原地左右交換練習），亦可單邊方向連續同動作以進行橫或圓、弧形移轉）

*影片說明



(二) 針對中華民族舞動作路徑的確立與規矩的習練

前堂課針對「手」與「臂」的協調性再次回顧，同時將動作推展至下半身與位移的整體練習，不單從手部連帶眼睛焦點、身體穩定、步法穩健一起串聯，方法則是由單一的動作規範延伸至律動感、協調性、流暢感與彈跳力的展現。

(三) 培養中華民族舞流動組合的協調性、流暢感與彈跳能力

重複談及律動、協調、流暢等元素，即是期待每門科目的習練都是有循環，且像蓋房子般穩紮穩打、慢慢堆積，如此動作的延續就不會是間斷而是各項元素的綜合呈現。

五、教學省思與學生回饋：

雖然單一動作的律動感學生尚未表現完全，但在這堂課的動作組合中反而快速理解手臂律動的重要，不僅帶動跨腿轉身的穩定、串翻身的協調、大蹦的動力控制，因動作呈現更為順暢，也掌握立圓路徑的訣竅。

單元二

一、主題：融合-虛實之間

二、時間：90 分鐘

三、課程重點：

(一) 戲曲表演中四種藝術手段的介紹-唱、念、作、打

(二) 融入武打道具花槍的操作-皮猴、槍花轉身、顛槍

(三) 從道具操作的養成，熟悉手、眼、身、法、步的合作應用，並呼應中華民族舞之協調性與穩定性

四、教學內容：

(一) 戲曲演員表演的四種基本功，通常被稱為『四功』

舞台上，演員對人物的塑造即透過一系列表演手段包裝而成。這些手段通常概括唱、念、做、打四方面，習慣把它們稱做『四功』。演員扮演一角色，必須與四功是有機結合、缺一不可。不同的劇目、不同的行當，唱、念、做、打各有所側重，例如小生重唱；武生、武旦、武淨重打；花旦、項衫醜唱做並重等等。觀眾可從具體的劇目和角色去領略『四功』帶給你的不同感受。

因而課程實施由穆桂英掛帥之角色作為破題，探討武打道具的應用與女性角色如何詮釋武打場面，提供學生學習方向和典範。

(二) 道具花槍的操作－皮猴、槍花轉身、顛槍

1. 槍花皮猴示範：此槍花為最入門的，由右手先抓握讓槍垂直地面，接續以拳野方向為區分，如右手拳野朝上時則左手掌面朝上，以虎口接住右手拳頭下方，並以左手帶動二分之一圈，再由右手反手接續左手拳頭，如此重複動作後槍花即呈現規律的轉動。如下圖示，為左右手交接過門的位置。

*照片說明：



圖示：交接抓握處需時刻掌握槍花兩邊平等，以避免花槍兩頭重心不平均



圖示：左右兩手交接位置，都以 1/2 圈為基準

2. 槍花轉身示範：相較於正槍花的使用，是於過程增添轉身，槍花分別於兩側與身後操作，更講求手、身、法、步的協調展現，槍花面向與身體的關係，如影片所示。

* 影片說明



3. 顛槍示範：右手握住槍的末端置於胸前，將槍鐔（槍尾）往上方高處拋出，讓槍在空中呈立圓旋轉數周，當槍下落至胸前時，右手接住槍的末端或槍頭。上拋槍在空中旋轉的圈數與速度和接槍的姿勢，可根據劇情和人物的年齡、性格而定。在舞台演出時，常用於武打情節，顯示人物精熟的槍法和把子功，如下圖示。

*照片說明：



圖示：顛槍要進行時，往高處拋出角度要拿捏得當，如此才可於空中旋轉



圖示：往高處拋出，於空中旋轉後會抓握於原本的槍尾，而此動作還可搭配於其他動作

五、教學省思與學生回饋：

戲曲武打的場面講究手、眼、身、法、步的應用，同時也建立在中華民族舞動作的協調與穩定性，兩相融合至臻成熟。這也是在引起動機時學生觀察到的，當親身體驗花槍的三項動作後，更為明白為何老師始終強調手眼並用，還有身體如何配合，以上確立後我們才能談所謂的性別詮釋與風格差異性。

除了在單一動作的熟練度著墨外，更需要培養學生每項動作於各場合的呈現，有時要配合故事情節、角色設定的想像才能精準展現其精、氣、神。

一、主題：融合-虛實之間

二、時間：90 分鐘

三、課程重點：

(一) 融入武打道具花槍的操作-過脖、拋槍

(二) 從道具操作的養成，熟悉手、眼、身、法、步的合作應用，並呼應中華民族舞之協調性與穩定性

四、教學內容：

(一) 道具花槍的操作—過脖、拋槍

1. 花槍過脖動作示範：過脖的動作為一系列組合的過門，動作與動作之間的轉換。首先手持與花槍的末端，從另一頭靠在脖子並放手，順勢讓槍花順著脖子圓弧繞過另一邊，上半身可稍微前傾協助花槍帶動。

*照片說明：



圖示：手持花槍末端，再將花槍中間端靠於脖子另側，於此同時身體可前傾稍稍帶動花槍繞至另一端。



圖示：過脖花槍繞至另端，動作完結的呈現。

(二) 道具花槍的操作—拋槍

1. 花槍拋槍動作示範：當正槍花由右手翻轉至手掌朝上時，順勢由尾巴往上拋，此時抓住時機當槍頭一落下時，由左手接上並同時接續正槍花的運行。

* 影片說明



五、教學省思與學生回饋：

上述兩項的花槍動作需要手感訓練與全身協調性的配合，當花槍一離手即要抓準時機拋接。既要抓準時機，同時又要注意動作組合的流暢，如此學生更要打開全身感官，有效掌握兩者之間的轉換。對比先備經驗，學生更顯得手忙腳亂不容易集中處理動作質地而顯得粗糙。

單元三

一、主題：重現-戲之昇•舞之華

二、時間：90 分鐘

三、課程重點：

- (一) 掌握戲曲花槍與中華民族舞動作的協調，培養學生能詮釋各種性別角色
- (二) 期待學生體察中華民族舞與戲曲花槍的整合，有助於學生動作精氣神的拿捏，而不同兩項的課程元素也能打造性別意象的學習經驗

四、教學內容：

- (一) 回溯教學動機影片，重新審視動作組合的應用

1. 課堂前導：

從『穆桂英大破天門陣』作為由戲曲的四功與角色行當之切入，理解角色塑造如何影響動作呈現，同時加強舞感。

「行當」是中國戲曲特有的體制，演員根據所扮演劇中人物的性別、性格、年齡、地位……等，在化妝、服裝、表演等方面加以強調後，就將所扮演的人物分成幾種類型，這些類型就稱為「行當」。古代叫做「腳色」、「部色」，後來叫做「腳色行當」或「角色行當」，通稱為「行當」，簡稱為「行」，例如「生行」、「旦行」。

「旦行」是扮演女性角色的行當，通常都是劇中的女主角。旦行的化妝也以俊扮為主，根據劇中人物的年齡、性格、外部形象等方面，大致可以分「老旦」、「青衣」、「花旦」、「花衫」、「武旦」、「刀馬旦」等，除了老旦用大嗓外，其餘皆用小嗓。

依據穆桂英角色設定為「刀馬旦」專門扮演提刀跨馬、武藝高強的巾幗英雄，其身份大多是元帥或大將，例如《穆柯寨》的「穆桂英」。表演上唱、唸、做並重，而且還要能開打，並且強調人物威武穩重的氣質。

2. 角色應用：

根據穆桂英的故事背景談起，為明朝作家熊大木所撰《楊家將演義》的人物，讓學生熟習在歷史脈絡的建構下巾幗英雄的形象與付出。

同時，在故事的引導後便可理解巾幗英雄的胸襟開闊，可打破在刻板印象下只有男性代表權威、雄壯。因此，在中華民族舞的課程練習中，除了民俗舞的累積，還有古典舞的打磨，然而實施對象大都接觸民俗舞，身體舞感偏向緩慢而婉約，於此同時也要有陽剛而成熟的身體表達，剛好藉此故事作為發揮，讓學生理解不同舞感的表達方式，不論在輕柔和陽剛之下都可以非常飽滿。

五、教學省思與學生回饋：

值得討論的是從經驗回看，身體的質地應用大相逕庭。學生敏感察覺身體力量的掌控需要更精準，同時理解表現成熟、陽剛並非蠻力就好，而是內斂的彈性，於適當的時機出力與收力，配合呼吸與槍花技法，讓動作的段落也有抑揚頓挫。

一、主題：重現-戲之昇•舞之華

二、時間：90 分鐘

三、課程重點：

- (一) 掌握戲曲花槍與中華民族舞動作的協調，培養學生能詮釋各種性別角色
- (二) 期待學生體察中華民族舞與戲曲花槍的整合，有助於學生動作精氣神的拿捏，而不同兩項的課程元素也能打造性別意象的學習經驗

四、教學內容：

(一) 動作組合探討

1. 課堂呈現：

課程設計從『無規矩不成方圓』來架構動作，由故事來演繹動作質地，透過學生的呈現分別從中華民族舞的角度、戲曲故事角色的介入、武打花槍的操作我們看到，學生於過往的動作掌握更具協調性與穩定性，同時提供學生於性別角色詮釋的轉換。

從中華民族舞的角度切入，規範性的動作被挑戰而轉為彈性的表達，學生懂得在動作斷句間表達更為流暢；動作質地的展現不再單一而有抑揚頓挫配合呼吸的轉換。

戲曲故事角色的引導，促使學生熟知每個動作形成的脈絡，對每個動作展現的目標更為明朗。同時，在詮釋陽剛、到位的動作精神更加精準，並漸漸與戲曲元素融合。

經由武打花槍的習練，激發學生對道具的想像。雖然道具的增添是負擔與挑戰，但對本次實施對象則是引發他們對中華民族舞學習的動力，亦對新動作元素充滿興趣，有時未知的變化對學生反而是一種新鮮，讓學生在學習倦態時注入活水。

* 影片說明



五、教學省思與學生回饋：

重新解構對中華民族舞的認知與元素後，學習經驗又有不同的色彩疊加，此課程回饋也可理解為何中華民族舞的訓練與戲曲的培養亦有異曲同工之妙，不可分離。同時，教學者也需善用各項優勢調整課程作為引導設計，除了在動作探討有所延伸，也應針對動作配樂有深入掌握，如此兩相融合讓動作組合有意境展現。

*學習單：

戲之昇·舞之華-學習單回饋

深化質問：回顧七八年級所學的動作組合，可以思考與現在的學習有何差異？



多項連結：相較動作組合的練習，加入花槍的操作後，在哪方面更具挑戰，或是與先前的學習經驗有何異曲同工之妙？

採取行動：花槍的加入後，你會想從哪方面著手強化對自己的訓練？

反思：1.有道具的加入，除了有新的嘗試還有甚麼樣新的體驗？

2.反觀道具的加入，讓你在哪面突破？

3.對於穩紮穩打的中華民族練習，有甚麼另類觀點的產生？

4.如此課程會開始對戲曲想要多理解嗎？哪方面？

戲之昇。舞之華 學習單回饋

* 填寫撰寫著班級姓名

915李婕菲

深化質問：回顧七八年級所學的動作組合，可以思考與現在的學習有何差異？

明顯感受協調性的不足，好像槍在自己手上卻不聽使喚，掌握不了道具 也做不了動作，非常氣餒！頓時有種砍掉重練的感覺，但沈澱一下後就 開始調整。從動作過門處理，尤其在流動過程接拋槍、轉身。

多項連結：相較動作組合的練習，加入花槍的操作後，在哪方面更具挑戰，或是與先前的學習經驗有何異曲同工之妙？

戲曲有明確的角色分類，並且有程式化的動作設定，可以清楚知道動作的來由而不單是模仿，因此在呈現上比較容易透過想像來展現。

採取行動：花槍的加入後，你會想從哪方面著手強化對自己的訓練？

發現原本動作組合原本練得不錯，卻在道具進入後，顯得慌亂且不確實，這時明白所謂的穩定性就是這道理。

反思：對於穩紮穩打的中華民族練習，有甚麼另類觀點的產生？或因此課程開始對戲曲想要多理解嗎，哪方面？

發現舞蹈的學習不是只有建構在動作，當你從歷史背景與故事切入後，好像有更多認知可更新學習。

戲之昇。舞之華 學習單回饋

* 填寫撰寫著班級姓名

915 林晏霆

深化質問：回顧七八年級所學的動作組合，可以思考與現在的學習有何差異？

與其說過往與現在的差異，倒不如說是累積的成果。很多事物如同蓋房子，有基礎就有餘力照顧所謂的表演性，表演性則來自於故事角色的展現，曾經的陽剛好像只有用力，但現在與道具結合更能理解角色的設定，更打破女生能演繹的角色定位。

多項連結：相較動作組合的練習，加入花槍的操作後，在哪方面更具挑戰，或是與先前的學習經驗有何異曲同工之妙？

在中華民族的古典舞訓練較同於戲曲的基礎功，從把杆壓腿開始、支撐腳的紮根穩定至頂天立地的挺拔，都是應用在所有組合動作，再透過角色轉換成不同風格。

採取行動：花槍的加入後，你會想從哪方面著手強化對自己的訓練？

在道具加入前，個人在彈跳與翻身非常弱，希望這部分能再多加強！避免道具融入後，翻身或彈跳落地後就找不到方向，更遑論道具的技巧展現。

反思：對於穩紮穩打的中華民族練習，有甚麼另類觀點的產生？或因此課程開始對戲曲想要多理解嗎，哪方面？

平常多在身段的學習，比較少接觸戲曲的角色，經過這次課程熟悉不少戲曲的元素，甚至未來可應用至中華民族舞的練習。

戲之昇。舞之華 學習單回饋

* 填寫撰寫著班級姓名

915 林芷嫻

深化質問：回顧七八年級所學的動作組合，可以思考與現在的學習有何差異？

曾經覺得中華民族舞越上越枯燥，不斷重複而沒有新動作，老師也常說，若基礎不穩也無法駕馭新組合。但沒想到，可能是同樣的動作串聯成小品有不同的舞感，而此時就可體會為何單動作若無法處理，就無法進新組合。

多項連結：相較動作組合的練習，加入花槍的操作後，在哪方面更具挑戰，或是與先前的學習經驗有何異曲同工之妙？

發現不論是中華民族舞的動作或是戲曲花槍的使用，除了土法煉鋼的重複練習，似乎也要有所彈性，不是硬梆梆的做動作，而且過度僵硬會讓花槍的加入更艱難，導致組合不流暢。

採取行動：花槍的加入後，你會想從哪方面著手強化對自己的訓練？

花槍的動作看似單一，卻很難操控得宜，尤其手感如幾天沒練就會跑掉

反思：對於穩紮穩打的中華民族練習，有甚麼另類觀點的產生？或因此課程開始對戲曲想要多理解嗎，哪方面？

原來中華民族舞與戲曲是有所區隔，但同時又有部份並存，最明顯的感受是道具讓自己表現的更自信，因為比起基礎練習我更愛小品的挑戰。

戲之昇。舞之華 學習單回饋

★ 填寫撰寫著班級姓名

915彭怡甄

深化質問：回顧七八年級所學的動作組合，可以思考與現在的學習有何差異？

動作慢慢變難也複雜很多，組合也從單一延伸成多樣，身體在適應較為長的舞句可以表達的較為從容。

多項連結：相較動作組合的練習，加入花槍的操作後，在哪方面更具挑戰，或是與先前的學習經驗有何異曲同工之妙？

因為先前在舞蹈教室有練習過花槍，所以相較其他人容易上手，我覺得所有舞蹈技巧都是練習再練習才能增加熟悉度。

採取行動：花槍的加入後，你會想從哪方面著手強化對自己的訓練？

雖然花槍之前有上過，但對於表演性這塊是自己所缺乏的，如果有演出的機會想試試。

反思：對於穩紮穩打的中華民族練習，有甚麼另類觀點的產生？或因此課程開始對戲曲想要多理解嗎，哪方面？

戲曲與中華民族都是獨特存在的文化藝術，同時也各有優缺但因時代環境與需要也有不同生成，戲曲的練習比中華民族舞更要求嚴謹，如果老師能將部分課程與戲曲結合應該有更多成長。

戲之昇。舞之華 學習單回饋

★ 填寫撰寫著班級姓名

915邱韻涵

深化質問：回顧七八年級所學的動作組合，可以思考與現在的學習有何差異？

有點後悔之前沒好好學習，導致新的東西加入後變得非常吃力有點挫敗。

多項連結：相較動作組合的練習，加入花槍的操作後，在哪方面更具挑戰，或是與先前的學習經驗有何異曲同工之妙？

再多次經驗中發現自己協調性不好，反應也慢因此遇上道具的操作，就要花更多時間。

採取行動：花槍的加入後，你會想從哪方面著手強化對自己的訓練？

練習的同時找同學一起相互觀察學習、監督回饋，可避免自己錯誤忽略的部分。

反思：對於穩紮穩打的中華民族練習，有甚麼另類觀點的產生？或因此課程開始對戲曲想要多理解嗎，哪方面？

目前還好，比較希望先把眼前問題解決再說。

*參考資料（如專書、期刊、教案、網路資源等）

- 1.國立高雄師範大學教育學系/教育學刊，2010年12月，35期，頁65-98。美感教育之實踐策略探究：以敘事課程為例。李雅婷
- 2.余漢東（2001），《中國戲曲表演藝術辭典》，台灣：國家出版社。
- 3.王克芬（2004），《中國舞蹈發展史》，上海人民出版社。
- 3.https://www.ncfta.gov.tw/content_164.html_eji6xu4tj06wj/3u4gj45j/國立傳統藝術中心
- 4.https://www.youtube.com/watch?v=C6Rd_9E17AM

編著者介紹／徐子晴

- 現任基隆市特教資源中心資優教育組組長
- 擔任 108-112 學年度藝術才能專長領域輔導群輔導員
- 103-105 學年度擔任基隆市建德國中副教學組長
- 105-111 學年度擔任基隆市建德國中舞蹈藝術才能班專任教師
- 曾協助學校堆動舞蹈教育、舞蹈創作、舞蹈展演、舞蹈行政、舞蹈實務等項目



教育部藝術才能專長領域輔導群

教學示例：中華民族舞④戲之昇·舞之華

主 編 吳舜文

副主編 曾瑞媛

編著者 徐子晴

執行編輯 李威廷、賴昱丞、鄭湘蕙

出 版 國立臺灣師範大學

地 址 臺北市和平東路一段 162 號

電 話 02-77493276

指 導 教育部

執 行 教育部 112 至 113 學年度藝術才能
專長領域輔導群工作計畫

官方網站 <https://artistic.finearts.ntnu.edu.tw/>

粉絲專頁 FB 搜尋-教育部藝術才能專長領域輔導群

初 版 2024 年 7 月

I S B N 9786267545072 (PDF)

版權所有·翻印必究

電子版本可至藝術教育推動資源中心網址下載，歡迎各界參考利用，引用時請註明出處。

本書所刊載之作品、文字或圖片，僅為說明輔助之用，非做為商標之使用。

如相關作品或圖片內含他人之著作或商標者，該著作或商標皆屬原權利人所有，特此說明。



2024 Chinese Ethnic Dance



教育部



藝術教育推動資源中心



教育部藝術才能專長領域輔導群