

課程名稱 | 台江武藝—宋江陣

課程屬性 | 台江分校

課程編號 | 972-669

授課老師 | 顏大鎰

最高學歷/ 立德大學城鄉與資產計劃學系碩士班（現就讀中）/嘉南藥理科技大學環境工程與科學系畢業

相關學經歷/ 民俗技藝教練、講師
中華民國國（武）術總會國家A級裁判、教練
國立台南大學創意宋江陣義務指導教練
國立台灣戲曲學院創意宋江陣義務指導教練

現職/ 台南縣市國中小傳統技藝教練/立德大學民俗技藝社團教師

上課時間 | 每週六晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2008年09月06日（星期六）

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

一、傳承民俗活動技藝，推展舊有文化，並能積極創新與發揚。培植狀大體魄，以切身浸潤民族文化之中，宏揚勇敢、公正、合群美德，樹立團體良好生活習慣。
二、糾正學童偏激性躁，養成耐力，充實其康樂的人生觀，促進人民身心各部份均衡發展，使全身肌肉結實健美。

2. 修此門課需具備什麼條件？

一、喜愛民俗技藝活動。
二、能開放心胸及積極參與者。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

一、技能方面：1. 說明示範. 2. 嘗試練習. 3. 改正錯誤. 4. 反覆練習
二、學會基礎武藝、認知藝陣技能、促進生長發育壯健，樹立人格。

4. 如何取得學分？（評量方式）

1. 出席狀況. 2. 學習態度. 3. 各項民俗活動技藝技能表現. 4. 上課記錄或心得

5. 備註&推薦書目

《台南鹿陶洋宋江陣之研究》，台南大學/體育學系碩士班/94 /研究生：張慶雄
1. □《中國古代雜技》，劉蔭柏，台灣商務印書館，民82年12月，
2. □《宋江陣研究》，吳騰達著，台灣省政府文化處 1998
3. □《中國民間傳統技藝論文集》，教育部，民73
4. □《我國民俗體育活動現況與發展策略之研究(初稿)》，行政院體育委員會，民88[1999]
5. □《台灣民俗技藝之美》，許常惠等著；台灣省政府文化處，民87
6. □《宋江陣研究》，蔡敏忠、樊正治、林國棟，教育部體育司編，民72)

7. □ 《南瀛藝陣誌》，陳丁林，台南縣立文化中心出版，民86年6月
8. □ 《台灣民間藝陣》，黃文博著，常民文化事業股份有限公司，2000
9. □ 《臺灣現存傳統雜技考述》，蔡欣欣，政治大學，1990年
10. □ 《中國雜技史》，傅起鳳，傅騰龍著，上海人民出版社，1998年
11. □ 《台灣民間藝陣》，吳騰達著，晨星出版，台中2002年
12. □ 《內門地區宋江陣之研究》，呂志忠，民93[2004]
13. □ 《臺灣民間舞獅之研究》，吳騰達，大立，民73
14. □ 《舞獅技藝》，曾慶國，書泉，1997 [民86]
15. □ 《鄉土香火傳薪錄》，金歐傳播，民90[藏於台南大學圖書館五樓視聽資料室]
16. □ 《沒有金牌的競賽》，顧超，光華傳播，民91[2002]
[藏於台南大學圖書館五樓視聽資料室]
17. □ 《宋江陣》，廣電基金 民73[1984] [藏於台南大學圖書館五樓視聽資料室]
18. □ 《民族藝術薪傳錄》，廣播電視發展基金 [藏於台南大學圖書館五樓視聽資料室]
19. □ 《民俗藝陣》，廣播電視事業發展基金 [藏於台南大學圖書館五樓視聽資料室]
20. □ 《民俗與生活》，台灣省政府教育廳（國立教育資料館多媒體隨選視訊）
21. □ 《台灣的傳統民俗活動(上)》，台灣省政府教育廳（國立教育資料館多媒體隨選視訊）
22. □ 《台灣的傳統民俗活動(下)》，台灣省政府教育廳（國立教育資料館多媒體隨選視訊）

招生人數 | 35 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 3 學分 0 元（18 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2008-09-01 晚上07:00~09:50	認識台江武藝與 拳術套路指導（一）	課程計劃說明 介紹台江的民俗活動技藝內容 傳授武術門派淵源介紹 拳術基本訓練：手、眼、身法、步法 南派伏虎羅漢拳套路練習：起式、請拳
2	2008-09-08 晚上07:00~09:50	拳術套路指導（二）	拳術基本訓練：精、神、氣、力、功 南派伏虎羅漢拳套路特色與動作示範練習 說明：培育勇敢、鎮定、忍耐等精神，逐漸趨向藝精膽大的境
3	2008-09-15 晚上07:00~09:50	拳術套路指導（三）	南派伏虎羅漢拳套路動作內容反覆練習 南派伏虎羅漢拳套路動作內容改正錯誤練習 說明：身體缺陷之效果。
4	2008-09-22 晚上07:00~09:50	拳術套路指導（四）	南派伏虎羅漢拳套路全套動作練習 說明：拳和腿活動，舒展人民筋絡，柔活週身肌骨，逐漸化為拳術，達到骨堅筋強之目的。
5	2008-09-29 晚上07:00~09:50	台江藝陣（一） 宋江陣與金獅陣	宋江陣與金獅陣淵源分析介紹 宋江陣與金獅陣兵器介紹與嘗試練習。 宋江陣與金獅陣陣法基本動作認知
6	2008-10-06 晚上07:00~09:50	台江藝陣（二） 宋江陣與金獅陣	宋江陣陣法分析與宋江陣鼓法解說：宋江陣一拜禮、發採、打圈、請圈、開城門、龍捲水、巡中城、開斧練頭旗、蛇脫殼、蜈蚣陣、謀營、兵器對打、白鶴陣、空手連環、先天八卦八門
7	2008-10-13 晚上07:00~09:50	台江藝陣（三） 宋江陣與金獅陣	金獅陣陣法分析與金獅陣鼓法解說：拜禮、打圈、喊圈、開城門、走十字、龍吐鬚、兵器拳術演練、空手連環、丈二收尾、獅藝表演（翻獅、舔獅、煞（刮）獅、翻獅旦）、官兵陣、五
8	2008-10-20 晚上07:00~09:50	兵器套路指導（一）	兵器基本訓練：起式、請拳、分大、小門 長、短兵器套路特色認知與示範說明 各項長、短兵器套路招式練習 說明：活動過程中，手足大腦、互應一貫配合之敏捷，且運用
9	2008-10-27 晚上07:00~09:50	兵器套路指導（二）	長、短兵器套路招式動作內容反覆練習 說明：使學習者加強各招式的熟練度

10	2008-11-03 晚上07:00~09:50	兵器套路指導（三）	長、短兵器套路動作內容修改錯誤練習 說明：檢討動作缺點並加強改進
11	2008-11-10 晚上07:00~09:50	兵器套路指導（四）	長、短兵器套路全套動作練習 說明：使長、短兵器可完整演練
12	2008-11-17 晚上07:00~09:50	公共參與週	
13	2008-11-24 晚上07:00~09:50	舞獅技藝（一）	介紹台灣獅種類認知 台灣獅基本示範說明與動作練習 說明：了解各種不同舞獅意義 台灣獅技能練習：1. 拜禮2. 請金3. 獅牽圓4. 踏七星5. 獅咬腳蟲6
14	2008-12-01 晚上07:00~09:50	舞獅技藝（二）	台灣獅技能動作複習1~10 台灣獅技能練習：11. 翻獅12. 看石獅13. 探門聯14獅入、出廟15. 咬青、咬紅16. 結束拜禮
15	2008-12-08 晚上07:00~09:50	拳術、兵器套路對練（一）課程結合及期末排練	拳術、兵器套路對練基本動作要領： 起式、請拳、開拳分大、小門 期末表演做排練
16	2008-12-15 晚上07:00~09:50	拳術、兵器套路對練（二）課程結合及期末排練	拳術、兵器套路對練技能練習 期末表演做排練 說明：加強期末表演內容練習
17	2008-12-22 晚上07:00~09:50	總複習 課程結合及期末排練	期末表演做排練 說明：加強期末表演內容練習
18	2008-12-29 晚上07:00~09:50	期末測驗與展演	分享每個人的學習技能演出