課程名稱 [延4/22開]舞動的自由｜現代舞蹈肢體工作坊

課程屬性 台江分校　　課程編號 1111-9935

授課老師 董桂汝

最高學歷/ 英國倫敦當代藝術舞蹈學院現代舞蹈表演藝術碩士

相關學經歷/ 英國倫敦當代舞蹈學院碩士學位。 身知島製作藝術總監
多方參與藝術創作，教學與展演策劃，同時深耕社區與樂齡舞蹈教學與研究，希望透過肢體與表演分享最直接的生命語言。
2006-2019任教於臺南藝術大學、台南科技應用大學舞蹈系、台南市社區大學，樹德科技大學表演藝術系，台東大學。
2014 年為文化部巴黎西帖藝術村駐 村藝術家，同年為維也納舞蹈 Tanz Atelier Wien 合作藝術家。
2003年獲得英國Lunn Portor文化藝術基金會傑出青年藝術家獎項。
2009年奧地利維也納舞蹈節之DanceWeb獎學金計劃的台灣代表藝術家、
2008獲選亞洲青年編舞營台灣區編舞者

2006年赴英國倫敦革新舞蹈節演出獨舞並參予高雄城市芭蕾舞團點子鞋創作演出
2005年取得英國倫敦當代藝術舞蹈學院舞蹈碩士學位
2004參與邊原舞團Edge, Postgraduate Performance Group at London Contemporary Dance School
於英國丹麥葡萄牙各地巡迴演出.

現職/ 台南藝術大學 台東大學兼任助理教授

上課時間 每週五下午02:00-04:50 第一次上課日期 2022年04月22日（星期五）

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

這門課是肢體與心理一起流動對談的過程，我們透過身體的舞動來啟動內在情感的回應，向內探索身體與感知的對話關係，深入自己的內在本質，發現與挖掘身體的內在智慧，藉由舞蹈來經驗生命的各種姿態！

這門課也期帶用一種不同的面向來接近舞蹈，超越形式與肢體的概念將舞蹈帶回到身體，內心與靈魂的歌唱時刻，我們慶祝生命的能量，我們舞蹈！

透過舞蹈，以身體體驗自我的情感和思維；透過舞蹈，表達對話及發現潛藏的創造力；透過舞蹈，烙印人與人， 人與事物，人與環境的流動關係!

2. 修此門課需具備什麼條件？

積極開放，勇於嘗試，喜歡舞動。

3.上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

這門課將會以舞蹈肢體演藝術為主，在當代舞蹈的主體上我們將肢體回歸到生命的本質，退去傳統的規格形式，開啟舞蹈與身心對談的新走向。

每堂課程我們也會在舞動後帶入不同的靜心與冥想的練習，透過不同的主題探索與引導
，持續傾聽舞動後的寧靜與內在湧出的聲音！

藉由解放肢體並將肢體回歸到原始的潛能作用，拋棄一切束縛肢體的外在包裝，來表達身體是靈性的有故事的，並以自然的律動來展現主題故事來並發展肢體訴說的語言。

這堂課我們將由現場工作坊的形式，線上課程的形式以及戶外舞蹈旅行的方式進行課程。
這門課我們將以多元的方式進行課程，包含現場假日工作坊的形式，預計兩週六小時，線上課程預計兩週六小時，及舞蹈旅行一起到自然之地旅行舞蹈料小時課程，完成一學分的課程時數。

※【課程中老師可視學員的需要與學習進度，保有調整課程的權力】

4.如何取得學分？（評量方式）

出席率及課堂的回饋

5.備註&推薦書目

【111-1學期停課公告】
●以下國定假日停課一堂，課程順延！
111年4月2日(六)~4月5日(二)婦幼節、清明節連續假期
111年6月3日(五)~111年6月5日(日)端午節連續假期
--
※【課程將因應疫情做調整，如遇警戒狀態無法實體授課，則改由線上授課】
※【課程中老師可視學員的需要與學習進度，保有調整課程的權力】

招生人數｜ 25 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費｜ 1 學分 1000 元（6 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	2022-04-22 下午02:00～04:50	自然舞蹈	融入防疫措施說明--分校會派員至班上進行說明 課程說明&防疫宣導講授及討論一若遇三級防疫無法到校上課，改為Google Meet遠距授課。
2	2022-04-22 下午02:00～04:50	身體飛翔	課程說明&防疫宣導講授及討論一若遇三級防疫無法到校上課，改為Google Meet遠距授課。 身體漂浮與延展流動的旅程! 身體脈輪靜心練習
3	2022-04-29 下午02:00～04:50	音樂與光的回應	全然的舞蹈,身體空間與宇宙空間的對話! 禪卡靜心
4	2022-05-06 下午02:00～04:50	接觸 傾聽 與分享	與自己的共舞時刻 輕輕接觸的釋放

5	2022-05-21 下午02:00～04:50	舞蹈旅行__兩天一夜 戶外自然之旅	一起到台東都蘭自然之地旅行，在台東的山與海之間舞動。感受自然的豐盛，讓自己在自然裡豐盛與舞動。
6	2022-05-22 下午02:00～04:50	舞蹈旅行__兩天一夜戶外自然之旅	一起到台東都蘭自然之地旅行，在台東的山與海之間舞動。感受自然的豐盛，讓自己在自然裡豐盛與舞動。