

用身體，說我們自己的故事
一場融合戲劇、舞蹈與肢體劇場的創作之旅

專為國高中生設計的表演藝術工作坊



這堂課， 為誰而開？

如果你...

- 對戲劇、舞蹈、表演有那麼一點好奇。
- 想探索自己身體的可能性，卻不知如何開始。
- 渴望與一群夥伴共同完成一件酷炫的事。
- 想在課本之外，找到一種全新的表達方式。

那麼，這堂課就是為你準備的！

- **招生對象**：12位對表演充滿想像的國、高中在學學生。
- **課程形式**：這不是一堂單向的課！我們採用「工作坊」形式，強調每一位學員的親身參與和團隊共同創作。
- **核心精神**：我們將建立一個充滿支持的安全環境，讓你安心探索、勇敢表達。



授課講師

林素蓮

小事製作 副團長

近年的創作重心已從非專業舞蹈訓練的肢體動作研究，進展到舞蹈如何與其他不同藝術形式揉和，並發展其新的定義和結果；從舞者到表演者，在既有的舞蹈基礎上，她強烈奔放的創作動力使她的個人特質在其他多樣的藝術形式之中更加鮮明，來自舞蹈卻不受限於舞蹈。

用身體，說我們自己的故事

我們將會學到什麼？

你將學會如何：



**解放
身體**

透過有趣的暖身與遊戲，重新認識你的身體，讓它變得更靈活、更有趣。



**非語言
表達**

學習使用表情、姿態和動作，傳達比語言更豐富、更深刻的情感。



**團隊即興
與創作**

與夥伴們一起發展默契，從一個簡單的點子，共同創造出令人驚豔的舞台畫面。

課程主軸：戲劇 × 舞蹈 × 肢體劇場

課程規劃總覽

- 總共堂數：8堂密集課程
- 課程地點：嘉義縣表演藝術中心(大排練室／實驗劇場)
- 最終呈現：一場長約 45分鐘的小型劇場發表會，在專業劇場空間展現屬於你們的學習成果！



我們的創作旅程(前期)

第一階段：探索與建立默契

若遇平日上課日，劇團將協助申請公假。

序	時間	地點	課程主題	課程內容
第一堂	8/30 (六) 14:00 - 17:00	嘉義縣表演 藝術中心	身體的初次探索	從認識彼此與解放身體開始， 學習如何用「身體語言」表達情 緒與故事。
第二堂		大排練室		
第三堂	9/06 (六) 14:00 - 17:00		群體的節奏與即興	建立團隊默契，並嘗試以「自 由」、「壓力」等抽象主題進行 即興創作。
第四堂				

我們的創作旅程(後期)

第二階段：創作與整合

若遇平日上課日，劇團將協助申請公假。

序	時間	地點	課程主題	課程內容
第五堂	9/25 (四) 09:00 - 17:00	嘉義縣表演 藝術中心	群體創作練習 I	透過群體發想、創作、整合，進行群體共創。
第六堂	9/26 (五) 09:00 - 17:00	實驗劇場	群體創作練習 II	
第七堂	9/27 (六) 09:00 - 17:00		整體統整與彩排	為成果發表進行排練與彩排。
第八堂	9/28(日) 10:00-18:00		成果發表	進行共創作品的發表。演出後將安排與觀眾的交流時間，並讓學員分享創作心得，為此旅程畫下完美的句點。

你將獲得的成長

- **肢體表達力**：學會用身體敘事，自信地傳達內心想法與情感。
- **團隊合作力**：體驗集體創作的樂趣，學習傾聽與溝通。
- **創意實踐力**：將內在經驗轉化為獨一無二的劇場作品。
- **一場難忘的舞台經驗**：從無到有，從排練到登台，獲得一場完整的劇場表演經驗。

用身體，說我們自己的故事

立即報名！讓你的身體，開口說話！

主辦單位：阮劇團

官方網站：ourtheatre.net

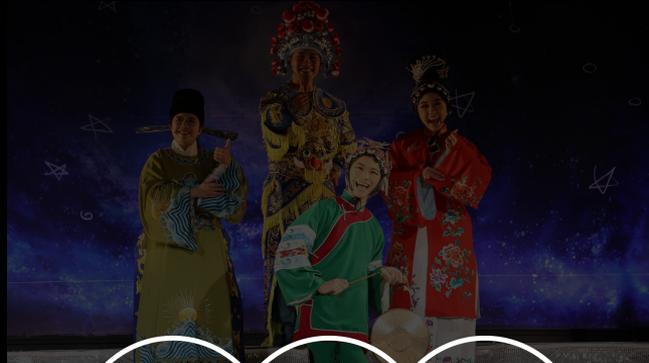
聯絡方式：0975-117-056（曾先生）

Email: ourtheatre.tw@gmail.com



報名請掃 QR 碼





阮的故事，咱來交陪

THANK YOU

