

2014 阮劇團 《演員實驗室》

庶民身體美學養成 秋冬計畫

研習手冊

主辦單位：阮劇團

目錄

阮劇團 《演員實驗室》 實施計畫-----	3
教師簡歷-----	5
課程大綱-----	8
計畫成員名單-----	12

阮劇團 《演員實驗室》 實施計畫

一、 緣起

來自嘉義的阮劇團組成於2003年，是嘉義地區第一個正式立案的現代戲劇團隊。在藝術創作上，阮劇團的目標是大眾劇場。透過創作者的努力，將一切美好的重要訊息藉由戲劇與全體大眾分享。

走過初創立的前十年，劇團正來到累積製作實力，醞釀創作主體性的階段。面對創作的形式到內涵，開始更深入地為創意、製作體質打基底。扎根在庶民性格強烈的中南部，阮以緊密扣合在地脈動的「庶民戲劇」為目標，逐步創建出專屬於南部在地風格的身體美學。

二、 目的

針對「庶民戲劇身體美學」為目標，發展方向以「基本功」與「開發」為兩大面向。「基本功」著重於身體能量的厚實培養，「開發」則為身體語彙可能性的全新探索。透過有計劃定期、定量，以不同形式的身體訓練與開發探索，為劇團的核心編導表成員，在全年度馬不停蹄付出能量的教學、演出行程以外；得以吸收、沉澱、面對與思考反芻自己表演技藝突破精進與延續能量的空間。透過《演員實驗室》，強化演出的基本功，亦拓展與豐富表演技藝與視野，創建阮劇團在開拓在地創作美學道路時，一個有機的良性環境。

三、 辦理單位

指導單位：文化部

主辦單位：阮劇團

協辦單位：嘉義縣表演藝術中心

贊助單位：國藝會

四、 計畫實施對象

阮劇團核心團員及固定合作之演職員。

(現有表導演組核心成員 5 人，舊有團員 3 人) 預計參與人數：6~8 人

五、 收費方式

入團滿一年之阮劇團團員無需繳納費用，新入團之學員繳交年費 3500 元。

六、 辦理方式：

以「基本功」與「開發」為兩大面向。「基本功」著重於身體能量的厚實培養，「開發」則為身體語彙可能性的全新探索。分別進行「京劇基本功」與「舞蹈」、「肢體默劇」三大主題工作坊。

七、 辦理日期

2014 年 8 月 7 日~2015 年 1 月 31 日

八、 辦理地點

嘉義縣表演藝術中心(嘉義縣民雄鄉建國路 2 段 265 號)

新北投七一園區(臺北市北投區開明路 71 號)

九、 報名方式

劇團內部徵選，尚無對外開放報名。

教師簡歷

「京劇基本功」陳盈達

國立臺北藝術大學劇場藝術創作研究所畢業，主修表演；

國立臺北藝術大學戲劇系畢業，主修表演。

現任樹德科技大學表演藝術學系兼任講師

阮劇團創團團員，於團內專任表演指導，負責戲劇教學、講座及表演等職務。並於嘉義社區、高中開設戲劇課程。北藝大求學期間，多次參與校內學期製作，代表學校至國外巡迴交流。表演學習歷程扎實且豐富，除擅長現代戲劇表演外，亦學習傳統戲曲身段與武功，師承尚派京劇藝師李柏君。

近年參與作品：2014 阮劇團秋季製作《丐國 party》演員、《劇本農場 2》讀劇演員、偏鄉演出計畫《小地方》演員、2013 年阮劇團《熱天酣眠》演員、《劇本農場》讀劇演員、《發光的窗》演員；2011 年北藝大劇藝所畢業製作《The Dresser》演員、戲劇學院夏季公演《霧裡的女人》演員、傳統戲曲呈現《天篷元帥降妖》演員、劇藝所期末呈現《仲夏夜夢在台北》演員、阮劇團《兩光專門學校》演員；2010 年北藝大戲劇學院秋季公演《小馬和他的頭家潘老闆》演員、傳統戲曲呈現《溪皇莊》演員、魚蹦興業《笑場》演員...等。

「舞蹈」

小事製作團隊-林素蓮

國立臺北藝術大學 舞蹈表演創作研究所 創作組

國立臺灣體育大學 體育舞蹈學系畢業

活躍於當代舞蹈界，近期作品：2013 新人新視野安可曲全台巡迴演出《小提包》、莎士比亞的妹妹們的劇團《SMAPxSMAP》擔任動作設計，人力飛行劇團-青春時差系列《安德烈的妹妹們》與蘇品文共同創作《只有三姐妹》新人新視野-演

出戲劇音樂篇洪于雯作品《Neverland》，專長舞蹈表演、舞蹈編創、即興、現代舞、中國舞、FREE STYLE 流行舞、各類舞蹈教學。

肢體默劇 姚尚德

法國巴黎第三大學戲劇系 (Paris III) 畢業

歷經 Hippocampe、L' Atelier de Belleville 等中心，師承 Etienne Decroux 肢體默劇體系學習。

旅法肢體默劇工作者。近年劇場單人作品涉及多元議題：兒童性侵害、自殺炸彈客、都更下的“歷史”荒謬。2011 年 < 驅。殼 > 一劇，利用廢墟空間展開意識的肉搏戰，以演出者赤裸軀殼直接挑戰集體觀看者的被動性。2011 年，姚尚德走出劇場，變化場域。透過雲門流浪者計畫，至中國大陸二十餘鄉鎮市，深入民眾生活街廓，進行「默劇出走」街頭演出。2012 年再延伸該計畫，以「野孩子肢體劇場」名義，走訪偏鄉、原民部落、小學、弱勢團體及社會特殊議題等「臺灣小角落」，以演出、即興工作坊與民眾及環境交流對話，試圖讓身體重回與社會及自然的連結裏。

課程大綱

1. 「京劇基本功」：

陳盈達師承尚派京劇藝師，京劇基本功著重手眼身腰腿步之六合之道協調，練習動作時強調頂正耿立橫平豎直動作工整，長期練習可體會京劇精氣神內在流動，增加表演者身體靈活度與舞台重量。

授課教師：陳盈達

課程時間：2014年8月7日起，每週四 15:00~17:00

9月18日起，隔週四 15:00~17:00

合計 15 週，30 小時。

課程地點：2014年9~10月，配合劇團排練行程，擬租借北投71園區排練室，其餘則於嘉義縣表演藝術中心大排練室舉行。

課程內容與大綱：

- 1.基本功服裝和規矩說明-掌拳練習—正平拳、月牙掌/站姿練習—平站步、八字步、正反丁字步
- 2.原地動作—揉肘、輪膀、穿肘、山膀
- 3.原地動作—雲手步伐練習—基本步伐
- 4.步伐練習—揉肘步伐、輪膀步伐、穿肘步伐
- 5.步伐練習—起霸步伐、推手步伐
- 6.步伐練習—跑圓場、單邊、穿拳桿步
- 7.京劇動作—合手弓箭步、左右回望
- 8.京劇動作—三環手托月、揉肘轉身涮腰
- 9.京劇動作—三雲手踢腿、左右枕
- 10.京劇動作—單顫子、雙顫子

- 11.京劇動作—五響顫子、雙飛燕
- 12.京劇動作—飛天十響
- 13.徒手對打—兜扶扯、砸肘
- 14.徒手對打—螺拳貫耳、桿三拳
- 15.京劇動作複習(一)

2.「舞蹈」:

由於劇團演員對自身肢體應用已經有基本的了解與能力，在授課內容上將較傾向演員的肢體開發能力，掌握身體律動，更加強身體語彙上的肢體表達能力。課程內容將包含：肌耐力訓練、舞蹈組合練習，身體即興能力訓練，戲劇肢體與舞蹈肢體的經驗分享與分析。

合作團隊：《小事製作》

授課教師：林素蓮

課程時間：2014年9月23日起，每週二15:00~17:00

合計15週，30小時。

課程地點：2014年9~10月，配合劇團排練行程，擬租借北投71園區排練室，其餘則於嘉義縣表演藝術中心大排練室舉行。

課程內容與大綱：

- 1.基本暖身與教材講解
- 2.基本暖身、舞蹈練習 (Undone1)
- 3.基本暖身、舞蹈練習 (Undone2)
- 4.舞蹈復習(Undone)舞蹈知識介紹
- 5.基本暖身、舞蹈練習 (Undone3)
- 6.基本暖身、舞蹈練習 (Undone4)
- 7.基本暖身與即興練習

8.舞蹈複習&其中呈現 (Undone)

9.即興練習與動作發展 1

10.即興練習與動作發展 2

11.即興練習與動作發展 3

12.即興練習與動作發展 4

13.即興動作組合分組練習 1

14.即興動作組合分組練習 2

15.即興動作組合分組呈現

3. 「肢體默劇」：

姚尚德師承艾田·德庫 (Etienne Decroux)，Etienne Decroux 的肢體默劇，去掉喜劇的劇情元素、以抽象的肢體為主。除了傳統啞劇的表情變化，回歸身體，從身體運動的線條及力度使用的邏輯中提煉出肢體戲劇的系統。「在舞台上，沒有一個動作是免費的。」在歐洲，肢體默劇被視為舞台劇、偶戲、小丑等領域表演者重要的訓練。在此課程，將試圖透過身體-表演者的基礎與立足點，回歸身體的力量與邏輯。

合作團隊：《野孩子肢體劇場》

授課教師：姚尚德

課程時間：2014 年 9 月 25 日起，隔週四 15：00~17：00

合計 15 週，30 小時。

課程地點：2014 年 9~10 月，配合劇團排練行程，擬租借北投 71 園區排練室，其餘則於嘉義縣表演藝術中心大排練室舉行。

課程內容與大綱：

1.默劇與身體-認識默劇

2.默劇與身體-身體的使用

- 3.默劇肢體訓練 1-講解及拆解默劇肢體的特定個性與意義
- 4.默劇肢體訓練 2-操練基本動作
- 5.默劇肢體訓練 3-操練基本動作&即興發展 1
- 6.默劇肢體訓練 4-操練基本動作&即興發展 2
- 7.默劇肢體訓練 5-操練基本動作&即興發展及呈現
- 8.默劇肢體訓練 4-物件以及空間的即興發展 1
- 9.默劇肢體訓練 4-物件以及空間的即興發展 2
- 10.默劇肢體訓練 5-物件以及空間的即興發展呈現
- 11.默劇肢體訓練 6-物件以及對手的即興發展 1
- 12.默劇肢體訓練 6-物件以及對手的即興發展 2
- 13.默劇肢體訓練 7-物件以及對手的即興發展分組呈現
- 14.默劇肢體訓練 6-操練基本動作 綜和前述課程
- 15.期末呈現-尋找屬於自己的身體運作方式 演練 呈現 表演 討論

計畫成員名單

藝術顧問：王友輝

計劃主持人：汪兆謙

執行製作：蔡愷庭、林靖雯、許惠淋

課程統籌：陳盈達

教學群：陳盈達、林素蓮、姚尚德

演員群：陳盈達、余品潔、張釋分、林志毅、李佶霖、嚴婕