

## 2024《碰！明盲共舞工作坊》

工作坊日期及主題：

時間	主題	課程內容
5月4日(六) 10:00~12:00	破冰、本體覺	本體覺是感受自身身體部位之位置及運動狀態的能力。先感受自己的身體，再開始感受外在的環境與他人。
5月11日(六) 10:00~12:00	觸覺	藉由觸碰，我們可以感知物件的材質、形狀及大小。物件會引發不同的動作，輕撫、摩擦或是滑動。也藉由接觸即興的觸碰，讓彼此一起舞動。
5月18日(六) 10:00~12:00	聽覺	在距離之外就可以感受到的知覺能力，我們可以聽取夥伴的位置及距離，感受彼此的呼吸。也是外在的聲音與節奏，刺激著我們身體產生律動。
5月25日(六) 10:00~12:00	平衡及加速度感覺	覺知身體的靜態與動態時的穩定狀態，讓身體去感受不同姿態時與重力的關係，在不同動態時感受動力的方向。
6月1日(六) 10:00~12:00	參與者提案	由參與者提案，提出想實驗的感官能力。
6月15日(六) 10:00~12:00	舞作口述影像及舞作體驗 I	以《在大道與廣場之間遇到一頭大象》之口述影像出發，讓參與者體驗舞作內容，同時藉由聆聽文字去想像舞作。
6月22日(六) 10:00~12:00	舞作口述影像及舞作體驗 II	讓參與者親自描述身體動態。視障及明眼參與者相互討論，相互調整頻率，找到彼此理解的舞蹈描述方式。
6月29日(六) 10:00~12:00	共感覺	共感覺是多種感官知覺能力同時運行。前往公共空間，以聽覺、觸覺及平衡及加速度感覺，這三種在工作坊中練習的感官，讓身體在空間中舞動。