

小小原舞者

2009 暑期兒童原住民樂舞文化營

研習手冊



主辦：財團法人原舞者文化藝術基金會

贊助：文化財團法人國家文化藝術基金會

教育部、花蓮縣教育局、秀林鄉公所、吉安鄉公所

協辦：花蓮文蘭國小、花蓮太昌國小、花蓮萬榮國小

時間/地點：

第一梯次：7/20~7/21 / 花蓮縣秀林鄉文蘭國小

第二梯次：7/22~7/23 / 花蓮縣吉安鄉太昌國小

第三梯次：7/24~7/25 / 花蓮縣萬榮鄉萬榮國小

「小小原舞者」2009 暑期兒童原住民樂舞文化營

【 課程表 】

第一天：【原住民樂舞文化】體驗營

時間	活動內容	負責人
9：00~9：30	報到一分組	工作團隊
9：30~9：50	開幕式/主持：執行長 貴賓（擬邀花蓮縣文化教育相關單位）	工作團隊
9：50~10：00	休息	小隊輔
10：00~10：50	遊戲一/如果我是原住民請問你是誰？ 破冰-小隊介紹	謝慧嫻/利錦鴻
10：50~11：10	休息	小隊輔
11：00~12：00	遊戲二/失落的藏寶圖尋找神秘的福爾摩沙 -概述原住民族群分布及特色	朱克遠/瓦旦·督喜
12：00~13：10	中午用餐	胡政桂
13：10~14：00	遊戲三/族語劇場-身體會說話	謝慧嫻/戴慧琳
14：00~14：10	休息	小隊輔
14：10~15：00	遊戲四/手舞足蹈（阿美語） 七腳川一般歌謠越舞 第三梯次-太魯閣樂舞教學	阿道·巴辣夫/孔柏元
15：00~15：10	休息-點心時間	小隊輔
15：10~16：00	遊戲五/手舞足蹈（阿美語） 宜灣-祭儀樂舞 第三梯次-太魯閣樂舞教學	懷劭·法努司（蘇清喜）/孔柏元
16：00	冒險結束~回到溫暖的家	工作團隊

遊戲一：如果我是原住民請問你是誰？



認識原住民問候語以及原住民精神歡呼

每個小隊隊員自我介紹，並且分別想出隊名及隊呼，輪流上台在 30 秒之內作演出。



原住民見面禮

所有小隊介紹完畢之後，教授「打獵歌」這首歌與舞蹈，並且開始遊戲。每隊同時出來唱跳「打獵歌」，聽到指令「停」後必須站上全開的報紙上，隊員互相協助，一人代表一分。再逐次將報紙面積減小。名次最高隊給五分，依名次排序給分。



打獵歌

Sa sa a sa si kagari yuka sian se
Sa sa yuka sian se
Yama yama e mine mine e
Si kagari yamagari hoi hoi hoi

來吧 來吧 我們打獵
來吧 我們打獵
越過山峰 爬過峻林
我們打獵 嘿 嘿 嘿

Sa sa yama yama e mine mine e
Si kagari yamagari hoi hoi hoi

來吧 越過山峰 爬過峻林
我們打獵 嘿 嘿 嘿

老師：安娜老師

遊戲二：失落的藏寶圖尋找神秘的福爾摩沙

失落的藏寶圖—尋找神秘的福爾摩沙

—概述原住民族群分布及特色

荷蘭人曾讚譽台灣為福爾摩沙，並以「婆娑之洋，美麗之島」八個字歌頌台灣之美。前者意指海洋，後者則為峻偉高山和蒼鬱森林；海洋與森林兩者皆是孕育台灣生物多樣性的搖籃。「哇！如此美麗的島，我們的祖先從很久以前就居住在這裡了，有些人生活在高山上，有些人生活在平原，不同的生活型態孕育了各族豐富的文化。

台灣原住民族群文化介紹與分部概況

1. 泰雅族：台北、桃園、新竹、苗栗、台中、南投、宜蘭

分佈在台灣中北部山區，目前人口約有 81,000 人。傳統生活以狩獵、山田燒墾為主。織布技術發達，技巧繁複且花色精巧，其中以紅色象徵血液，具有生命力，可以避邪，故而喜好紅色服飾，有紋面習俗。社會組織以祖靈祭祀團體為主，最重要的祭儀活動為祖靈祭。歌舞動態活動以口簧琴與口簧琴舞為其特色。

2. 排灣族：屏東、台東

分佈區域於北起大武山、南達恆春、西到枋寮、東到台東太麻里的中央山脈兩側。人數將近 86,000 人。傳統的貴族頭目為各部落的政治、軍事、甚至宗教領袖，自成一獨立自治單位，由於人口眾多，血緣關係較廣，盛行貴族近親聯姻的結果，使得某些地區出現少數貴族統領數個部落的超部落聯盟情形。物質文化上以琉璃珠、鐵器、銀飾等為貴重物品。傳統的陶壺雕塑及樑柱木雕，以百步蛇紋及人頭紋象徵貴族的崇高地位。

3. 魯凱族：高雄、屏東、台東

分佈於高雄縣茂林鄉、屏東縣霧台鄉及台東東興村等地，人口約 11,600 多人。傳統社會組織分為貴族與平民兩個部分，貴族享有神話上血緣之優越性及土地所有權之經濟特權；平民則以發展個人領導能力，農產豐儲以及通婚等方法來提昇地位。繼承方式以長男為主。

4. 卑南族：台東

老師：以新哥哥

分佈於台東縱谷南部，其強盛時期曾統轄東部族群七十二社。目前人口約有 11,000 多人，全族分居八個部落，有「八社番」之名。各部落間因起源傳說的不同，可分為：由「竹子而生」起源的卑南群和由「石頭而生」起源的知本群。傳統社會組織以長女承家以及男性年齡階段組織為主。男子會所為政治中心及教育場所，未婚男性必須居住在會所接受軍事訓練以防衛部落，並依照年齡分為數個年齡階級。

5. 賽夏族：新竹、苗栗

主要分佈於苗栗縣南庄、獅潭二鄉及新竹縣五峰鄉山區，人口約有 5,600 多人。社會組織以父系氏族組織為主，各氏族團體傳統各有其圖騰象徵物。清領時期紛改漢姓，遂以原圖騰譯為其姓氏之名，如「風」、「日」、「夏」等姓，祭儀活動以矮靈祭為其中最重要者，而族中歌舞精華亦以此為主，由於居住地鄰近泰雅族，在物質文化上受其影響較多。

6. 鄒族：嘉義（阿里山）、高雄（南鄒）

分佈於嘉義縣阿里山鄉為主，部分亦居住於南投縣信義鄉、高雄縣桃源、那瑪夏鄉二鄉，目前人口約有 6,500 多人。社會組織以嚴格的父系氏族組織及大、小社分脈聯合之政治性組織為主，部落事務及祭儀都以男子會所為中心，稱為「庫巴」，結婚前的青少年必須居住於此，同時接受訓練，而女性則禁止進入。部落的祭儀以「戰祭」為最重要，其中整修會所、修砍神樹、迎靈、娛靈、送靈之祭儀過程繁複，音樂性及節奏性最為人稱道。

7. 達悟族：台東

分佈於台東的蘭嶼島上，為台灣唯一的一支海洋民族，人口約有 3,500 人，島上有六個村落，由於生活環境的獨立，傳統文化保存得最為完整，部落間的糾紛都以親族群體相互協調解決，社會活動則端賴父系氏族群體及魚團組織來管理。物質文化表現極為豐富，雕造板舟技術，打造銀器，捏塑陶壺泥偶之技藝均具特色。傳統的地下屋冬暖夏涼極具，全年的祭典儀式以配合捕撈飛魚之活動為主，視飛魚為神聖物，歌舞方面婦女的頭髮舞在各原住民族群獨樹一格，而男士們的勇士舞則是另一種力與美的表現。

8. 邵族：南投（日月潭）

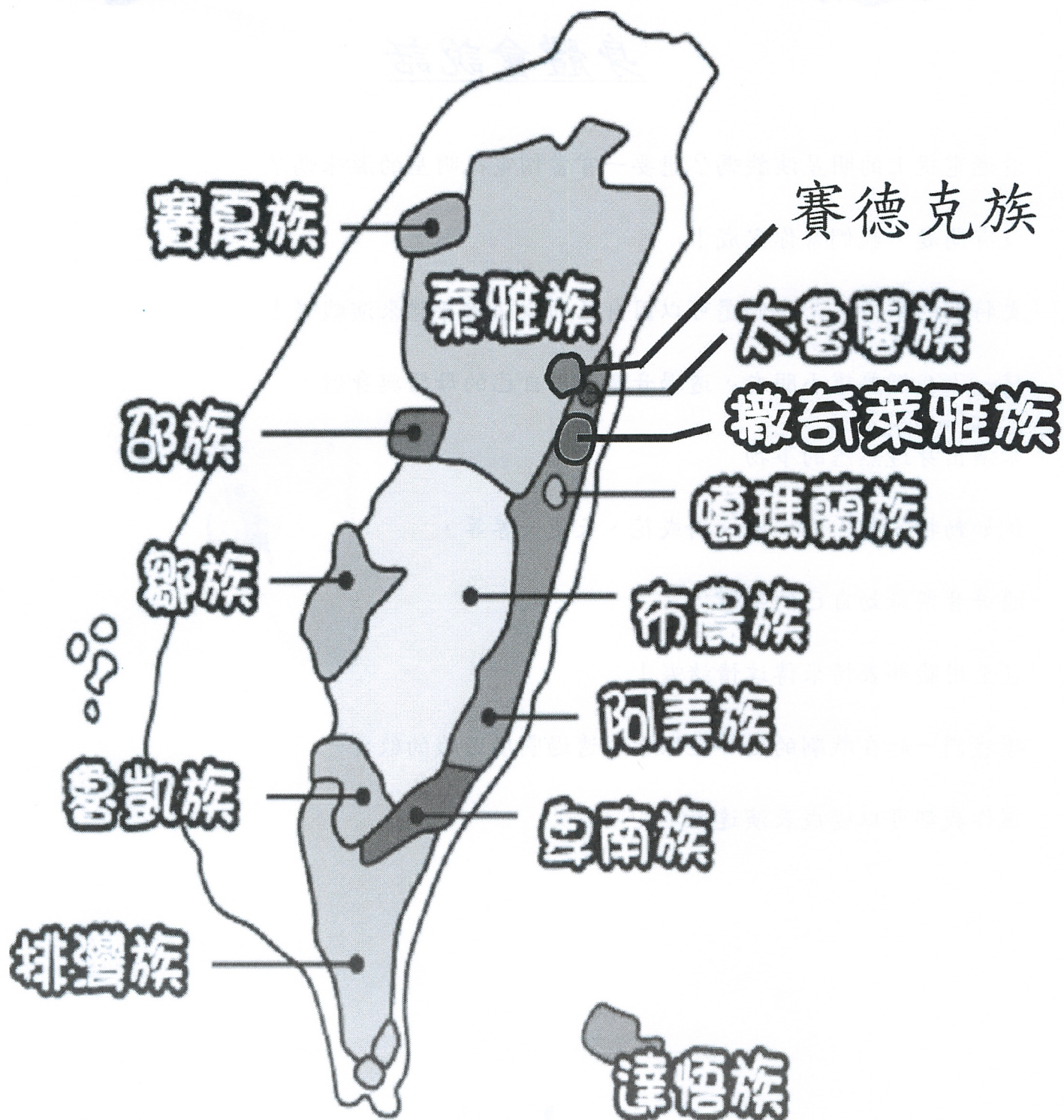
分佈於南投縣魚池鄉及水里鄉，人口約 648 人，相傳邵族的祖先因追逐白鹿而遷至日月潭定居，其部落社會組織是以父系外婚氏族為其文化特徵，受漢文化影響頗深，但其固有的成分依舊存在，每家之客室內側左牆腳所懸掛的祖靈籃，為不見於其他族群的文化特質，頭目平時是部落祭儀的決策者與社會事務的仲裁者，職位通常由長子世襲，最具代表性的音樂是杵歌和杵音。

9. 賽德克：南投、花蓮

賽德克族人口約有 10,000 人，擁有獨特的生命禮俗和傳統習俗，因崇信 Utux 的生命觀，而延伸出嚴謹的 gaya/waya 生活律法系統，並發展出許多特有豐富的文化，如文面、狩獵、編織、音樂、語言、歌謠與舞蹈。賽德克族視 Sisin 鳥為靈鳥，舉凡打獵、提親都聽 Sisin 鳥的鳴叫聲與行徑方向做決定。

* 族群文字簡介引自原民會網站

台灣原住民族分布圖



老師：以新哥哥

遊戲三：超級比一比

身體會說話

看過電視上的明星演戲嗎？想要一嘗當個電視明星的滋味嗎？

沒有問題，我們幫你完成！

更特別的事情，是我們還可以用自己的族語與身體來演戲喔！

這一次我們要讓小朋友，透過音樂運用自己的母語與身體，

來演出身邊熟悉的事物

例如動物、雲、浪、風、樹或花、天使…等等，

隨著音樂舞動自己的身體

甚至用臉部表情來傳達情緒喔！

讓我們一起在戲劇的世界裡探索，透過劇場遊戲的啟發，

讓你我都可以變成表演達人！

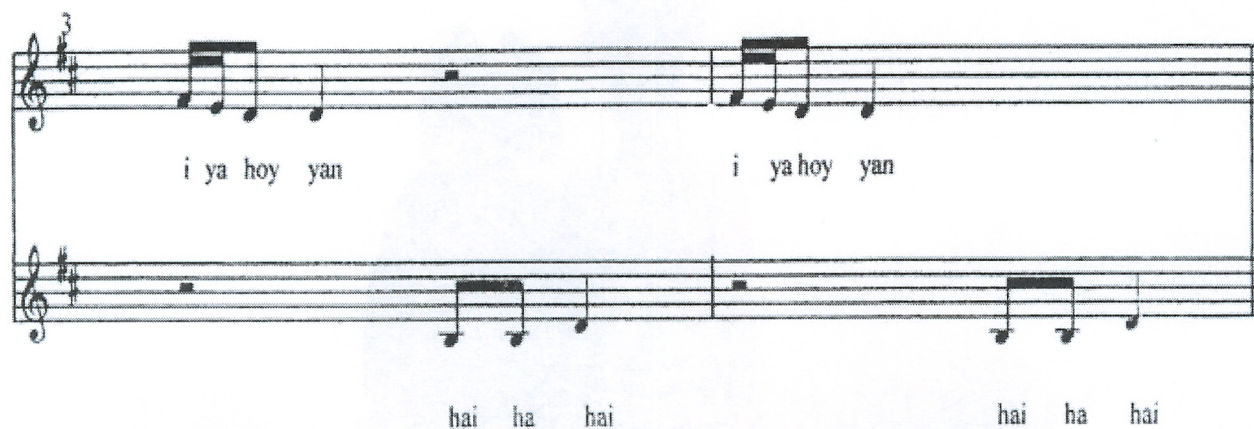


老師：安娜

遊戲四：《手舞足蹈》，阿美族七腳川傳統樂舞篇

樂舞體驗

1.



1.

領唱：海丫喔 ~~ 依丫喔厚依仰. 厚依仰依丫厚依仰

答唱：海哈海

領唱：依丫厚依仰

答唱：海哈海

2.

領唱：依丫厚哈恩厚一

答唱：黑~~~

領唱：依丫厚哈恩厚一

答唱：黑~~~

領唱：依丫厚依丫厚仰厚~~味黑仰

答唱：哈味哈海

領唱：ㄟ黑厚黑味黑仰

答唱：哈味哈海

領唱：ㄟ黑仰厚味黑仰

答唱：哈味哈海



3.

i ya o hoy he yo i ya ho

he hoy

hai yan i ya ho e hoy

he he

he yo hai yan

we ha n ha hai he yai ha

he yo ho o hoy yan i ya

hai he yai ha hai

3,

領唱：依丫喔黑

答唱：黑厚伊

領唱：嘿優 ~~ 一丫厚海仰. 一丫厚ㄟ厚一

答唱：黑 ~ 黑味哈恩哈海

領唱：黑優~~~ 海仰

答唱：黑丫一哈海

領唱：黑優厚喔厚一仰

答唱：黑丫一哈海

4.

e he he o hoy yai ha o yo i hai

he

he e he he yo

hai hai hai ha he

i ya o hoy yai ha o yoi hai he

he hai

hai hai ha he

4.

領唱：ㄟ黑 ~ 黑厚厚一丫一哈歐有一海

答唱：黑海

領唱：黑

答唱：海 ~ 海哈黑

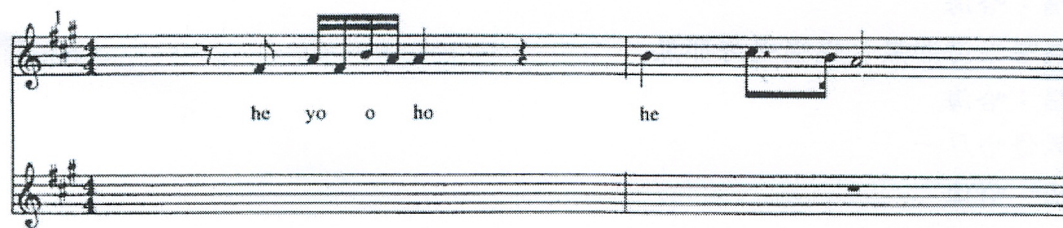
領唱：ㄟ黑 ~ 黑優~一丫喔厚一丫一哈喔有一海

答唱：黑海

領唱：黑

答唱：海 ~ 海哈黑

5.



領唱：黑優ㄟ厚黑 ~~. 厚 ~~ 黑. 厚 ~ 黑ㄚ一

答唱：海哈海

領唱：喔厚厚黑ㄚ一

答唱：海哈海

領唱：喔哇哈海

答唱：海哈海

領唱：喔味哈海

答唱：海哈海

6.

領唱：喔喔喔海耶黑 喔喔喔海耶黑

答唱：哈海

領唱：喔喔喔海耶黑 喔喔喔海耶黑

答唱：哈海

領唱：黑優哈厚一

答唱：哈海

領唱：黑優哈厚一

答唱：哈海

領唱：一有因哈因厚洋

答唱：一丫海

領唱：一有因哈因厚洋

答唱：一丫海

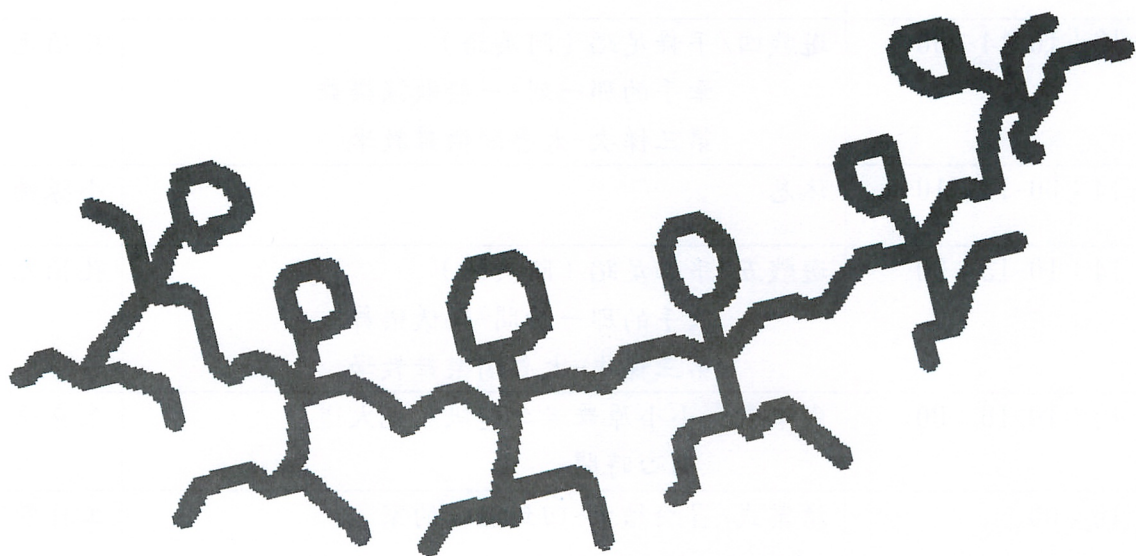


遊戲五：手舞足蹈-年的跨越

台灣原住民族傳統舞蹈概念：以阿美族為例

1. 手牽手，圓。
2. 嘴巴與身體的相愛：有歌必有舞
3. 我不高，但很有力氣：低重心，與土地的親密關係。

屁股坐痠了吧！起來唱一唱動一動吧



老師：嘟嘟哥哥

「小小原舞者」2009 暑期兒童原住民樂舞文化營

【 課程表 】

第二天：【原住民樂舞文化】體驗營

時間	活動內容	負責人
9：00~9：50	遊戲一/穿上彩虹衣 -認識各族群服飾特色	朱克遠/戴慧琳
9：50~10：00	休息	小隊輔
10：00~10：50	遊戲二/Super Band 超級樂團 -原住民傳統樂器認識 -第三梯次面具製作	潘麗娟/利錦鴻
10：50~11：00	休息	小隊輔
11：00~12：00	遊戲三/迴音谷/太魯閣之聲 -太魯閣族群認識（太魯閣語）	瓦旦·督喜/朱克遠
12：00~13：10	中午用餐	胡政桂
13：10~14：00	遊戲四/手舞足蹈（阿美語） 牽手的那一刻-一般歌謠樂舞 第三梯次-太魯閣樂舞教學	孔柏元/阿道·巴辣夫
14：00~14：10	休息	小隊輔
14：10~15：00	遊戲五/手舞足蹈（阿美語） 放手的那一瞬間-祭儀樂舞 第三梯次-太魯閣樂舞教學	孔柏元/懷勁·法努司
15：10~16：00	成果展-小小原舞者之超級星光大道 點心時間	朱克遠/利錦鴻
16：00	結業式/冒險結束~回到溫暖的家	工作團隊

遊戲一：穿上彩虹衣

小朋友們！

原住民各族群的傳統服飾琳琅滿目、

顏色豔麗、衣服編織手法、穿著方式也各不相同，

族群間的服飾也代表了各族的文化模式，

所以~讓我們來認識台灣原住民美麗的服飾吧~



本課程主要是以介紹一些台灣原住民族群美麗多元的傳統服飾為主。藉由了解服飾上面的意義以及符碼，培養小朋友鑑賞服飾的能力，以及增加小朋友對於原住民服飾文化的了解與認識。

9：00—9：10	搶分大作戰	問與答
9：10—9：45	*MODEL 魔朵出場大走秀，一一介紹魔朵服裝以及如何正確穿著。 *請學員就魔朵們穿的服裝對應出該族群另一性別的傳統服飾並穿在另一魔朵身上。	*老師穿著族服依序進場（音樂）。
9：45—9：50	*票選最佳創意獎	*由小朋友與老師們票選出最佳服裝創意獎。

穿上彩虹衣-原住民族服飾介紹

布農族

布農族男子常見的穿著為布巾帽、外敞衣；可裝煙草的胸袋，用來遮掩下體的遮巾布，即使洗澡也穿著，很少換下來。最具特色的無袖對襟長背心，服飾的花紋多在背部，據學者研究，

男性：將貝殼磨平穿繩、穿插玻璃珠點綴的頭飾、頭箍。耳飾則以夜光貝磨製成三角形；腕飾則是由山豬牙製成，手環則是以洋銀或黃銅製成環狀物。

女性：耳飾是以洋銀或黃銅製成鈎勾狀；頸飾、腕飾以貝殼或玻璃珠串成；手環多是採藤、蔓編織而成。



卑南族

卑南族服裝最大特色，是以鮮艷的紅、黃、綠夾雜黑、白色，突顯出蛇鱗狀的多層菱形紋，並搭配細緻的十字繡花紋。上衣穿著長袖短襟並綴有五紐的黑色對襟，還有繡邊的前襟與褲腳。女子穿著女裙，青春期的女子頭戴花冠，佩戴頸飾和長腰帶。適婚少女衣飾最為完整，頭戴對折成三角形的印花方巾，上衣與男上衣雷同，但以白布滾邊。腰裙則以長方形黑布搭配紅布或白布做裙帶，下緣滾邊，有時邊有刺繡，夾層口袋圍在背部腰上垂到臀部的背兜。綁腿布普通用黑色，但也有用藍印花布縫製。花環在卑南族的服飾上特別突顯，尤其在節慶祭典時，族人穿上盛裝之後，頭上一定戴上花環。



阿美族

阿美族的服飾色彩鮮艷，北部阿美族以紅、黑、白三色為主；南部阿美族則流行黑、紫紅、黃、綠、紅、橘等色。

男性：裝飾物有羽冠、額帶、耳飾、紅頭帶頸飾、腕飾。

女性：裝飾物有額帶、耳墜、頸鍊、頸飾、腰帶。材料多來自貝殼、瑪瑙、豬牙和錢幣。有在帽頂插上鳥毛的頭盔型帽子；或以竹子編而成，配有裝飾物的竹笠，或抽煙用的煙袋等飾品。

阿美族平常並不重視衣物，主要為了禦寒保暖，只有在節慶時才會盛裝出席。男子禮服在盛裝時穿，以羽冠、綁褲、長外上衣及檳榔袋；女子禮服有珠冠、裙、有袖上衣及檳榔袋。



鄒族

鄒族的服飾材料主要來自皮革，將打獵回來的各種獸皮揉製皮飾衣服，包括皮帽、背心、披肩、套袖、胸飾、鞋子、火具等等；麻布則由婦女織成，形式簡單；棉布則由平地購買而來。除了男子的皮衣以外，以紅色衣服配上羽飾的帽子，是鄒族男子的標準打扮。女子服飾特色為紅色胸衣、刺繡頭巾、藍衣黑裙。

以狩獵為生的鄒族人，皮衣、皮帽是主要的裝扮。男子盛裝為紅色的長袖上衣、胸衣與遮陰布，加上山羌皮帽。女子盛裝則以頭巾纏髮，黑裙、藍色長袖上衣、在胸衣上刺繡精美圖案。

* 文字與照片資料引自網站：



http://residence.educities.edu.tw/tonytran/Costume/c_bunun.htm

「福爾摩沙的原住民」

老師：以新哥哥

遊戲二：Super Band/超級樂團

破銅爛鐵

小朋友你可以說出來台灣原住民的樂器有哪些嗎？

現在，巴奈姐姐就來告訴你，台灣原住民的樂器，

還有呀，我們要像交響樂團一樣演奏這些樂器唷！

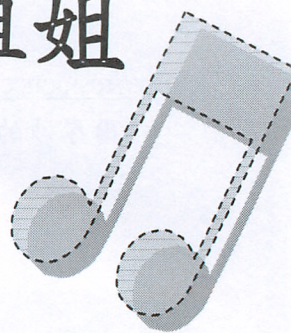
Super Band/超級樂團/破銅爛鐵

小朋友你們知道嗎？我們台灣原住民所使用的樂器，大多是從大自然取材，竹子、木頭、銅成為製作樂器的主要材料，原住民的樂器，除了娛樂、歌舞伴奏之外，有時也用來傳達某種訊息喔！像是戰鬥狩獵的信號、思念故去的親友，或是傳達愛慕之意等等，不管悲傷或高興，透過這些樂器的聲音，表現了台灣原住民文化特色喔。

將樂器依序排好，或者是現場有什麼器材可以敲打出聲音的即可，講師會派每小隊兩位小朋友提出樂器的演奏方法並且上台演奏(須有完整節奏或旋律，曲目是安娜老師的狩獵歌)，按照自己演奏方式完整演出曲目可得二分，並提升團隊合作的精神。



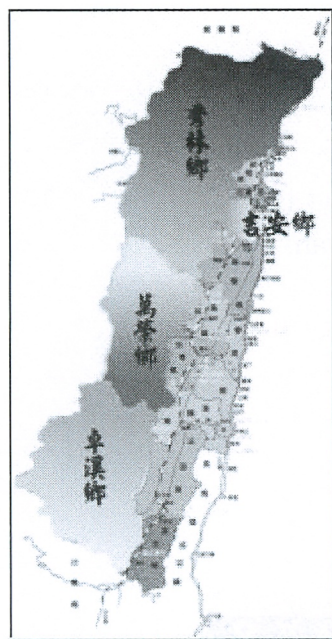
老師：巴奈姐姐



遊戲三：迴音谷-太魯閣之聲

立霧溪就像是一把銳利的山刀，切開了堅硬的大理石層，險峻的峽谷於焉而出。因為環境的險惡，孕育了當年的太魯閣族人為了克服惡劣的因素，產生的剽悍個性。太魯閣族男人為了部落的安全、榮譽心、個人靈力的增長以及成為真正的太魯閣男人，會藉由打獵及出草的行動彰顯自己的英勇，回到彩虹的另一端。

順著太平洋的海風從太魯閣峽谷口進入，立霧溪底傳出來的激流聲，正訴說太魯閣勇士唱出來峻勇的歌聲。讓我們一起從勇士深邃的眼中窺探風雲一時的太魯閣。



小朋友你們知道太魯閣族都住在哪裡呢？

太魯閣族傳統上居地廣佈於台灣東部高山地區的和平溪、立霧溪、木瓜溪、支亞干溪、萬里溪、太平溪和拉庫拉庫溪等溪流兩岸河階、台地或沿岸山麓地帶，到了霧社事件發生之後的 1931 年到 1937 年間，日本政府以好管理為由，將所有居住在中央山脈的族人強制遷徙至目前的部落。

目前太魯閣族部落分佈大致北起和平溪南至太平溪，分佈於南投縣仁愛鄉之松林、廬山、靜觀；分佈於花蓮縣秀林、萬榮兩鄉、卓溪鄉立山村，及吉安鄉慶豐、南華與福興等三村。花蓮縣的秀林鄉與萬榮鄉是目前太魯閣族人口分佈最多的地方。

說說唱唱學母語

老師：瓦旦哥哥

各位小朋友！世居險峻峽谷的太魯閣族，他們的音樂跟其他族群非常不一樣喔。現在就讓我們一起來唱兩首太魯閣族的小朋友常常唱的歌，我們來說說唱唱學母語~

一、

Rungay 小猴子

| 3 3 3 3 5 5 3 0 | 5 5 3 3 3 3 3 0 |
 ji - yan ji - yan ji - yan da ! tu - tui ka - na ru - ngay da !
 | 6 6 5 5 6 6 3 0 | 5 3 2 3 3 3 3 0 |
 mka - raw quh - ni mkan - br bun ! ba - nah ba - nah pu - yaq na !

單字：runday 猴子 jiyan 天亮 tutui 起床 kana 全部 mkaraw 爬
 quhni 樹 mkan 吃 brbun 香蕉 banah 紅色 puyaq 屁股

二、

Rimuy maku 快樂歌

| 3 3 3 3 3 - | 5 6 6 5 6 5 2 3 5 3 3 3 3 - |
 ri-muy ma-ku wah ri-muy ma-ku ri-muy ma-ku ri-muy ma-ku wah
 | 5 5 3 0 | 5 5 3 0 | 5 5 3 3 5 5 3 0 |
 ri-muy wah ri-muy wah ri-muy ma-ku ri-muy wah
 | 5 3 5 3 5 3 3 3 6 5 6 5 6 5 3 3 0 |

單字：Rimuy 快樂 maku 我

太魯閣族的木琴

小朋友！木琴是太魯閣族獨特的樂器，木琴製作的材料有：食茱萸（sangas）、山鹽木（prihut）、檜木（qulit）、（byugu）、（plux）、油桐（bruqil）、楓木（dgarung）等，以山鹽木之打擊聲音最清脆，而油桐之聲音最厚實。通常在製作前木材須長時間陰乾後，才可拿來製作，否則會變形。

製作的過程：切兩根圓 5.5cm、長 36.5cm 的木頭當底座，架上四根長 36.8cm 的木頭，它們分別是圓 5.5cm 為 1 號 Re 音、6.5cm 為 2 號 Mi 音、5.2cm 為 3 號 Sol 音、4.8cm 為 4 號 La 音。

木琴的音階有 Re、Mi、Sol、La 等四個音，敲擊時，分單手或雙手來演奏。男士盤坐，女士則採跪姿。木琴的敲擊用於召喚親友共享美食或作為舞蹈伴奏，可自娛娛人。

木琴曲例

一、

Rimuy maku 快樂歌

| 5 5 3 3 5 5 3 0 | 5 5 3 2 3 3 3 0 |
| 6 6 3 3 5 5 3 0 | 5 5 3 2 3 3 3 0 |

第二部-1

| 3 3 3 3 3 3 3 0 | 3 3 3 3 3 3 3 0 |

第二部-2

| 2 2 2 2 2 2 2 0 | 2 2 2 2 2 2 2 0 |

二、

召喚親友共享獵物的歌

(雙手)

| 3 3 3 5 5 3 3 3 3 5 5 3 2 2 3 3 3 3 3 3 3 |

右 右 左

|| : 5 5 3 6 6 3 5 5 3 6 6 3 3 3 3 5 5 3 2 2 3 |
| 3 3 3 5 5 3 3 3 3 3 3 3 : || 3 2 0 |

遊戲四《手舞足蹈》，牽手的那一刻

樂舞體驗

這邊有一位太太魯閣

Rimuy maku 快樂歌

| 5 5 3 3 5 5 3 0 | 5 5 3 2 3 3 3 0 |
Ri - muy ma - ku ri - muy wah! Ri - muy ma - ku ri - muy wah!
| 6 6 3 3 5 5 3 0 | 5 5 3 2 3 3 3 0 |
Ri - muy ma - ku ri - muy wah! Ri - muy ma - ku ri - muy wah!

單字：Rimuy 快樂 maku 我

Biyi Brayaw 草寮歌

| 3 5 3 5 5 2 | 3 5 3 3 3 3 |
Bi - yi b - ra - yaw bi - yi s - ru - hing
| 3 3 5 5 6 6 6 6 | 3 5 3 2 3 3 . 3 3 |
cis cis cis cis cis cis cis cis sa - un mu - bi t - sa - saw ha

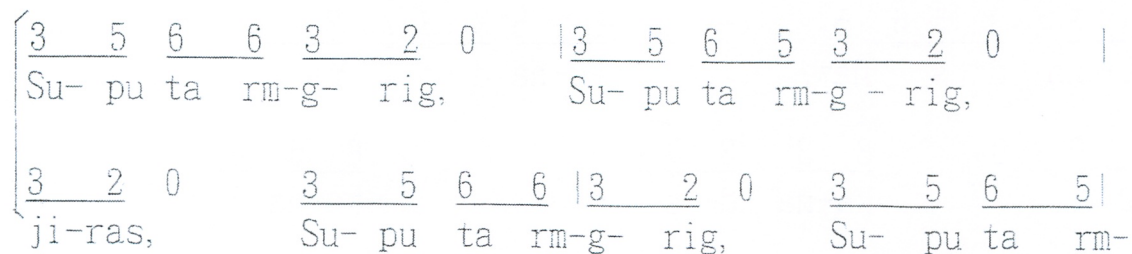
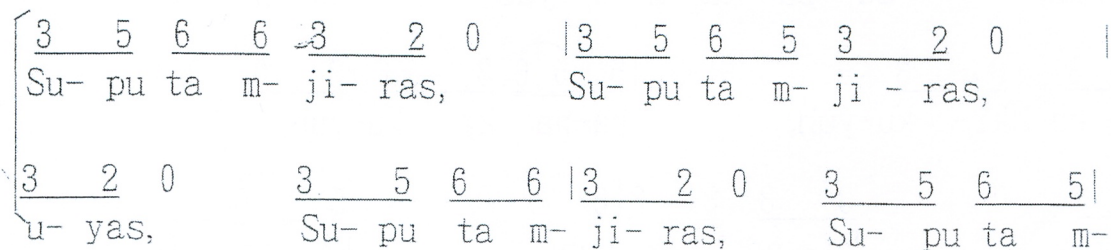
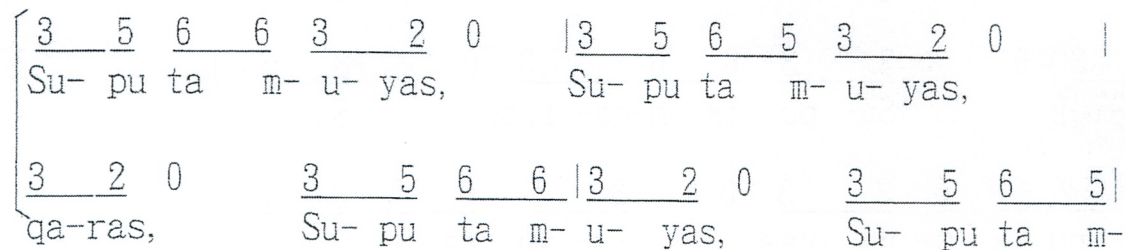
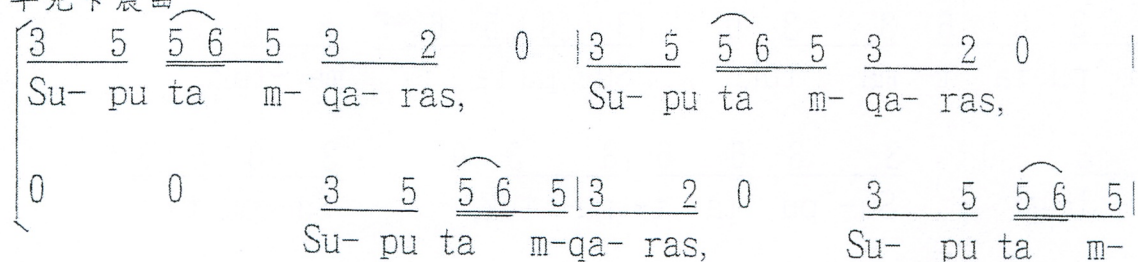
老師：嘟嘟哥哥

Uvas Mqaras(歡樂歌)

Eb 速度：每分鐘 92 個四分音符 4/4 拍

哈尤道採集，填詞

罕見卡農曲



<u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	<u>3</u> <u>3</u> <u>5</u> <u>6</u> <u>5</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	
Su- pu ta l- mu- bug,	Su- pu ta l- mu- bug,	
<u>3</u> <u>2</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u>	<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>5</u> <u>6</u> <u>5</u>	g-rig,
Su- pu ta l- mu- bug,	Su- pu ta l-	
<u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	<u>3</u> <u>3</u> <u>5</u> <u>6</u> <u>5</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	
Su- pu ta t- ma- tuk,	Su- pu ta t- ma- tuk,	
<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u>	<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>5</u> <u>6</u> <u>5</u>	
mu- bug,	Su- pu ta t- ma- tuk,	Su- pu ta t-
<u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	<u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>5</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	
Su- pu ta m- qa- ras,	Su- pu ta m- qa- ras,	
<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u>	<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>5</u>	
ma-tuk	Su- pu ta m- qa- ras,	Su- pu ta m-
<u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	<u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>5</u> <u>3</u> <u>3</u> 0	
Su- pu ta m- u- yas,	Su- pu ta m- u- yas,	
<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>6</u>	<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> <u>5</u>	
qa-ras,	Su- pu ta m- u- yas,	Su- pu ta m-
<u>3</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>6</u> -	<u>5</u> <u>5</u> <u>6</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>3</u> 0 0	
ka- na ki- ku-yuh,	ka- na ki- ku-yuh,	
<u>3</u> <u>3</u> 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>3</u>	<u>6</u> - <u>5</u> <u>5</u> <u>6</u> <u>3</u> <u>3</u>	
u- yas,	ka- na ki- ku-yuh,	ka- na ki- ku-
<u>3</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>5</u> <u>6</u> 5 -	<u>6</u> <u>5</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>2</u> <u>3</u> 0 0	
ka- na d- s- naw,	ka- na d- s- naw,	
<u>3</u> 0 0 <u>3</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>5</u> <u>6</u>	<u>5</u> - <u>6</u> <u>5</u> <u>3</u> <u>3</u> <u>2</u>	
yuh,	ka- na d- s- naw,	ka- na d- s-

$$\begin{array}{r} 3 \quad 0 \quad 0 \\ \hline \text{Naw,} \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \quad 3 \quad 3 \quad 3 \quad 6 \\ \hline \text{ka- na d-ru- dan,} \end{array}$$

$$- \begin{array}{r} 5 \quad 5 \quad 6 \quad 3 \quad 3 \\ \hline \text{ka-na d- ru,} \end{array}$$

$\begin{array}{c} \underline{3 \quad 0} \quad 0 \quad \underline{3 \quad 3} \quad \underline{3 \quad \widehat{5 \quad 6}} \mid 5 \\ \text{dan,} \quad \text{ka- na lq-la- qi,} \end{array}$
 $\quad - \quad \underline{6 \quad 5} \quad \underline{3 \quad \widehat{3 \quad 2}}$
 ka-na lq-la -

$$\begin{array}{ccccccc} \underline{3} & \underline{0} & 0 & \underline{3} & \widehat{\underline{3} \underline{2}} & \underline{3} & \underline{5} \mid 6 \\ \text{qi,} & & & \text{su-pu} & & \text{m-} & \text{qa-ras,} \end{array} \quad - \quad \begin{array}{ccccccc} & & & \underline{5} & \widehat{\underline{5} \underline{6}} & \underline{3} & \underline{3} \\ & & & \text{Su-pu} & & \text{m-} & \text{qa-} \end{array}$$
$$\begin{array}{ccccccc} \begin{array}{c} \underline{3 \quad 0} \\ \text{ras,} \end{array} & 0 & \begin{array}{c} \underline{3 \quad 3} \\ \text{su-pu} \end{array} & \begin{array}{c} \widehat{3 \quad 5 \quad 6} \\ \text{m- u -} \end{array} & | 5 & - & \begin{array}{c} \underline{6 \quad 5} \\ \text{su-pu} \end{array} & \begin{array}{c} \widehat{3 \quad 3 \quad 2} \\ \text{m- u -} \end{array} \end{array}$$

0 0 0 0 1 1

3 0 0 0 0 11

遊戲五：手舞足蹈-放手的一瞬間

手，請跟我一樣擺動

右腳重拍

打開你的眼睛，用呼吸，用心跳，

舞動出祖先口中曾經的神話故事傳說

老師：嘟嘟哥哥

小朋友~小朋友，會唱了嗎？會跳了嗎？

不要忘記祖先們曾經唱過的歌和跳躍的足跡喔！

遊戲六：小小原舞者之超級星光大道

各組請分別帶來五分鐘的表演，不論是歌、舞、戲劇要以課堂上有呼應的表演為主。讓小朋友們皆有自己的舞台來展現自己。



誰是舞王？舞后？



才藝大車拼



緊張！緊張！到底~最後誰勝出？



老師：以新哥哥

猜猜我是誰-面具製作

哇~~親愛的小朋友你想成為哪位大明星呢?還是喜歡哪個動物...

現在你就可以自己完成這個心願喔!拿起你的筆來，用面具畫上你喜歡的樣貌來成為你心目中的大人物吧~~~



畫人樣：1. 心目中的

2. 害怕的

3. 神話的

4. 直覺的

5. 其他的



畫動物樣貌的：1. 心喜的

2. 寵物的

3. 可厭的

4. 神話的

5. 其他的

遊戲：(沒有眼和口)



各組隨各總音樂起舞，敲擊鼓音並呈獻給大家

老師：阿道叔叔

【講師介紹】

1. 吳雪月：花蓮七腳川阿美族
現任財團法人原舞者文化藝術基金會執行長。慈濟大學人類學研究所碩士。
2. 懷劭・法努司(蘇清喜)：台東阿美族
現任原舞者藝術總監之職。目前擔任公共電視台原住民新聞雜誌執行委員、原住民發展協會監事、金山中學原住民藝能班老師。
3. 瓦旦・督喜：花蓮太魯閣族
原舞者現任團長，積極參與調查學習的工作，以及原舞者國內、外的演出。
4. 胡政桂：花蓮七腳川阿美族
原舞者藝術行政，國立花蓮教育大學民間文學博士班。
5. 謝慧嫻：台東排灣族人
原舞者專職團員，國立東華大學民族文化學系。
6. 阿道・巴辣夫：花蓮阿美族
原舞者專職團員，參與原舞者多次國內、外演出。
7. 潘麗娟：台東阿美族人
原舞者專職團員，國立東華大學語言與傳播學系。
8. 朱克遠：屏東排灣族
原舞者特約團員，花蓮教育大學多元文化研究所。
9. 戴慧琳：屏東排灣族
原舞者特約團員，花蓮教育大學多元文化研究所。
10. 孔柏元：台東卑南族
原舞者特約團員，國立東華大學民族發展研究所。
11. 利錦鴻：台東排灣族
原舞者特約團員，花蓮教育大學多元文化研究所。
12. 章素琳：台東阿美族人
原舞者特約團員，國立東華大學語言與傳播學系。
13. 陳冠諭：花蓮阿美族
原舞者特約團員，參與原舞者多次國內、外演出。
14. 陳亭宇：花蓮阿美族
原舞者特約團員，參與原舞者多次國內、外演出。
15. 張凱文：台東布農族人
原舞者特約團員，國立東華大學語言與傳播學系。

【原舞者簡介】

在急遽的變遷中，仍有許多的原住民部落有尊嚴的、謙卑的珍惜祖先所遺留下的祭儀樂舞，這份寶貴資產足以讓年輕的原住民感到驕傲。

由台灣各族原住民年輕人組成的「原舞者」，在專業人士的協助下，透過實際參與觀察整理式微中的原住民傳統歌舞，並由原住民長者「口傳相授」歌舞，在舞台上莊嚴的呈現原住民祭典精神，以充滿活力的傑出表演，促進族群的了解，豐富劇場文化。

多年來，「原舞者」在台灣北、中、南奔波演出數百場，並獲選為最受民間肯定的「吳三連文藝獎」藝術類得主。連續多年獲選為文建會傑出演藝團隊。

「原舞者」更將舞台延伸至國際，足跡遍及歐美、亞洲數國，除了積極參與國際性文化交流活動，亦透過藝術節的參與、觀摩，學習各國傳統文化的保存及如何以傳統素材呈現於世界舞台。

為了永續經營朝向多元發展的可能，也為了爭取更寬廣的生存空間，在長時間的努力及各界朋友的協助下，終於在九十年六月十三日召開董事會，正式成立『財團法人原舞者文化藝術基金會』。基金會宗旨為辦理原住民樂舞、文化藝術研究及有關活動之推廣，期望藉由基金會的運作推動原住民文化藝術發展、促進各族群文化藝術交流、進行田野學習、製作原住民樂舞展演、培育原住民樂舞人才、從事教學、研討、出版、影音製作，推廣原住民傳統工藝及服飾等，再造原住民樂舞文化藝術發展的另一次高峰。

※ 紐約時報舞評：

「古老福爾摩沙之儀式，帶來旋轉與掌聲之舞」

※ 紐約時報藝術版舞評：

「這個團體具權威性、單純質樸、散發人性光輝的演出使得汽車喇叭聲、談話聲和飛機掠過的繁忙城市天空都黯然隱退了。」

※ BACK STAGE 雜誌：

「近一個小時的演出，觀眾盡情的、完全的接受原舞者的演出」

※ VILLAGE VOICE (村聲報)：

「舞蹈表現簡樸充滿敬意，一絲不苟，絲毫沒有秀場式的花俏與牽強」

歡迎你來作～

小小 原舞者



財團法人原舞者文化藝術基金會

電話：03-8642290 0928-259696

傳真：03-8642291

地址：974 花蓮縣壽豐鄉池南村池南路二段 27 巷 6 號

網站：<http://fasdt.yam.org.tw>