

2020「本質劇場」Summer School 演員培訓計畫：表演課

授課老師：Chongtham Jayanta Meetei

	上午 Morning	下午 Afternoon
8/7 (五)	<ul style="list-style-type: none"> - Thang-Ta warm up series. - Embodiment of tempo.. - Basic breathing technic. 	<ul style="list-style-type: none"> - Eyes practice. - Cordination of eyes and limbs.
8/10 (一)	<ul style="list-style-type: none"> - Thang-Ta warm up series. - Combination of eyes, breathing and tempo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Facial expression - Emotion 1 to 3.
8/11 (二)	<ul style="list-style-type: none"> - Thang-Ta - Tempo, breathing, voice and sound. - Emotion 1 to 6. 	<ul style="list-style-type: none"> - Text, sound value and tempo
8/12 (三)	<ul style="list-style-type: none"> - Tang-Ta - Emotions and physical action 	<ul style="list-style-type: none"> - Emotion, text, sound value and physical action.
8/13 (四)	<ul style="list-style-type: none"> - Tang-Ta - Transition of emotion - Emotion layering - Quality and sound value. 	<ul style="list-style-type: none"> - Situation - Visual and three aspect of dramatic action (base on individual text)
8/14 (五)	<ul style="list-style-type: none"> - Review all the basic practices. - Preparation of individual piece. 	<ul style="list-style-type: none"> - Preparation of presentation. - Presentation.

	上午 Morning	下午 Afternoon
8/7 (五)	<ul style="list-style-type: none"> - 印度武術 Thang-Ta 暖身系列 - 節奏的體現 - 基本呼吸技巧 	<ul style="list-style-type: none"> - 眼神練習 - 眼神與四肢的協調
8/10 (一)	<ul style="list-style-type: none"> - 印度武術 Thang-Ta 暖身系列 - 眼睛、呼吸、節奏的協調. 	<ul style="list-style-type: none"> - 臉部表情 - 情緒 1 到 6
8/11 (二)	<ul style="list-style-type: none"> - 印度武術 Thang-Ta - 節奏、呼吸、發聲、聲音 - 情緒 1 到 6。 	<ul style="list-style-type: none"> - 文本、聲音刻度、節奏
8/12 (三)	<ul style="list-style-type: none"> - 印度武術 Thang-Ta - 情緒與肢體動作 	<ul style="list-style-type: none"> - 情緒、文本、聲音刻度、肢體動作.
8/13 (四)	<ul style="list-style-type: none"> - 印度武術 Thang-Ta - 情緒轉換 - 情緒層次 - 聲音刻度與質感 	<ul style="list-style-type: none"> - 情境 - 戲劇動作的視覺及三個面向 (請準備個人文本)
8/14 (五)	<ul style="list-style-type: none"> - 基本練習回顧 - 個人呈現準備 	<ul style="list-style-type: none"> - 個人呈現準備 - 個人呈現

2020「本質劇場」Summer School 演員培訓計畫：聲身合一

課程介紹：

廣義的南管包含南管樂和南管戲曲，語言上使用閩南地區的泉腔，據漢學家龍彼得的發現和考據，十六世紀即出現地方語言寫作的戲文、絃管等書籍的印刻出版。台灣在明朝中葉至清初曾盛行南管，除了士紳間以樂會友的交流，也流傳在其他民間的藝術形式之中，例如太平歌、車鼓，甚至藝旦也都具備南管演奏、唱曲的能力。

流傳至今的南管曲和戲文仍保留許多特殊的用字和辭彙。其字音變化和咬字，讓發聲有豐富的探索空間。此次課程除了以南管譜〈綿搭絮〉介紹南管的規則，也帶入南管曲〈孤栖悶〉，讓學員體驗南管曲詞的詮釋。

以京劇基本功的練習，作為表演肢體建立的方法，以及發聲的力量來源。練習重點在腿功的爆發力、穩定度。

講師 | 林雅嵐

國立臺北藝術大舞蹈學院助理教授。2001年進入江之翠劇場，南管、舞踏跨域代表作《朱文走鬼》，獲第五屆台新藝術獎首獎，(2006年台灣新點子劇展於「實驗劇場」首演，2010年巴黎想像藝術節於「巴士底歌劇院演奏廳」演出，2020年台灣戲曲藝術節於「台灣戲曲中心」演出)。2004年獲選文基會菁英進修獎助，赴日本友惠靜嶺與白桃房研習舞踏，並演出友惠靜嶺作品《蓮遙》。2004年起學習印尼舞踏，並與舞蹈家 Ibu Siti Sutiya、Ibu Endang Nrangwesti 共同演出爪哇宮廷舞《Srimpi》。2008年起受邀為丹麥歐丁劇場 (Odin Teatret) 合作藝術家，演出 Eugenio Barba 作品《Ur-Hamlet》、《The Marriage of Medea》。曾於丹麥、法國、印尼、泰國、台灣等國際藝術節指導戲曲工作坊。

課程規劃：

§請學員準備一首3分鐘左右的歌曲，以及曾經表演的片段（請練習10遍以上）

日期	9:30-12:30	14:00-17:00
8/3 (一)	暖身 基本功	發聲練習 南管譜〈綿搭絮〉或曲〈孤栖悶〉
8/4 (二)	暖身、暖聲 南管譜〈綿搭絮〉 南管曲〈孤栖悶〉 總複習	基本功 動態發聲
8/5 (三)	暖身 基本功	動態發聲 南管曲〈孤栖悶〉

8/6 (四)	暖身 基本功	動態發聲 表演片段調整
------------	-----------	----------------

§南管上課須知：

- 1、課程開始前請跟自己工作，進行身心調整。
- 2、3 小時的課堂時間內，盡量不要使用洗手間、喝水。但仍請準備溫開水，指導者會適時提醒飲水時機。
- 3、午休只吃簡單的輕食，不要吃太飽、太油、太重口味，為下午的課程作準備。
- 4、午休時間，**練習禁語**。
- 5、頭髮宜盤起。