

從十二年國教新課綱探討舞蹈藝才班
現代舞教學新可能

**Envisioning New Possibilities: Teaching Modern Dance
Technique for Talented Dance Class Based on the
12-Year Basic Education Curriculum Guideline**

林怡棻 I-Fen Lin

國立臺北藝術大學舞蹈學院 講師

Lecturer / School of Dance, Taipei National University of the Arts

有關本文的意見，請聯繫通訊作者林怡棻
For correspondence concerning this paper, please contact I-Fen Lin
Email: ifenlin@dance.tnua.edu.tw

摘要

本文旨在探討我國學校舞蹈藝術才能班的現代舞課程將如何回應新課綱的期許。十二年國民基本教育新課綱即將於 108 學年正式施行，藝術才能班的專長領域也將一併納入規劃實施，是為一大挑戰。藝術才能班的課程如何跳脫僅是身體技術的訓練，而能與歷史、文化、藝術和美學等知能有著更強的連結，是本文探討的重點。研究者身為現代舞教師，透過自身經驗以及舞蹈教育、現代舞教學、身心學等相關文獻，重新勾勒對現代舞課程的思維與想像，並分享自己具體的教學實例。本研究特別指出，在新課綱的領航之下，舞蹈專業人才養成不能僅在狹義的動作技術面上追求，更要加強的是課程對身心適能之正向引導、創造力與美感的涵養；透過動身經驗將美學、人文等面向帶進課程中。文末也從現代舞的教師角色定位、課程與教學等面向，提出個人的觀點及建議。

關鍵詞：十二年國教新課綱、現代舞技巧課、舞蹈藝術才能班

Abstract

This paper aims to discuss the modern technique class of Talented Dance Class in Taiwan, as it is currently facing new curricula expectations. The 12-year Basic Education is the most recent educational reform in Taiwan, and the Directions Governing for the 12-Year Basic Education Curricula (the Direction, hereafter) is scheduled to be implemented in the first term of 2019 school year. Under the Direction, there are also more specific curriculum guidelines for each field of study. The curriculum of Talented Dance Class is excepted to follow the direction that specifically created for the Arts-Talented Students. This curriculum reform has brought up new challenges to dance educators. Teaching dance in this sense is not merely training dancers' physicality. It expects that knowledge and skills to be taught are arranged with a stronger connection of history, culture, arts, and aesthetics. This is not an easy task for dance technique teachers, since in the past the curriculum of Talented Dance Class focuses are more technical and dance style orientated. Along with referencing articles in dance education, technique teaching, and somatics, the researcher also shares her own teaching rationales and approaches. Finally, this paper shows that becoming dance professionals takes far more than merely training the body or only work on the technical skills. Therefore, with the hope of re-envisioning the modern technique class for Talented Dance Class, the author gives advices from the following perspectives: (1) curriculum and instruction and (2) re-defining the role of a technique teacher.

Keywords: The 12-Year Basic Education Curriculum Guideline, modern technique class, Talented Dance Class

壹、前言

毛蟲問愛麗絲：「你是誰？」愛麗絲回答道：「我——我幾乎不知道這一剎那的我是什麼人？先生——至少，我知道今天早晨起床的那個我是誰。可是，我想，從那時到現在，我一定又改變了好幾回」。（S. J. Cohen，1966；引自林懷民，1993：99）

美國舞蹈史學家 S. J. Cohen（1966）慧點地以上述這段「愛麗絲與毛蟲」的對話作為譬喻，揭露了現代舞在一連串創新、傳承、再推翻的循環演變中，人人各執一詞、難以界定的特性。而現代舞在觀點上的豐富性，也反映在其透過教學來傳承的內容上。總是在教學的現場，被問到「妳教的是哪派？」、「教的現代還是當代技巧？」、「是放鬆的，還是動作很多的？」等類似的詢問。身為舞蹈班現代舞教師，研究者也不禁提問，現代舞的課程究竟要教什麼？又怎麼教？目前，隨著十二年國教新課綱預計在 108 學年度上路，舞蹈班的專業術科課程也面臨著需改變的挑戰。舞蹈班這一個實行了近 40 年的教育制度，在面臨新的教育政策之際，能否把握機會反思重整，將過往的摸索、嘗試提煉成智慧，值得舞蹈人投入更多的研究與行動。

研究者自己在過去正是一路受學校舞蹈教育體制栽培的孩子。如今，以老師的身分回到這塊曾經培育自己的園地，於國、高中舞蹈班及大學舞蹈系教授現代舞。過去的經歷加上身分的轉換，使研究者個人對這個領域的課程、教學有更進一步的反省與再思。回憶過往自己是學生時，現代舞的課程是以特定的風格技巧為中心，運程式化的動作語彙（codified movement）去訓練舞者的身體能力，以達到特定派別在動作技術上的要求。反觀目前新課綱對舞蹈班課程的規劃，已跳脫長期以來用芭蕾、現代、中國舞等，這樣以舞種來分類的學習內容。換言之，這代表舞蹈教師對課程目標與教材要有更靈活規劃、運用的能力。

本文中所指涉之「新課綱」包含「十二年國民基本教育課程綱要總綱」（教育部，2014）以及「藝術才能班相關之特殊需求——專長領域課程綱要（草案）」（教育部國民及學前教育署，2017b），為求行文流暢，當提及時以「總綱」以及「藝才領綱」稱之。簡而言之，新課綱強調素養導向的「教」與「學」，也就是課程不再僅提供「知識」，而是要能將態度、技能、生活、文化等都容納進舞蹈學習的歷程與經驗中。這樣的理念雖好，但不可否認，新課綱對課程的期待，就過去既有的師資、教學、評量等面向來看，皆存在著許多挑戰，如何真正執行與落實，仍有待更多的溝通與嘗試。在接下來的篇幅中，研究者將分下列幾個部分討論：首先概述舞蹈班的沿革發展、檢討專家學者所提出的問題。接著，在「課程新思維」的段落，簡述十二年國教總綱之核心精神，以及藝才

領綱的課程構面；檢視新課綱對舞蹈藝才課程所帶來的期許與挑戰。為求對技巧課程的規劃、設計有進一步的討論，研究者引用舞蹈教育、現代舞教學、身心學等相關文章，重新勾勒對現代舞課程的思維與想像；同時也分享自己在教學上所做的嘗試、運用的策略。接著，研究者將討論延伸至舞蹈最初在高等教育中自立門戶、形成一專業學術領域的情況，以助於釐清並凸顯舞蹈這一專業作為一獨立學門，其核心價值不僅是在技巧與風格的推陳出新，更重要的是去肯認在傳承的過程中，以身體為知識體，舞蹈具有身體教育、美感、創造力等的本質與特殊性。最後，研究者針對「課程與教學」、「教師角色定位」面向提供建議，期待這樣拋磚引玉之舉，能帶來更多對舞蹈術科教學新思維的討論與實際行動。

貳、舞蹈班的沿革與反思

在我國尚未成立舞蹈班之前，舞蹈在一般中小學學校教育體制內，是長期附屬在體育這項科目中實施（張中煖，2011b）。1980年配合「加強文化建設及育樂活動」方案之頒布，開始於全國各地區設置「國民中、小學藝術教育特殊班」（唐璽惠，2004）。自此，舞蹈課程有機會脫離體育之附屬，以培養藝術特殊才能學生之需，首次於國民教育體制內設班。從國小三年級開始接受培訓，經由甄試可銜接至高中階段，至今已發展出一套獨特的人才培育模式。初期，舞蹈與音樂、美術被同稱為實驗班（唐璽惠，2004）。1984年「特殊教育法」通過，明定「藝術才能」為資賦優異教育之一類，將各實驗班納入特殊教育體制的範圍，「舞蹈實驗班」也就此改稱為「舞蹈才能資賦優異班」，並在細則的陸續修訂中，有了更加詳盡的規範可依循（唐璽惠，2004）。2009年「特殊教育法」修訂頒布國民中小學階段不得以集中式設置各類資優班，導致國中、小藝術才能班紛紛轉而依據1997年訂頒之「藝術教育法」，以便維持現有之集中成班方式，統一以「藝術才能班」稱之（張中煖，2016）。無論是遵循特教法的高中舞蹈班，亦或是改循藝教法的國中、小舞蹈藝術才能班，皆需配合新課綱的推行與實施，也是本篇論文所欲探討的對象，於此文中以「舞蹈班」涵括稱之。

從過去的發展沿革可見，我國學校對藝術方面表現優異之學生相當重視。卻也不可否認地，這樣的教育體制仍存在著需重新檢視、革新之處。承上所言，學校專業舞蹈教育歷經了實驗、資優、藝術才能班等幾個不同的階段。在舞蹈班還受資優教育規範之時期，針對課程與教材就有時數、過度偏重技巧訓練、教材不連貫等問題（張中煖，1997）。另外，相較於美國，我國舞蹈班的課程範圍較窄，就專業科目之內涵來看，「大半是在於提供考更高一個學程必要的課程，為學生進入更高一學程準備」（唐璽惠，2004：85）。爾後，

當國中、小端的舞蹈班從特教轉往藝教發展，課程、教材究竟如何修正以因應這樣的轉向，也未見具體研究或討論。舞蹈班對課程的思維與規劃需要「跳脫『技術』鍛鍊的傳統窠臼，強化人文底蘊的紮實度，才能造就更多未來的舞蹈藝術家」（張中煖，2011b：242）。

舞蹈是透過「動作」做為主要表達媒介之藝術形式。因此很多時候，動作訓練理所當然地成為了教學中最關注、最重要的目的，包含柔軟度、協調性、爆發力、肌耐力、平衡感、協調性、敏捷度等都是訓練的範圍。然而，從卓子文（2002）、劉美珠（2002，2005）、羅慶成（2003）幾位研究者的論文中可見，舞蹈專業教育長期過度偏重技術訓練，帶來的現象是，多數舞者以及舞蹈教師對「身體」及「動作」皆容易執著於外在的表象，而忽略了其深層意涵，及兩者間相互的關係。特別是針對體重、身形、線條等，這些絕大部分與先天因素有關的條件，還是很容易在學舞的過程中形成迷思，而引發出不切實際追求及過分執著的手段。研究者觀察到，舞者養成若缺乏正確、健康、有美感的態度，就容易使學習者對身體產生負面的想法、作法，進而影響了動作表現與舞蹈專業的再提升。

研究者以自己在國、高中舞蹈班任教的經驗來看，不論從上課內容或時數看來，舞蹈班的學習一直以來強調動作技術的訓練。儘管各學校、年級在安排上會有些微差異，但大致都以芭蕾、現代、中國舞、即興這四大項為主；教學模式多以「指導、模仿」的方式互動，較少「引導、探索」的機會。研究者在教學的過程中發現，舞蹈專業能力的培養，在教學的情境中，容易被框限在是什麼、做什麼的「動作訓練」上；而忽略了舞蹈教育應該帶出的整體感，包括對身體、動作更深刻的認識和人文哲思。換言之，若以「身體」為中心，其實舞蹈技巧課還有許多待開發的空間。

對於舞蹈課程過度偏重技術訓練，在 Green（2003）、Burnidge（2012）和 Barr、Oliver（2016）等人的研究中有深刻的反思。認為過去的舞蹈術科授課模式，較是以「教師為中心」，內容上直接對應到舞臺展演之技術、技能。強調以特定舞種的美學觀來建構動作練習，舞者在這樣的上課模式中，學習依照單一的價值判准規訓自己的身體、動作與行為，以求符合標準。Barr、Oliver 和 Burnidge 和 Green 的研究認為，這樣的教學無助於學生從舞蹈的經驗中尋獲更深刻的意義，且學生在這樣的學習模式中經常失去了身體的所有權，也缺乏主體性的思考。

研究者認為思考「舞者育成之道」，有必要從教育觀點的源頭重新省思。畢竟，技術與實務層面會隨著時代潮流不斷地推陳出新，但是教學中的哲思啟發、對人的關懷卻能歷久彌新。生命之育化，不能只靠「達標式」的訓練，更需要運用教育的專業，給出潛在的、更寬廣的涵養。訓練出一名好舞者前，要先使其成為一個好的人。因此舞者的養成之道，需要從更全面且整體的「身體教育」來思考（林怡棻，2018b）。

參、課程新思維

綜觀上述對舞蹈班課程、教學等面向的觀察，再看到新課綱所強調的素養，以及藝才領綱不再全然地用舞蹈種類來思考舞蹈班的課程，身為現代舞的授課教師，研究者思索著：「技巧課的教與學，如何符應到學校教育之核心理念？」、「現代舞的精神與動作元素能如何靈活運用，才能幫助學生對身體與動作有進一步的思考？」接下來的段落，將進一步闡述新課綱的內涵，以及研究者對現代舞技巧的課程思維。

一、總綱與藝才新領綱

2011年教育部發布「中華民國教育報告書：黃金十年百年樹人」，基於「有教無類、因材施教、適性揚才、多元進路、優質銜接」等理念，開始了「十二年國民基本教育實施計畫」（教育部國民及學前教育署，2015）。為完備此計畫，自2014年由國家教育研究院陸續發布十二年國民基本教育之「課程發展指引」、「課程發展建議書」、「課程綱要總綱」，而各學習領域綱要，在總綱發布後，也隨即展開制定的作業流程（教育部國民及學前教育署，2017c）。在以總綱為首之前提下，舞蹈班之課程尚有藝才領綱作為指引，內容秉持總綱之精神，進一步訂定出大原則的共通項次，以及各類專長之學習重點。此一藝才領綱尚在審議階段，研究者於文中所引用之資料是目前公布於教育部網站上的草案版本。

總綱以「生活情境」作為基底（圖1），將「終身學習者」置於圖像中心，再向外拓展出九項目，包含：「身心素質與自我精進」、「系統思考與解決問題」、「規劃執行與創新應變」、「符號運用與溝通表達」、「科技資訊與媒體素養」、「藝術涵養與美感素養」、「道德實踐與公民意識」、「人際關係與團隊合作」、「多元文化與國際理解」。

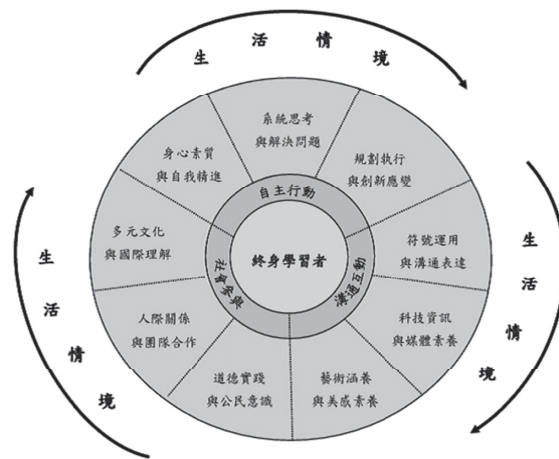


圖1 核心素養的滾動圓輪意象。

資料來源：國家教育研究院（2014）。

同時，總綱以「核心素養」做為課程發展核心精神，使各教育階段與領域科目間有一貫的理念，期盼培養出學生「自發、互動、共好」的能力與態度（教育部，2014）。考慮到藝術才能班學生之課程「僅在藝術專長領域與一般學生之需求不同，故不宜另立課程綱要，仍應納入十二年國民基本教育課程中」（教育部國民及學前教育署，2017a：2）。除此之外，儘管舞蹈班在不同階段有法源依據上的差異（國中、小依「藝術教育法」，高中為「特殊教育法」），然其個階段所需之專長領域課程「仍大致相同而須銜接」，因此在國教署與國教院協商與合作下，委請國立臺灣師範大學執行「十二年國民基本教育課程綱要特教、藝教分組領綱擬訂計畫」，依據總綱實施要點第八點附則（四），訂定藝才領綱：

本領綱立基國民教育課程，有鑑於藝術才能優異學生於藝術專長課程與普通教育課程的雙重需求，以各領域學習重點為其全方位學習的必備基礎；針對藝術領域的學習提供藝術專長課程，兼及學校藝文特色與地區發展，妥適建置藝術專長課程目標與學習重點；此外，並重視藝術才能優異學生的個別輔導與藝術生涯認知，落實核心素養。（教育部國民及學前教育署，2017b：1）

藝才領綱中的共通項次包含：「基本理念」、「課程目標」、「適用對象」、「時間分配」、「核心素養」與「實施要點」，同時明述了各專長領域之分殊學習重點。在符應到總綱的精神下，課程目標包括：

1. 「創作與展演」揭示藝術專長學習首重實作表現，以此開發藝術潛質。
2. 「知識與概念」強調認知歷程並完備藝術相關背景知識，建構藝術體系之整體概念。
3. 「藝術與文化」重視藝術歷史脈絡的體認與洞察，建立學生之審美能力。
4. 「藝術與生活」兼及藝術親近群眾之人文特性，使創作展演與服務學習落實於學生的生活應用之中。
5. 「藝術專題」給予學生獨立學習、專題研討與批判思考能力的培養管道，並突顯藝術才能專長課程之個別化與殊異性。（教育部國民及學前教育署，2017c：5）

根據研修說明，上述藝術才能班之課程目標是延續自教育部於 2012 年公布之「國民中小學藝術才能班課程基準」，並增納高中階段的課程內容，其基本理念包括「立基國民教育課程、加深加廣藝術學習、重視藝才個別輔導、發展校本藝文特色」（教育部國民及學前教育署，2017c：4）。從這樣的學習構面（圖 2）可看出，新課綱對舞蹈教育的

期待，是不把舞蹈局限在「舞步」裡，且更要透過舞蹈藝術的學習來強化、豐富個體的「核心素養」。

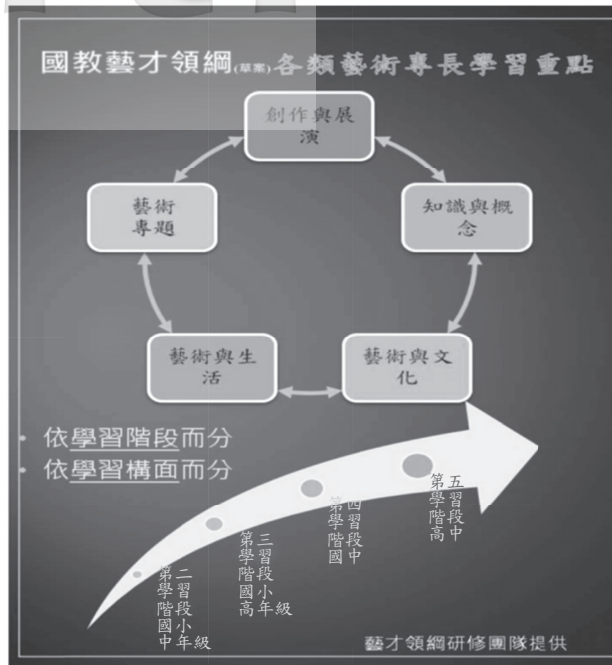


圖 2 各類藝術專長學習重點。

資料來源：國立臺灣師範大學（2017：7）。

「核心素養」，是指一個人為適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度（教育部，2014）。學習不再只以強調知識及技能為限，「而應關注學習與生活的結合，透過實踐力行而彰顯學習者的全人發展」（教育部，2014：3）。綜而觀之，新課綱提供了得以較全面思考舞蹈人才培育的課程思維。然而要如何將舞蹈課程設計的如此既有深度又有廣度的確非常有挑戰性。

在新課綱引領之下，研究者認為舞蹈藝術才能在強調素養導向的學習中，是期待課程將各知識領域中的學習，連結到生活與舞蹈的學習當中，並在過程中強化個體的獨立思考與特質展現，以此來適性揚才，使舞蹈人能帶著整全康健的身心終身學習，並擁有以藝術回饋社會之行動力。若是如此，舞蹈的課程設計者就要能拉高視角，以開闊的眼光去思考可能的新作法。接下來的篇章，研究者引用了幾篇對自己教學、思考課程深具啟發性的文章，參照他人的經驗與論述，試圖重新勾勒出對現代舞課程的想法。

二、舞蹈技巧課程中的身體新思考

在 Moving from the membranes：Exploring the integumentary system through experiential

anatomy and dance 一文中，作者 Kirk (2017) 以皮膚系統 (integumentary system) 來舉例，提供了經驗解剖學 (experiential anatomy)、身心平衡技巧 (body mind centering) 於技巧課中的運用。Kirk 的課程，是綜合了解剖學、生物學、身心學的知識觀點來設計活動主題與練習。學生在這樣子的舞蹈經驗當中，不僅更認識身體；這樣強調身心學觀點的動作探索，改變了過去對身體動作有謬誤的、衝突的、限制性的假設，更豐富了舞者對身體的運用和思考。Kirk 於文中分享了學生對這樣課程設計的回饋：

身體變得非常敏銳、充滿能量……感覺身與心、我與環境有了更緊密的連結，深刻地感悟到儘管是非常微小的動作、細緻的改變或任何新發現，都是充滿意義的，身體的每一處，與之相關的每一部分，皆是不願意錯過的。
……不是被動、不是從外在模仿而是從內在覺知開始動身……透過這樣的身心整合與內觀，感受到壯實的存在感，能以更大、更有分量的方式舞動。(Kirk, 2017: 14)

Barr、Oliver (2016)、Clement (2007) 和 Green (2003) 的研究，著重在反省以西方舞蹈展演形式 (western concert dance forms) 為主所發展出的舞蹈術科課程授課方式。Barr、Oliver 指出，自 19 世紀有舞評以來，舞者的身體，特別是女性，就被標籤了應有的體態和樣貌。儘管舞者的身體意象，從傳統芭蕾到美國後現代主義舞蹈，已有很大的改變，但教師在教學場域中固有的「威權性」、以及視為理所當然的成見和行為還是讓學習者容易陷入較單一狹隘的審美觀點。Green 更進一步地，以 Michel Foucault「被馴服的身體」(docile bodies)，來形容教師與其所存在之教育體制，如何透過特定的教學模式與教學信念，潛移默化地形塑了所謂「好舞者」標準，並接著說明舞者如何自動地在這樣的體制中規訓自己的身體、動作與行為以求符合標準。Green 認為，這樣的授課模式，無助於學生從舞蹈的經驗中尋獲深刻的意義，更無法將學生增能，拿回個人對身體的所有權。

Barr、Oliver (2016) 和 Burnidge (2012) 建議舞蹈教師從女性主義教育觀點出發，結合身心學的知識、技法，重新看待舞者的身體訓練與培育。身心學不僅包含了以解剖學知識去理解人體生理構造、骨骼肌肉運動機制的理論基礎，也為舞者提供了覺知身心、探索動作的機會。這樣重視過程、個人經驗的學習，能幫助學生培養出敏銳的身體覺察力、更瞭解自己的動作特質，因此有助於強化身為表演者的獨特性。女性主義教育觀點從對學生個體的尊重開始，改變了學習者與教學者之間的權力關係，並將性別和文化議題帶進課堂討論，使學生在學習中探索個人特質同時擁抱不同觀點。是舞蹈研究者也是

技巧課教師，Barr、Olive 及 Burnidge，皆提出以身心學、女性主義舞蹈教育觀點來重新思考技巧課，其教學模式包括：同儕間的互相討論與回饋、個人學習之紀錄與反思、在預設的課程架構中，保有給予學生創造發揮的空間等策略，讓學生勇於透過自己的身體經驗來實驗、思考、探究等，如此才有可能創造「會思考的身體」。

Fitzgerald (2017) 則是運用「以社群為中心教學法」(community-centered pedagogy)，重新打造術科課的課程架構及教學方法。身為舞蹈教育者，Fitzgerald 提及她個人在大學舞蹈系專任授課的同時，也長期地致力於社群舞蹈 (community dance) 以及社會藝術 (socially engaged art) 之推動與教學。社群舞蹈的實踐經驗，漸漸改變了 Fitzgerald 對「課程內容」、「教學風格」、「成績評量」的實踐方式。「以社群為中心」的教育精神趨向於「女性主義教育觀點」(feminist pedagogy) 以及「建構式主義教學概念」(constructivism)，所希望帶出的「平權式的教學實踐」(democratic teaching practice) (Fitzgerald, 2017)。這樣的課程思維，是希望改變過去在大多數舞蹈技巧課中較常使用，那種視教師為唯一知識(動作)提供者的模式，致力於與學生共構課程，培養學生為自己的學習負責、有獨立思辨之能力。Fitzgerald 認為舞蹈人帶著這樣的身體能力與行動力，才能具備社會實踐之素養，成為替社群福祉做出貢獻的健全公民。

另外，Enghauser (2008) 觀察到現代舞的學習者，容易受限於教師的專長，導致在課堂中僅接觸到現代舞片面的內容，而無法有較全面性的瞭解。因此將下列五項現代舞的核心理念作為主題，來設計課程，並提供操作的實例與方法 (Enghauser, 2008: 36)，包括：

1. 發明 / 革新 (invention / revolution)
2. 個人性 (individuality)
3. 實驗 / 步驟過程 (experimentation / process)
4. 社群 / 合作 (community / collaboration)
5. 個人的 / 對文化的探究 (personal / cultural inquiry)

以「invention / revolution」舉例，Enghauser 先闡明自己對「發明、革新」在現代舞發展脈絡中的定義，以及這樣的概念為何成為現代舞具代表性的精神。進入到課程示例的分享時，作者建議教師可以先從大範圍討論「發明、革新」開始，例如：人類為何有這樣的行為？在什麼樣的情境下發生？生活中有什麼樣的例子？接著，再將討論聚焦在現代舞的範疇，並讓學生從實際動身體的經驗去體會「發明、革新」。從基礎的動作元素出發，讓學生「發明」屬於自己移動的方式，甚至鼓勵他們為此動作「命名」。除了動作探索，

也配搭影片賞析，觀看具代表性編舞家的作品，再輔以閱讀、文字反思等作業來引導課堂討論。

Enghauser (2008) 強調這樣的課程設計是希望透過動作的探索與體驗，讓學生對現代舞的核心精神與發展脈絡有更全面的瞭解。儘管這樣的課程較是針對一般生或初學者而設計，不過作者也提出對進階舞者，教師在內容及教法上可加以調整的地方。研究者認為要以這樣的方式來教「現代舞」其實更挑戰舞蹈教師專業的廣度與深度。況且，學生能精熟地再現特定風格派別之動作組合，其實只體現了舞蹈訓練中的一部分。如何能將所學融合、反芻出自己的觀點，在理解脈絡習得規範後，跳脫框架展現創造力，則才是真正專業能力的提升。

除了舞蹈課程的內容與教學方法，Rafferty、Stanton (2017) 的文章也在提醒教育者，針對每個學習階段的課程安排要有更全盤性的思考。對不同術科課程的選用或刪除，都不應依個人喜好、或隨波逐流地以市場趨勢做判定。而是要將所有訓練內容並置來看，從目的、身體使用原則原理、教學形式等面向仔細地思量規劃。以飲食作為譬喻，我們都知道過度偏向單一區塊的食物攝取，會造成營養不均衡；相同地，即便努力吃了很多道菜，卻沒有就實際攝取的內容（課程）仔細分析，究竟比例是否調和得宜？烹調（教學）方法是否有助於消化，那麼營養也一樣進不來。當不同的技巧被規劃進課表裡，那它們之間的相異處為何？是否在相異之中還有某種共通性？更重要的是，課程安排者與教師們是否重視上述的討論，細緻地安排每一門課？因此在迥異的動作語彙及觀點中，還是能有共識地在各自課堂中，創造出直指核心目標的教學。如果在某一學年給予學生某幾種特定的技巧派別，有無可能因為這幾種技巧之間太相似、亦或是太相斥，因而造成學習上的衝突與矛盾？以芭蕾（ballet）和釋放技巧（release technique）來舉例，這兩種課程對身體的訓練究竟是「背道而馳」亦或是「互補長短」？研究者認為答案並非絕對。如果課程規劃者與教師群之間能透過意見的交流溝通，協力譜出教育上共同的目標願景，回到課程設計與教學方法持續修正，便能提升整體教與學之效益。另外，整體的訓練量之規劃，需化約至每個月、每週、每日去看次數、質量，才能創造健康、積極正向的學習心態。技巧不是只有在「技巧課」才能培養訓練，在即興、創作、排練都應該以不同的方式存在、彼此互補。Rafferty、Stanton 提醒我們，唯有體制中的每一分子，特別是課程設計者與教學者，能真心欣賞每一項課程擁有的特質、能帶來的益處，並願意花時間心力彼此討論溝通，才有可能為舞者培育譜出更細緻而整全的計畫。

三、研發的新嘗試

透過對上述文獻的爬梳，研究者觀察到「身體」可視為現代舞課程的核心。因為從「身體」出發，向外可以連結到對人體生理的、體能的、社會文化的、及藝術性的認知與運用。同時，研究者看到許多同是舞蹈術科課的老師，試圖跳脫目的性的動作訓練，轉而朝著培養「會思考的身體」之方向邁進，透過論文發表之形式，積極地提出看法並大方分享個人實際經驗，值得效法。接下來研究者將自己教學上的嘗試與心得稍加整理，從下列幾個面向做分享。

（一）以新的眼光看待身體與動作

有鑒於舞者如看待自己身體對其舞蹈學習有深遠的影響，研究者希望透過課程能帶領學生去看到並欣賞每個人獨一無二的身體。當自己在教學上有意識地帶入對「完美身形迷思」的討論，研究者觀察到學習者開始能分辨，身材的線條、外型並非為決定一個舞者優劣、好壞的關鍵。有些學生體悟到他們過去對自己的身體投以許多負面想法，成了學舞過程中的阻礙，如今心念一轉彷彿獲得新生。這樣觀念上的調整，研究者看到學生在跳舞時，開始接納一個更完整的自己，這樣坦然與正向的態度也強化了他們學習的成效與進度。

研究者在教學中也觀察到，身體的實踐需要搭配更深刻的自省與反思，才能使動作的學習超越表象。例如，「蹲」（plié）是舞者在各種不同的課堂上都會練習的動作。研究者曾經在練習完「plié 組合」時問學生：「在做 plié 這個動作的時候你在想什麼？腦海中有什麼樣的畫面？或是有什麼樣的感受？」，研究者發現大部分學生會覺得這是一個從小做到大、很早就「學會了」的一個動作，因此不太有「感覺」。一部分學生會說出「膝蓋向外」、「腳跟不能太快起來」、「脊椎往上下兩個方向」等這些常常被「糾正」的事項。先姑且不追究學生回答時用字的精準度；常常研究者再進一步追問「膝蓋為什麼要向外、腳跟為什麼不能太快起、脊椎往上下是什麼意思」等，大部分都支支吾吾答不上來。從這樣的例子，研究者發現對於動作學習，在課堂中應該從原則原理、意象、動作經驗的感受等面向給予更多的引導，幫助學習者以新的角度（approach）看待練習，如此「重複」才能累積出新的意義。

受到身心學的啟發，研究者嘗試讓課堂中的一些練習，是建立在對身體生理「事實」（facts）的認知上，再延伸至動作表達、感受的面向，比如將「觸覺」這樣的主題帶進課堂。在技巧課中，很常被提及的是骨骼、肌肉，卻往往忽略了身體其他器官、部位的探索和運用。觸覺是分布於全身皮膚上的神經細胞，接受來自外界的溫度、濕度、疼痛、壓力、振動等方面的感覺。皮膚將我們從頭到腳包覆，是人體面積最大的器官，提供了

感受觸覺的最大界面。以觸覺為課程主題，是希望提供舞者不同角度來理解身體、豐富舞動的經驗。

在研究者設計的課程中，許多練習都是從「閉眼」開始，練習傾聽其他感覺器官傳來的訊息，在接收與給予的探索中讓身體「有感」跳舞。舞者養成的過程中，常常接收到來自對身形、身材、長相、動作外觀的評語，所以舞者常常依靠鏡中的影像、他人的批評在修正和定義自己。從觸覺出發，便是希望舞者能在練習中回歸到與自我對話，「以第一人稱」地去傾聽舞動時的身體經驗、感受動作質地的豐富性。暫時放下那種訓練式的、有標準答案動作複製，而是從覺知覺察中重新認識身體、探索動作，重新體會感動與舞動。

（二）透過主題發展課程

若以上述「觸覺」為主題，課程目標可設定為透過觸碰強化身體的感知能力與敏銳度；藉由活動設計，將觸覺的練習轉譯成舞蹈的表達；最後，透過觸覺探索，豐富動作經驗與表演能力。觸碰在身體上可以經驗、探索的現象包括：質感（粗／細／滑／澀）、溫度、濕度、震動、力道（強度大小）、被動與主動性。而「觸覺」延伸出來的議題包括：情感的連結與意義、社會現象與文化意義（老化、膚色、黥面、刺青等）。透過各子單元中的練習、活動、討論、閱讀等，可延伸至即興或創作上的練習。

再舉另一個例子，研究者平常在課堂中講解動作的時候，就常使用「水」這個意象，水的特性作為意象（浮力、阻力），幫助學生理解不同的動作質地。而「水」這項物質本就真實存於人體體內，像是「身心平衡技巧」就對於如何從體液系統（fluid system）去探索動身經驗有很深入的研究。另外，可以看到在表演藝術和文學中，「水」也成為許多創作者的靈感或主題，因此有許多相關的作品可帶進課堂的討論中。對應到藝才領綱對舞蹈班課程的規劃，研究者認為「水」這一主題，從身體、人文、鑑賞等面向的確有很豐富的可能性。

比如說，從「動身經驗」來說，可以先從解剖學的角度認識「水」如何存在於人類的身體中。也就是說「水」如何透過生物機制的轉化流通到身體不同的管道，各司其職地帶來不同的功能，例如：「細胞液、血液、淋巴液、關節液」等（B. B. Cohen、Nelson、Smith，1993：3）。接著，再從身心學的角度去探索以「體液系統」來啟動時，動作在「動能」、「質地」、「感受」上的變化及差異。B. B. Cohen 等（1993）認為，Fluid system 可譬喻為人體的運輸系統，為動作以及心智帶來流動性（liquidity）；扮演了「休止」與「發動」這兩種狀態轉換的能量調節；他們同時也認為 Fluid system 是促使身體與動作「轉化」（transformation）的基礎。以實際在動作練習中的運用來舉例說明，

以「血液」為主題的動作探索，可以分為「動脈的」：離心的、向外放射的、短促而有規律節奏的、動感的、清晰穩定的；「靜脈的」：向心的、循環如波浪般的、起落交替的（B. B. Cohen 等，1993）。研究者以舞蹈教師的視角來看，上述的這些形容詞，包含了空間的、時間的、節奏的、動作質感的開發與學習，其實培養了即興、創作、與表演時皆所需要的能力。

從許多的舞蹈創作中能發現有的藝術家以水為靈感，有的試圖創造出具水感的身體、有的直接在水中起舞。例如：被譽為現代舞之母的 Isadora Duncan 視水為她創作靈感的主要來源，於自傳中表示對傍水而居的嚮往（Duncan，1996）。享有盛名的黑人編舞家 Alvin Ailey 1960 年作品 *Revelations*，在“Wade in the Water”這一段落中，以布幔、道具、服裝等，營造出水帶來的喜悅與生命力。日本舞蹈大師永子與高麗的作品 *River*，演出便是表演者身處於真實的河水中完成。我國編舞家林懷民其享譽國際的 *水月*，便是以太極、明鏡、流水，淋漓地表現出「水月」虛實相映的主題。德國舞蹈劇場的代表 Pina Bausch 也曾讓舞臺上布滿水，或以水作為主題發表作品。是舞者也是自由潛水家的 Julie Gautier，在 2018 年發表了短片 *AMA*，透過影像展現出舞動的身體在深水處，展現出那如夢似幻、極度寧靜的視覺效果。以水為主題在東方、西方的舞臺上，皆有許多不勝枚舉的好作品，礙於篇幅限制，無法一一舉出，也未能將觸角延伸至其他藝術創作、表演之領域，教師可視教學之目的性以及教學對象的需求，找尋適合的作品帶進課堂中。

最後，還可從文學經典中找出諸子論水的篇章，從文字開始，探詢各家各派的學者如何描繪水、形容水。還能從文學的角度，討論人們對自然的理解、觀察，如何引發美感、審美的意識，進而轉化成文字創作，體現出人與水、生命與水的共鳴共感。文化面向的關照，可藉由活動設計，引導學習者討論不同傳統文化對水的思考。上述所提出的以「水」為主題的課程，在教學上可以融入在同一門課程，也可以與其他學習領域之教師共同合作，並從這樣的討論中去引導學生思考，使這一主題學習衍生出更多對水在自然生態、文化價值、身心修煉等多面向的關懷與行動，讓這樣以「水」為主題的學習，以身體為中心，同時向外擴展有更真實而統整的經驗。

（三）動身經驗書寫作增加評量方式

美國知名舞評家 John Martin 曾說：「現代舞是一種觀點」（S. J. Cohen，1966：4）。這樣的說法呼應了現代舞這門藝術的強調個體主體性的這一本質，而這所謂的主體性正是透過對身體和動作的思考來體現。以此觀之，在現代舞的課程中幫助學習者對自己身體有更深刻的瞭解、對身體經驗、動作、舞蹈有獨立思辨的能力，似乎比起能夠複製刻印出特定的動作來的更重要。當然，這不是指在技巧課當中，不去運用既有的元素和語

彙。畢竟，為求身體能力的精煉與卓越，在訓練時，練習的內容有重複的必要性；但是，要創造的是「會思考的身體」，在重複中累積新的經驗與意義。因此，除了引導學生更細緻地去覺察、感受動作，研究者發現以文字記錄、反思動身經驗，也是很必要的練習，才能培養舞者能將身體經驗、感受化為清晰的思考與文字表達。評量與作業都是「課程」的一部分，研究者發現善用線上教學平臺，給予閱讀與文字反思作業，不僅增加課程主題的討論，還可作為技巧課多元評量的一種方式。

研究者曾經在課堂上給出的題目包括：「我」，請學生以文字表達不同意象、狀態時的自己，例如：閉眼睛時、在鏡子中、在跳舞時的「我」；「皮膚著色練習」，請學生書寫閉著眼睛從皮膚開始跳舞的感受（林怡棻，2018a）；「走出教室的技巧課」，請學生紀錄、反思走到戶外尋找各式各樣「舞臺」跳舞的過程與感受（林怡棻，2018b）。在「走出教室的技巧課」的作業中，一位學生寫下：

……從老師跟我們說今天的題目之後，我心裡第一個戶外地點的想法就是，我想要到高處，我很喜歡看風景，我也很喜歡站在高處，每當我站在一個新的高處，我就會有不一樣的領悟，……走出教室跳舞，有種親切感，對於天空，大自然，身邊的物品，平常跳舞都只能在一成不變的教室裡，但出了教室之後，自由度變高了……在戶外跳舞我覺得是一件很幸福的事情，一抬頭就是天空，一望眼就是美景，一閉眼就是自己，在戶外有其他的因素要克服，但我覺得這是一種挑戰，人本該隸屬於大自然的一環，與大地共舞……我覺得很有趣，摸不著頭緒的風向，奇形怪狀的地形，一望無際的視野，我不知道怎麼用言語形容這樣子的一種美的型態……。（摘錄自學生作業，2016）

在這樣的作業中，研究者看到文字反思為身體學習和舞動經驗帶來相當正向的回饋（林怡棻，2018b）。有學生在分享中寫下，「當那些抽象的感覺被文字記錄下來後，原本微小的就變得好真實、好重要！」歷經一整學年的書寫練習，文字見證、也保存了學生們成長的蛻變。

研究者認為舞者能力養成不需陷落在既定的框架。以群舞能力來舉例，與他人共舞的能力不是只有在排練時才培養。研究者曾在課堂中，運用大家熟悉的組合，請學生圍圓做一樣的練習。在圓的隊形上，每個人的面向都不一樣，學生需要更專注才不至使動作方向錯亂，同時還要打開感知才能保持與他人的間距、維持圓的完整性，兼顧動作的整齊、同步。換言之，同樣一套動作組合，只是改變了隊形，卻能培養不同的能力，群舞的能力在平時上課就能開始養成。

除了改變空間方向，「圓」的運用也能改變共舞時的氛圍。研究者自己曾在學生時期修習過原住民舞蹈，好幾次被那種牽手跳舞、群聚的能量所震撼。那樣凝聚的力量有著一種「美」和「震懾感」，在那樣的情境中感覺個人能夠放下所謂的「私我」，在圓圈中的每個人都同等重要，大家互望著彼此，每個人的聲音都被聽見；舞動的腳步不是為了吸引目光，是為了延續這樣集體式的能量。研究者認為這樣的經驗很重要。然而，當一個舞者只看得到教室中鏡子裡的自己、以此追求所謂的「進步」，那麼舞蹈的學習是也僅剩下孤單和競爭。有一次學生們正在進行暖身的肌力訓練，大家都拼命地埋頭苦幹，研究者靈機一動請學生面向圓心來做，練習的氛圍馬上改變了。看得到彼此的視野、大家頻率相近的呼吸，彷彿將每個人身上的動能都串連起來，這樣的支持感延續至排練，讓大家默契和狀況都特別的好。

最後，對技巧課的課程安排不僅須考量到單堂課的節奏與分量的分配，也應該放大至一週、一個月、一學期來考量，如果以展演周圍中心，之前的準備期、衝刺期，到展演期間的維持與展演後的復原期，都需要更仔細的預先規劃。以衝刺期和恢復期這兩個極端來看，就研究者的經驗，並不一定代表課程內容或動作元素有迥異的差別，比較重要的反而是在動作時轉換「意圖」(intention)與「方法」(approach)。以「踢腿」(grand battement) 這個動作來舉例，如果強調時間與動作到位的敏捷度，就會訓練到肌力與爆發力；若改為強調關節與骨骼的運動關係，輔以意象的引導，把焦點放在尋找身體的空間感，踢腿也可以運用鬆柔的勁力來完成。綜合上述的討論，研究者認為教師應該要能夠用更開闊、有創造性的視野重新定義術科的教學理念；也要能秉持研究和實驗的精神，靈活地運用策略來達到課程的目標，以符應到學習者，和當前大環境的需求。

肆、舞蹈作為一專業之啟示

研究者認為探討舞蹈高等教育的起源更與發展，有助於凸顯這一學術領域在成立之初，其實更看重習舞者對身體與動作深入探究的那份精神。舞蹈高等教育之濫觴，始於1926年 Margaret H'Doubler 在美國威斯康辛大學 (University of Wisconsin-Madison) 體育系創立之第一個舞蹈主修。H'Doubler 女士原是該校體育系教師，1916年前往哥倫比亞大學教師學院 (Teachers College of Columbia University) 攻讀研究所時，奉當時系主任 Blanch Trilling 的囑託，在紐約修業期間，同時一邊找尋適合女大學生學習的舞蹈課程。在此之前 H'Doubler 本身並無接受過舞蹈訓練，甚至稱不上舞蹈愛好者，唯一確信的是，從她個人的體育教學信念來看，以動作、身體活動為媒介之「身體教育」都不是為了專業技術的追求，而更應該去在乎過程中，個人對身體的認識瞭解，促使智能、品格健全

發展，體育如此，舞蹈亦然（Hagood，2008）。執此認知，當 H'Doubler 在紐約尋找教材時，那種刻板、強調模仿式的內容與教法便不受她採用（Ross，2012）。爾後透過系主任推薦，去到了 Alys Bentley 設計給特教孩童的音樂課堂上，透過在地板上探索動作，以及跟隨教師引導，創造性地以身體表達，啟發了 H'Doubler 對舞蹈教學的想法，在回到威斯康辛大學任教期間，於體育系建立起舞蹈主修應涵蓋的知識內容與課程架構。由規劃的內容可看出其呼應到 H'Doubler 本身在學理、教育方面的專業背景，包括從解剖學的角度認識身體、藉由創造性的舞蹈經驗啟迪個體的思考與肢體表達，以及對舞動身體要具有哲思與論述的能力。H'Doubler 並不以培養專業展演之舞者、編舞家為目的，而是致力於培養能以舞蹈作為教育媒介的師資育成與及術研究。

成立於 20 世紀初的舞蹈主修，正好與美國現代舞的蓬勃發展齊頭並進。隨著更多教育者的加入與努力，舞蹈主修的設置也逐漸增加。1962 年 Alma Hawkins 於美國加州大學（University of California，Los Angeles）成立舞蹈系，這是舞蹈首次脫離體育，前所未見地定位於藝術的領域中（Hagood，2008）。在當時，儘管舞蹈教育的大方向看似確立了，各界卻也陸續提出許多不同的質疑與挑戰，包括了技巧課教學的內容、要培養學生什麼樣的能力、用何種方法等。1965 年，加州大學爾灣分校（University of California，Irvine）也成立舞蹈系，不同的是其強調「舞蹈展演專業人才培養」，當時美國舞蹈雜誌（*Dance Magazine*）還以「學院爭議」（college controversy）作為標題，透過這一事件凸顯當時舞蹈學界與業界之間理念上的差距（Hagood，2008）。Hawkins 體認到這樣的現況並不能使舞蹈界整體有良好發展，相信唯有舞蹈人能放下成見及利益的考量，透過對話達成共識，才能幫助舞蹈這個領域向前邁進。這份「共識」包括大家需對於舞蹈何以能自成一獨立學門（discipline）立足於高等教育中，擁有共同的信念與努力方向。也就是說，舞蹈的教學實踐必定要回應高等教育中「文化傳承」與「拓展知識」之核心理念，讓這個專業在教育中走出更寬廣的道路。Hawkins 曾以「舞蹈作為一個專業」（dance as a discipline）為題發表演說，提出舞蹈的理論基礎可建構在「動作」（movement）、「創造力」（creativity）、「經驗」（experiencing）、「表達」（expressing）這四個關鍵字上，並根據這些面向提出許多她認為值得舞蹈人研究的課題，包括舞蹈在文史哲領域之研究、舞蹈與錄像、舞蹈治療等（Hagood，2008）。

從歷史的發展脈絡中可以看到，舞蹈這一獨立的專業學術體，在過去有體育發跡而後定位於藝術領域的轉向（Hagood，2008）。基於這樣的發展歷程，舞蹈教育也有了從原先較以「身體、動作教育為中心點」的理念，轉往培養「展演技能與精緻藝術」的改變，並且從教育信念以及課程安排皆可看到對舞臺展演實務之偏重（Hagood，2008）。然而，

從舞蹈高教初期的發展來看，更可以確信的是，能使舞蹈這個專業向前推進的是理論與實作的並重與並進。舞蹈這一專業包含了與人體、動作動力相關之智識與技能，透過實踐展現對人性與社會的關懷，也造就了其藝術性與文化的價值。

回到學校一般課程來看，舞蹈在「健康與體育」學習領域內仍保留了附屬於體育的傳統，但也同時於「藝術與人文」學習領域中占有一席之地（張中煖，2011a）。那麼回看舞蹈班的課程，針對所謂舞蹈才能方面有優異天分或特質者，所施予的「專業教育」若僅只強調動作技巧與展演能力，而忽略了身體就是舞蹈「知識體」的核心，那麼實在愧對了這項藝術的本質與潛力。另外，雖說大學端的舞蹈課程不在十二年國民基本教育所涵蓋之範圍，然而就課程思維的引領、師資培育、招生考試等立場觀之，舞蹈高教如何實踐其教育理念與課程規劃，對新課綱發展與落實確實有著影響力，應多加瞭解及關注相關議題。

伍、展望未來

Davenport（2017）認為，在舞蹈教育中大多數人對「努力」（hard work）、「挑戰」（challenge）的認知仍然停留在「技術的困難度、極致的肢體柔軟度、大量的排練時數」，對所謂專業和嚴謹度的定義，還是相對狹隘的限縮在技術與特定風格的範疇中來談。Davenport 進一步提醒，二元對立思考模式所帶來的危機，就是舞蹈人選邊站的去看所謂的「理論課」與「術科課」。只有當舞蹈人認清舞動的身體本就該結合理論與實踐之知，並以這兩者的結合精進專業，才可能壯實舞蹈之所以為一學術領域的分量。的確，進入 21 世紀，研究者看到有越來越多的舞蹈技巧課的老師也將自己視為研究者，並透過論文發表他們對課程、教學的想法（Barr、Oliver，2016；Davenport，2017；Enghauser，2008；Fitzgerald，2017；Kirk，2014，2017）。透過對上述這些文獻的整理，可看到技巧課開始跳脫過去講究對特定舞蹈形式技能的追求，轉往朝向一種以原則原理來發展練習組合的方式；強調讓學習者以第一人稱出發、重視覺察與探索，以此培養出更全面的（well-rounded）舞蹈學習者。

未來，在新課綱施行後，舞蹈班新的課程構面就包括了，「創作與展演」、「知識與概念」、「藝術與文化」、「藝術與生活」、「藝術專題」這幾個面向。在研究者看來新課綱這樣的課程思維要強調的是舞蹈這個領域整體的專業素養，與目前研究者在文獻中看到的趨勢有著呼應。職是之故，研究者在這篇文章中分享了自己對現代舞課程的思考與教學上的嘗試，並在此提出下列建議。

一、課程與教學面向

對舞蹈術科課程的新思考，研究者認為可將身體置於課程發想的核心，主題式的規劃，使舞蹈的學習經驗能含括對身體、生活、人文、美學等面向的探索與探討。在教學上可以先從幾堂課為一個單元形式開始嘗試，等熟悉施作後可以發展成整學期的課程。這樣主題式的學習可以發生在單一的課程中，也可以是由不同專長之教師充分討論與共備課程後將主題帶入各自的課堂中發展。針對主題，教師可配搭適合的閱讀內容，並引導學生進行身體動作經驗的書寫，藉由文字記錄與整理，使個體對動身經驗有更深刻的反思。上述練習的內容，一來會更加豐富對特定主題的討論，二來也可以增加技巧課評量的面向。

除此之外，研究者認為以學生為中心的教育觀點，是培養學生對身體、動作議題有獨立思考能力的關鍵因素。在訓練上，首先檢視學生個體的差異與需求，接下來建議善用動作訓練相關理論來幫助舞者身體基礎能力的建構，避免不適當或是無意義的重複練習，例如過長的延展時間、盲目地追求數量與強度的迷思等。身心學技法於舞蹈課程中的運用，有助於開放動作探索的空間、引導對舞者對自己身體更敏銳的覺知覺察，使學生以第一人稱的方式認識、探索身體與動作。如此觀念上的調整，能幫助舞者在跳舞時學習接納一個更完整的自己，以健康、有美感的態度跟身體工作。擁有坦然與正向的態度，相信更能強化學習的成效與進度。

另外，研究者鼓勵教師設計情境，促成教學相長以及同儕共好的互動經驗，在課程中以提問開啓更多師生和同儕間的對話與討論。教師也可以給予設計好的架構與原則，再賦予學生「設計練習」的任務，引導他們思考練習的目的性與方法。當學生有機會站到同儕面前實際帶領練習或講解動作，他們在嘗試「如何教」的過程中，也能相對地獲得個人對於如何「學」的新見解。

二、教師角色定位

研究者認為，在新課綱的領航之下，教師不僅是教學者，更要有研究者的角色，學習運用不同的教學策略達到教學目的。研究者深知要一位教師不受過往經驗束縛，以新的眼光去翻轉課程內容、翻新教學方法，過程中的確會遇到許多質疑與困難。研究者自己在這樣經驗中體會到，要跳脫既有的課程模式極具挑戰性，需要專業增能、跨域學習，卻也非不可能的任務。想要達到目的，老師必須要有很強的思考連結力，並且要對自己的舞蹈的專業有更廣的認識、更深的鑽研，還要能發揮創造性思考，把動作能力與身體文化做出引人入勝、富含教育意義的扣連，過程如同打造藝術品那般，千錘百鍊、細緻

檢視、反覆修改。若是把課程當藝術作品般打造，舞蹈老師天天都在創作，是名符其實的藝術家。「終身學習」不僅是新課綱之最終目標，更是所有舞蹈人可以加以發揮的最大優勢，從身體展開探索，於人生中永無止境的學習。

林蒼生近期曾於專欄中呼籲，不以 GDP（gross domestic product）作為一個國家經濟發展的排行榜，而改以 GCP（culture）做為「一個國家精神富足的努力方向……C 是文化。以文化的廣度與深度來促使我們的社會，在物質與精神的富足之間能有個奇妙的平衡」（林蒼生，2017：版 A12），並期勉臺灣在 21 世紀要帶著所有華人往文化的方向走，創造心靈之富足，研究者讀來深有同感。舞蹈在發生與傳承的循環中，正是以多元的樣貌、形形色色的身體賦予了文化生命力與能動性。舞動的經驗如此獨特，向內有對身心之關照、向外有互動時的情感交流，滿足了人類表達的渴望與美感經驗之需求。舞蹈教育，不應以窄化而過於強調技術的「專業」之名框架了其可能性，而是要以更深更廣的「舞蹈專業」去創造新的可能、帶來善與美力量。教師是教室中的靈魂人物，更是課程運作、教育政策順利推展與落實之關鍵人物，教師自己須先成為「終身學習」的實踐者，才會願意不斷地自我增能，使專業不斷精進，以此翻新課程、題升教學品質。改革，可能意味著變動與爭端，卻也是充滿契機與無限可能，期盼舞蹈人能在新課綱上路之際以開闊的心胸、共好的態度從教育上凝聚出方法與行動！

引用文獻

中文部分：

卓子文 (2002)。舞者身體覺察能力的開發：一項針對舞者實施身心教育課程的行動研究（未出版碩士論文）。國立臺灣師範大學體育學系，臺北市。

Chou, Tzu-Wen (2002). *Opening dancer's body awareness: An action research of implementing the somatic education course for dancer* (Unpublished master's thesis). Department of Physical Education, National Taiwan Normal University, Taipei.

林怡棻 (2018a)。一個新嘗試：舞蹈技巧教學之實踐與反思。載於蕭向榮（主編），*新時代舞蹈的轉換與重置：2017北京師範大學國際創意舞蹈學術研討論文集*（頁 201-209）。北京市：中國工人。

Lin, I-Fen (2018a). Exploring the teaching of contemporary dance technique. In Xiangrong Xiao (Ed.), *Xinshidai wudao de zhuanhuan yu zhongzhi: 2017 Beijing shifan daxue guoji chuanyu wudao xueshu yantao lunwenji* (pp. 201-209). Beijing: China Worker.

林怡棻 (2018b)。從「舞蹈社會實踐」課程反思專業舞者的身體教育。載於張中媛、王雲幼、王筑筠（編），*思與行：一個舞蹈社會實踐課的門道*（頁 167-196）。臺北市：國立臺北藝術大學。

Lin, I-Fen (2018b). Cong "wudao shehui shijian" kecheng fansi zhuanye wuzhe de shenti jiaoyu. In Chung-Shiuan Chang, Yun-Yu Wang, & Zhu-Yun Wang (Eds.), *Si yu hang: Yige wudao shehui shijianke de mendao* (pp. 167-196). Taipei: Taipei National University of the Arts.

林蒼生 (2017, 10月15日)。GCP，臺灣未來的方向。*聯合報*，版 A12。

Lin, Cang-Sheng (2017, October 15). GCP, Taiwan weilai de fangxiang. *United Daily News*, p. A12.

林懷民 (1993)。說舞。臺北市：遠流。

Lin, Huai-Min (1993). *Shuo wu*. Taipei: Yuan-Liou.

唐璽惠 (2004)。舞蹈資優教育的現況與展望。高雄市：復文。

Tang, Xi-Hui (2004). *Wudao ziyou jiaoyu de xiankuang yu zhanwang*. Kaohsiung: Fu-Wen.

張中媛 (1997)。舞蹈班現況與問題之研究。*藝術評論*，8，77-93。

Chang, Chung-Shiuan (1997). A study of talented dance class on Taiwan. *Art Review*, 8, 77-93.

張中媛 (2011a)。手舞足蹈：臺灣舞蹈躍動百年。*美育*，180，36-43。

Chang, Chung-Shiuan (2011a). A century of dance development in Taiwan. *Journal of Aesthetic Education*, 180, 36-43.

張中媛 (2011b)。舞蹈在臺灣國民中小學教育發展之探究。載於鄭明憲（主編），*臺灣百年來學校藝術教育發展*（頁 232-246）。臺北市：國立臺灣藝術教育館。

Chang, Chung-Shiuan (2011b). Dance development in Taiwan compulsory education. In Ming-Hsien Cheng (Ed.), *100 years of arts education in Taiwan* (pp. 232-246). Taipei: National Taiwan Arts Education Center.

張中媛 (2016)。腳步：臺灣舞蹈教育再找路。臺北市：國立臺北藝術大學。

Chang, Chung-Shiuan (2016). *Steps: Re-researching dance education in Taiwan*. Taipei: Taipei National University of the Arts.

國立臺灣師範大學 (2017)。議藝意：2017 全國藝術才能班課程與教學論壇 (議程手冊)。

取自 <http://artistic.finearts.ntnu.edu.tw/subproject/2/news/201785dd8853624d80fd73ed8ab27a0b820765595b788ad658c78b707a0b624b518a1209-2.pdf>

National Taiwan Normal University. (2017). *Yi yi yi: 2017 Quanguo yishu cainengban kecheng yu jiaoxue luntan (conference manual)*. Retrieved from <http://artistic.finearts.ntnu.edu.tw/subproject/2/news/201785dd8853624d80fd73ed8ab27a0b820765595b788ad658c78b707a0b624b518a1209-2.pdf>

國家教育研究院 (2014)。十二年國民基本教育課程體系發展指引。取自 <https://www.naer.edu.tw/files/15-1000-5622,c551-1.php?Lang=zh-tw>

National Academy for Educational Research. (2014). *Shiernian guomin jiben jiaoyu kecheng tixi fazhan zhiyin*. Retrieved from <https://www.naer.edu.tw/files/15-1000-5622,c551-1.php?Lang=zh-tw>

教育部 (2014)。十二年國民基本教育課程綱要總綱。取自 <https://www.naer.edu.tw/files/15-1000-7944,c639-1.php?Lang=zh-tw>

Ministry of Education. (2014). *Shiernian guomin jiben jiaoyu kecheng gangyao zonggang*. Retrieved from <https://www.naer.edu.tw/files/15-1000-7944,c639-1.php?Lang=zh-tw>

教育部國民及學前教育署 (2015)。十二年國民基本教育實施計畫。取自 <http://12basic.edu.tw/Detail.php?LevelNo=8>

K-12 Education Administration, Ministry of Education. (2015). *Shiernian guomin jiben jiaoyu shishi jihua*. Retrieved from <http://12basic.edu.tw/Detail.php?LevelNo=8>

教育部國民及學前教育署 (2017a)。十二年國民基本教育特殊類型教育 (特殊教育、藝術才能班) 課程實施規範 (草案)。取自 http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/index.php?Page=6-A

K-12 Education Administration, Ministry of Education. (2017a). *Shiernian guomin jiben jiaoyu teshu leixing jia yu (teshu jiaoyu, yishu cainengban) kecheng shishi guifan (cao an)*. Retrieved from http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/index.php?Page=6-A

教育部國民及學前教育署 (2017b)。十二年國民基本教育藝術才能班相關之特殊需求：專長領域課程綱要 (草案)。取自 http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/index.php?Page=6-A

K-12 Education Administration, Ministry of Education. (2017b). *Shiernian guomin jiben jiaoyu yishu cainengban xiangguan zhi teshu xuqiu: Zhuanzhang lingyu kecheng gangyao (cao an)*. Retrieved from http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/index.php?Page=6-A

教育部國民及學前教育署 (2017c)。十二年國民基本教育藝術才能班相關之特殊需求：專長領域課程綱要研修說明。取自 http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/index.php?Page=6-A

php?Page=6-A

K-12 Education Administration, Ministry of Education. (2017c). *Shiernian guomin jiben jiaoyu yishu cainengban xiangguan zhi teshu xuqiu: Zhuanzhang lingyu kecheng gangyao yanxiu shuoming*. Retrieved from http://sencir.spc.ntnu.edu.tw/_other/GoWeb/include/index.php?Page=6-A

劉美珠 (2002)。身心適能。《中華體育季刊》，16(4)，134-141。

Liu, Mei-Chu (2002). Somatic fitness. *Quarterly of Chinese Physical Education*, 16(4), 134-141.

劉美珠 (2005)。從身心學 (Somatics) 反思學校舞蹈專業者對「身體」與「動作」的認知。《臺灣舞蹈研究》，2，112-148。

Liu, Mei-Chu (2005). The reflection in the cognition of body and movement of school dance professionals based on the viewpoint of somatics. *Taiwan Dance Research Journal*, 2, 112-148.

羅慶成 (2003)。一位臺灣舞者的身體故事：一段與肉體之間的糾葛愛恨…… (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學體育學系，臺北市。

Lo, Ching-Cheng (2003). *The body story of a Taiwan dancer* (Unpublished master's thesis). Department of Physical Education, National Taiwan Normal University, Taipei.

外文部分：

Barr, S., & Oliver, W. (2016). Feminist pedagogy, body image, and the dance technique class. *Research in Dance Education*, 17(2), 97-112.

Burnidge, A. (2012). Somatics in the dance studio: Embodying feminist/democratic pedagogy. *Journal of Dance Education*, 12(2), 37-47.

Clement, J. (2007). *Reforming dance pedagogy: A feminist perspective on the art of performance and dance education* (Unpublished master's thesis). University of South Florida, Tampa, FL.

Cohen, B. B., Nelson, L., & Smith, N. S. (1993). *Sensing, feeling, and action: The experiential anatomy of body-mind centering*. Northampton, MA: Contact Editions.

Cohen, S. J. (Ed.). (1966). *The modern dance: Seven statements of belief*. Middletown, CT: Wesleyan University Press.

Davenport, D. (2017). Dance is academic. *Journal of Dance Education*, 17(1), 34-36.

Duncan, I. (1996). *My life*. New York, NY: Liveright.

Enghauser, R. G. (2008) Teaching modern dance: A conceptual approach. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 79(8), 36-42.

Fitzgerald, M. (2017). Community to classroom: Reflections on community-centered pedagogy in contemporary modern dance technique. *Journal of Dance Education*, 17(1), 1-7.

Green, J. (2003). Foucault and the training of docile bodies in dance education. *Arts and Learning Research Journal*, 19(1), 99-125.

Hagood, T. K. (Ed.). (2008). *Legacy in dance education: Essays and interviews on values, practices*

and people. Amherst, NY: Cambria.

Kirk, J. (2014) Experiencing our anatomy: Incorporating human biology into dance class via imagery, imagination, and somatics. *Journal of Dance Education*, 14(2), 59-66.

Kirk, J. (2017). Moving from the membranes: Exploring the integumentary system through experiential anatomy and dance. *Journal of Dance Education*, 17(1), 8-15.

Rafferty, S., & Stanton, E. (2017). I am a teacher and I will do what I can: Some speculations on the future of the dance technique class and its possible transformation. *Research in Dance Education*, 18(2), 190-204.

Ross, J. L. (2012). *Margaret Newell H'Doubler (1889–1982)*. Retrieved from http://www.danceheritage.org/treasures/hdoubler_essay_ross.pdf

Envisioning New Possibilities: Teaching Modern Dance Technique for Talented Dance Class Based on the 12-Year Basic Education Curriculum Guideline

I-Fen Lin¹

Summary

This paper focuses on the teaching of modern dance technique of Talented Dance Class in Taiwan since its curriculum is currently facing new expectations. The researcher starts with the introduction of the 12-year Basic Education, the latest educational reform in Taiwan. The 12-year Basic Education aims to strengthen the learning transitions from elementary up to high school. The 12-Year Basic Education Curricula are scheduled to be implemented in the fall semester of 2019. In order to facilitate student's initiative for self-learning as well as lifelong learning, the new curricular goals are designed to diminish test-oriented education and put emphasis on the application of learned knowledge to real-life scenarios. Furthermore, the concept of "essential literacies" was emphasized in the curriculum design and development to ensure learners well-rounded developments.

The curriculum of Talented Dance Class is expected to follow guidelines especially created for the arts-talented students. At this stage, these guidelines created for the arts (dance)-talented students are still unsettled. That is, they are still on a draft bill. However, the researcher thinks it is important to start a more in-depth discussion on this topic, because this reformed direction not only echoes to the current educational trend but also manifests that dance talented students need a holistic approach in education

Talented Dance Class is a very unique educational design in Taiwan. It offers extra curriculum within the school setting in order to cultivate students who are talented in dance. As a former student of Talented Dance Class, the researcher used to pursue dance training in this educational

¹ Lecturer / School of Dance, Taipei National University of the Arts

setting. Back in the days, taking a modern technique class usually meant one will be learning specific western dance techniques. Therefore, the curriculum's objectives focused more on the ability of being able to perform movement skills of certain modern dance styles. Learning dance in this regard was more likely to lead to the following:

1. Students pay attention only to performance-oriented course.
2. Learners tend to focus merely on technical skills and exquisite physicality.
3. Dancers treat their bodies as tools, which results in a lack of deeper understanding towards body and movement.

The phenomena above infer: to truly enrich and nurture students, the educational environment of Talented Dance Class has much to improve. With guidelines of the New Curriculum, new possibilities arise; it is a crucial moment that technique teachers rethink about their course designs and teaching approaches.

The New Curriculum implies that teaching dance is not merely asking learners to do movement exercise. It expects that knowledge and skills to be taught and arranged with a stronger connection with history, culture, arts and aesthetics. This is not an easy task for dance technique teachers since the curriculum of Talented Dance Class was more physical training oriented in the past.

In this article, the researcher briefly introduces the history of the Talented Dance Class and reviews some literature concerning dance education, dance technique teaching and somatic education. The researcher also shares her teaching rationales and approaches such as:

1. Apply knowledge of kinesiology and somatic principles in lessons to help students have a better understanding of his/her own body; thus, to gain one's ownership in dancing.
2. Promote student-centered pedagogy to help students take responsibilities of their own learning while on the other hand, nurture students to become independent thinkers.
3. Design and organize courses through topics to add imagination and flexibility.
4. Build dance learning experience with cultural context and aesthetic appreciation. By doing so, the knowledge and skills learned from the dance experience will be able to connect with other fields of study.

Finally, this research also examines the early development of dance in higher education. By tracing why and how dance became a major program in higher education, the researcher re-acknowledges the core values of dance. In this part of the discussion, the researcher finds that what lies at the heart of dance are "movement, creativity, experiencing, and expressing." These are the keys that make dance, the discipline, so essential and unique.

In the conclusion, the researcher gives suggestions from the following perspectives: (1) curriculum and instruction and (2) re-defining the role of a dance technique teacher. To sum up, this research shows that a dancing body also needs to be a thinking body. Educating and cultivating an excellent dance artist takes more than just technique training. The researcher believes that to make dance-learning experience meaningful, students need to be more positive and thoughtful about their bodies and movements. Also, integrating other topics such as aesthetics and humanities into dance-learning experience enables students to broaden their views on dancing bodies. The researcher believes that the nature of modern dance has great potentials to embody the vision and goals of the New Curriculum. Dance educators are therefore encouraged to invest and take action.