

教育部113年度提昇師資素質獎助經費
研究計畫－研究報告

舞蹈輔具對於舞者平衡動作控制的影響：relève動作的平衡應用

計畫主持人：舞蹈系黃淑蓮

計畫執行期限：113年1月1日-113年6月30日

計畫編號：113-tut-07

中華民國113年6月30日

一、計畫執行目標與成果說明

(一)計畫目標

1. 以 MasterStretch®協調鞋教材為訓練與培養學生具備動作操作能力與正確的動作觀念。
2. 訓練計畫過程將結合舞團芭蕾舞課程雙軌訓練，增進學生芭蕾舞小品表演能力。
3. 計畫期間，學生預計參與芭蕾舞比賽、演出，以檢視訓練成效。
4. MasterStretch®協調鞋教材作為舞團團訓課程亮點之一，帶動臺南舞蹈專業人才訓練課程創新發展之基礎。

(二)達成之量化成效(解決實務問題必填)

1. 增加就業人數：0人	2. 穩定就業人數：0人
3. 合作企業增加營業額150,000元	4. 合作企業產出新服務共1項
5. 合作企業衍生商品數共0項	6. 促成合作企業投資額 0元
7. 合作企業降低成本0元	8. 合作企業成立新公司0家
9. 合作企業成立新品牌0項	10. 發明專利共0件
11. 新型、新樣式專利共0件	12. 期刊論文共0篇
13. 研討會論文共0篇	14. 衍生辦理展演共0場
15. 衍生辦理活動共1場	
16. 解決實務問題1項 請說明(必填)：此計畫展示舞蹈多元訓練方法，提供舞團教師新型態的舞蹈教材教法及幫助舞者身體能力的提升。	

(三)已達成之質化成效

1. 參與訓練的舞者在藝術表現有優質改善，在舞蹈展演獲得佳評。
2. 舞團團員受益於計畫性訓練，展示在各項比賽中獲取佳績。
3. 參與的學員回饋引發其他學習者詢問，舞團負責人確定將舞蹈輔助性課程視為常態性課程，課程宣傳期間出現詢問潮，目前已設立一班開課班級，增加舞團營收。

二、計畫創新重點

MasterStretch®協調訓練鞋訓練計畫為目前新型態的舞蹈輔助性課程，透過本計

畫執行後，逐漸帶動臺灣舞蹈教育工作者進一步了解舞蹈訓練方法的動機，預期未來舞蹈教學將朝向優質化的改變。

三、計畫之顧客價值(本計畫對顧客所產生的價值，例如：創造/滿足顧客需求、提供新服務效益、提升顧客滿意度/忠誠度、參與人員獲得之訓練、研發能量提升…等說明)

在MasterStretch®系統性的訓練計畫下，參與人員學習到一個不同以往訓練的方式，並從中獲得動作質地的改善與技巧穩定性，幫助參與人員參與舞團演出作品具備優質的動作執行與表現力。透過計畫性的訓練增加參與人員的表演潛力，進而奠基南部表演人才，強化南部舞團軟實力。

四、計畫對提升我國產業水準與競爭優勢之說明

在MasterStretch®系統性的訓練計畫改變以往舞蹈訓練土法煉鋼的模式，在具有系統性與脈絡性的教材規劃，幫助不論是坊間舞蹈教室或是表演藝術團體的表演者擁有正確使用身體動作操作的觀念，提升其身體技術與穩定性，減

少勞損的機率，延長表演者從事表演藝術生涯時間，降低因勞損產生的身體傷害與心理壓力，減少表演藝術產業從業人員的流動率。

五、對本校教學與研究之效益(如研發能量建立、研發人員質/量提升、研發制度或組織建立、跨領域整合、技術升級、國際交流……)

此MasterStretch®系統性的訓練計畫一是增進研究者教研能力的提升，二是透過產學合作，確切掌握產業脈動與如何解決教學現場問題，並反思到自身在校的教學活動與教材研究，促使研究者進一步研究舞蹈教材設計與撰寫相關教材內容之規劃。

六、計畫對人力培訓及運用之效益說明(請說明本計畫對人才培育養成、運用範疇之效益)

此計畫以系統性的教材進行訓練計畫，過程中學習者能連結身體與解剖學，專注投如於反覆性與週期性的動作模組練習中，逐步養成學習者對於動作表現的熟練與強化動作技能。對於舞蹈藝術人才而言，身體穩定性、執行動作正確性與專注力都是缺一不可的，此計畫能有效幫助舞蹈藝術領域人才能力的紮根，建立起培育良好的人才基礎，其人才能力表現的成果更可廣泛推廣於坊間舞蹈教室、各類型舞團與舞蹈專業個階段的教學現場，作為創新教材引入的參考案例。

七、經費實支明細表

會計科目		佔總經費之百分比	合計
(一)人事費	計畫主持人	32%	32,000
	共同主持人	0%	0
	研究助理	0%	0
小計		32%	32,000
(二)差旅費		25%	25,000
(三)材料費		10%	10,000
(四)設備費		20%	20,000
(五)業務費		8%	8,000
(六)管理費(5%)		5%	5,000
總計		100%	100,000