

林同學	回饋建議
書審老師 A	學生具備良好的學習成長性與跨領域整合潛力，能從影像記錄者逐步成長為團隊中的核心領導角色，展現出高度的責任感、即時應變能力與團隊合作能力。透過國家歌劇院展演與跨媒介觀摩經驗，也逐漸建立對聲音、光影、空間與表演整合的理解。整體學習歷程具有真實性、故事性與反思深度，若未來能再強化專業分析與論述能力，將更能完整展現其在多媒體設計、影像創作與展演藝術領域中的發展潛力。
書審老師 B	1. 作品的標題運用對比，立即達到吸睛的效果，並與後面的學習歷程脈絡環環相扣，成為一篇成功反映個人特質與成長歷程的優質學習歷程檔案。 2. 跨越音樂與肢體表演、建築空間設計、影音創作等等，展現作者的多元能力與才華，更挑戰突破了自我。 3. 作品的文字編排值得讚許，建議每頁上面重複的目錄橫列也可以搭配大標，加上底色加以標示。 4. 對於未來志向規畫與未來科系的思考，也許因為時機尚未到達，可以先思考這次的成功經驗對未來的影響。
書審老師 C	1. 內容豐富，圖文編排得宜。 2. 未書寫百字簡述。 3. 建議將所學的能力連結至未來生涯規劃。

藝術進校

科技藝術篇

小透明逆襲成大導演

學校:大明高中
科系:美工科
姓名:林同學

Arts in School



百字簡述

我從影像記錄者轉為團隊小導演，帶領隊員登上國家歌劇院。過程中我學會了高壓下的即時應變、團隊合作能力；更學到跨領域整合，將設計思維結合表演、聲音與光影，讓我從默默付出的「小透明」轉變為被看見的領導者。



目錄

目錄中的標題與頁碼皆設有超連結，方便快速跳轉至指定頁面！
每一內頁上方的標題也附有超連結，使用上更加便利！

01	百字簡述	02
02	參與動機	04
03	實作歷程	05
04	創作歷程	06
05	影音歷程	07
06	徵選路程	08
07	成果發表	10
08	心得反思	11
09	附錄	12

參與動機

從好奇到行動的第一步

一.前言

剛升上高一，對很多事情還不太熟悉，也還在摸索當中。不過我覺得，高一就是要多多嘗試，因為之後課業只會越來越繁重，探索新事物的機會也可能變少。剛好那時學校開設了「藝術進校」課程，我對這門課完全沒有概念，也從來沒聽過。不過我心裡突然想：「**如果我不去看看這門課，會不會以後後悔呢？**」就這樣，**我報名參加了**。沒想到，這其實是可遇不可求的特別體驗，也讓我覺得，還好有去試試看，沒讓自己錯過。

二.課程介紹

第一堂課老師介紹了這門課的背景，說明「藝術進校」是由國家歌劇院推動，並與表演藝術團隊「純白舍」合作的計畫。一開始我以為是舞蹈相關課程，結果聽完介紹才發現，這堂課其實是**從日常的動作與表情出發，透過不同節奏的音樂、肢體變化，再結合鏡頭運動與空間設計，營造場景氛圍與情境轉換，進而呈現一個完整且富有層次的故事**。這樣的創作方式對我來說很新鮮，也讓我開始期待接下來的每一堂課，會有什麼不一樣的挑戰與發現。



▲ 與純白社長、副社長
合影於國家歌劇院舞台

2024 藝術進校	
執行計畫班級：美一1，共 30 人	
時間：週五 5-6 節，地點：小禮堂	
上課日期	同時進行的校園活動
10/25 (五)	才藝競賽決賽
11/01 (五)	社團
11/15 (五)	生命教育、語文競賽
11/29 (五)	段考周下午
12/06 (五)	社團
12/12 (四)	3-4 節 (外師/國文)

2024藝術進校 美一1 上課名單					
座號	姓名	座號	姓名	座號	姓名
3	吳雪云	18	游翊芸	32	顏琳琳
4	林淳淳	19	黃翊欣	33	王煒煒
6	林鈞鈞	21	黃翊晴	36	林起起
7	林思好	23	楊翊	37	武嘉盛
8	林鈞軒	24	楊翊翊	38	邱河河
10	徐翊翊	26	劉翊翊	40	陳翊翊
11	張翊	27	蔡翊翊	41	黃翊平
13	陳翊翊	28	蔡翊翊	42	黃翊承
14	陳翊翊	29	蔡翊翊	43	黃翊翔
15	陳翊好	30	蔡翊翊	44	盧翊明

▲ 課程錄取名單

實作歷程日常，就是一種表演

空間層次探索

在課程實作中，我深刻體悟到肢體表演不應只是單一姿勢的停滯，而是流動的空間藝術，透過高、中、低姿態的交替運用。

我學會了如何打破平面的視覺慣性：

低姿態：以最接近地面的方式活動。

如：趴著滑手機、在地板爬行，感受地心引力。

中姿態：日常的拉伸動作、坐姿。

高姿態：向上延伸、拿取高處物品，探索垂直空間的極限。

動作連貫與轉換

練習由高至低的流暢轉換

例如：從高處取物後，順勢倒下，變為低姿態滑手機。

節奏敘事

設定4/4或8/8拍，讓「點到點」的移動精確落在拍子上，將平凡的日常動作串連成一個具備節奏感的小故事。

學習反思

日常動作的藝術化定義：

課程中最令我驚喜的是，原來平凡的日常動作只要加入節奏與姿態設計，就能產生舞台感與故事性。**原來藝術源於對生活的細膩觀察，只要賦予結構與節奏，生活中處處都是創作的素材。**

身體與情感的連結：

在練習由高至低的動作切換時，我發現不同的姿態會直接影響心情，高姿態讓我感到有自信、有目的；低姿態則讓我徹底放鬆。這種「以身帶心」的體驗，讓我學會如何透過調整肢體來覺察並管理自己的內在情緒，是意外的收穫。



創作歷程 不被定義的空間

作品名稱：拾光小屋

創作動機與靈感

在課程中，我們探討了「生活空間即是表演場景」的概念，打破了傳統舞台的框架，當空間不再受限時，我選擇了「木屋」作為我的創作主體。我渴望在遠離塵囂、被樹木環繞的自然環境中，創造一個能讓人完全放鬆的進行「無壓表演」的場域。

媒材運用與構造

我選用了多樣化的媒材進行創作：

冰棒棍：作為木屋的主要結構與地板，建立出穩固且具有線條感的建築基礎。

鐵絲：製作出盪鞦韆的支架，增加空間的律動感。

熱熔膠：負責快速黏合異材質。

輕黏土：塑造細節點綴，如桌上小巧寫實的橘子，為冰冷的結構增添色



▲拾光小屋

創作理念

本作核心為「放鬆」與「感官」的融合。設計強調通透感，使室內能遠眺夕陽餘暉；桌上擺放輕黏土製成的橘子，建立味覺聯想，賦予空間生活實感與互動性，盪鞦韆則是靈魂所在，讓人隨微風擺動、靜謐入眠，在森林木屋中，將自然意象轉化為溫馨的放鬆場域。

學習心得

透過這次創作，我發現空間的設計並不只是堆砌材料，而是情緒的延伸。在這個木屋裡，表演者不需要劇本，因為與自然的對話、在鞦韆上的小憩，本身就是一場最真實、最放鬆的生活表演。

影音歷程

影音學習中的身分覺醒

轉折：從台前到幕後的契機

在課程初期，大家都是「表演者」的角色，但隨著影音元素的加入，我了解到另一種參與表演的方式。雖然**現今手機攝影是趨勢**，但當我拿起手機、裝上手柄，我意識到自己更迷戀於「**觀察者的視角**」。比起站在燈光下，我更享受在幕後思考運鏡、捕捉表演者靈魂瞬間的過程，那種運籌帷幄的感覺，讓我自告奮勇擔綱攝影重任。

實作：器材控制與身體律動

攝影不僅是按下錄影鍵，更是一場體力的博弈。在練習中，我學到了關鍵的拍攝技巧：

穩定控制：體會到「夾緊雙臂、屏息凝神」的重要性。初學者的我常因手抖而不自知，但透過觀察同學的練習畫面，我意識到微小的晃動在投影設備下都會被無限放大。

身體運鏡：學習不以手腕轉動，而是以身體為軸心平移，避免畫面出現突兀的位移或模糊，維持影像的流暢感。

溝通：導演思維的萌芽

一個好的攝影師必須是表演者的「影子」，為了精準特寫與掌握動線，我必須反覆與隊友討論。

預判動線：了解表演者的下一個動作，提前調整位置。

鏡頭共感：思考遠景與特寫的切換時機，確保畫面能說故事。這種與表演者之間的默契配合，讓我體會到**影像創作是團隊合作的結晶**。

反思與成長

「**高一就是在學習中犯錯，並從錯誤中修正與成長**」這份豁達讓我敢於在手抖與失焦中不斷修正。我發現自己比起單純的表演，更喜歡「思考如何呈現表演」。這次課程不僅讓我學會操作手柄，更啟發了我對影音創作的熱忱，奠定了我未來朝幕後導演方向探索的基礎。



▲觀察同儕的運鏡動線，並針對表演細節進行思考規劃與特寫捕捉。

徵選路程 爭取站上國家級舞台門票

不期而遇：團隊合作的起點

最初的分組完全隨機，面對互不熟悉的組員，我們選擇以最積極的態度共事。我很幸運能遇到這群優秀的夥伴，在磨合過程中展現了極強的向心力。起初，演員的動線相當混亂甚至頻繁碰撞，但在無數次的刻意練習後，我們磨合出精準的位移路徑。在這期間，**我主動提出許多視覺呈現的想法，而隊友們也給予高度信任與配合，這份引導團隊的能力，讓我慢慢被認可為組內的「小導演」。**

實作：器材控制與身體律動

創意轉化：暗處與手電筒的視覺美學

在劇本構思階段，我們將攝影培訓所學與劇本深度結合。雖然過程中有些道具因現實考量無法製作，但透過老師的指導與團隊的「突發奇想」我們順利克服了難關。

光影特寫：我們將黑暗的場地轉化為優勢，利用手電筒強光進行重點特寫，精準鎖定想要表達的故事核心。

多維配合：結合旁白與檯燈的亮度控制，讓整場表演在暗角中依然充滿酷炫的層次感。



▲ 與老師與同儕討論燈光效果



▲ 課後自主練習時的畫面照



▲ 課堂練習時結束的畫面照



▲ 課程中老師指導與排練

徵選路程 爭取站上國家級舞台門票

校內甄選：不負努力的榮耀時刻

甄選當天，面對台下眾多的觀眾，我們憑藉平時累積的練習穩定發揮，毫無怯場。雖然原本設計的「創作空間」因舞台安全考量最終未能上場，但這段過程讓我體會到：「沒有好的團隊，就沒有完美的演出。」看到表演結束後觀眾臉上的笑容，就是對我們最大的鼓勵。

圓夢時刻：進軍國家歌劇院

甄選投票環節中，我們與另一組陷入平手的膠著狀態，最終由老師投下關鍵的認可票，讓我們獲得了進入「臺中國家歌劇院」表演的機會，這份認可不僅是對作品的肯定，更是對我們團隊默契的嘉獎。

共享成長：共好的學習氛圍

甄選期間，我們利用學校提供的場地持續精進，並與其他組別大方分享運鏡心得、互相指導。這種「共好」的互動模式，讓學習超越了甄選本身。從一開始的生澀到最後能站上大舞台，這段甄選路程是我高一生活中最充實的一頁。



▲甄選現場的觀眾回饋▲



▲投票環節



▲徵選當下的照片

成果發表國家歌劇院表演全紀錄

跨域學習

進入國家歌劇院與隊員們一同表演，是我極為難忘的經驗。在那裡，我看到了其他參與計劃的學校與團員，每組的呈現方式都截然不同，讓我學習到許多跨領域的手法。

跨域融合：文華高中舞蹈班將聲音科技、光影變化與肢體舞蹈結合，展現高度的藝術層次。

科技饗宴：更有一聲公團隊帶領運用編碼演算音樂與程式語言，將日常元素轉化為獨特的視聽體驗。

臨場轉化：舞台逆境下的即時判斷

正式上場時，發生了排練從未遇過的重大失誤：舞台呈現方向完全相反。身為攝影師，我深知運鏡動線若不修正，畫面將完全失準。我判定若讓團隊在大幕拉開後強行交換位置，將造成巨大混亂，因此，我與團隊迅速達成共識，由我主動移動至反向位點拍攝，完成這次表演。這次有驚無險的應變，讓我體悟到反應力與判定力的關鍵性；若當下猶豫，不僅會干擾視覺呈現，更會影響整體的團隊士氣。

視角拓展：不被定義的設計魂

表演結束後，心中充滿悸動。身為設計生，能以表演者身分站上國家級舞台，讓我堅信「舞台是不被定義的」，每個人都能在台上閃閃發光。這次旅程更開啟了獨特視角，例如：走入遊客禁行的工作人員通道，觀察那些隱藏於建築內部的結構空間。感謝老師陪伴我們在不同場地反覆練習，讓我們能走進這座標誌性建築，並在解決困難中獲得真正的成長。



心得反思 這段旅程我學到了什麼？

在這門課的最後，身為班級中實作經驗相對豐富的一員，我被點名第一個上台分享。回顧這整段從校內甄選到站上國家歌劇院的旅程，我從中學習到了些甚麼：

從隱形到被看見

起初，我的課程紀錄照片並不多，像是一個默默參與課程的「小透明」。隨著我開始拿起相機記錄別人的努力、帶領團隊解決動線問題，我發現身後也開始有人在記錄我的身影。這種「被看見」的感覺是一點一滴累積起來的，讓我明白只要全心投入、為團隊付出，自己也同時在閃閃發光。

危機中的即時判定

在歌劇院遭遇舞台方向相反的意外時，我學到「猶豫」比「出錯」更危險。當下決定換邊拍攝，不僅考驗反應力，更讓我學會如何在壓力下保持冷靜，保護團隊的表演成果不受到干擾。

跨領域的視覺視角

在課堂上，我學習將設計思維結合舞台表演與燈光效果，這與過往單純製作平面或產品完全不同。在國家歌劇院觀摩文華高中的光影舞蹈與一聲公團隊的編碼音樂後，更震撼於表演的多樣性。這讓我跳脫了設計生的既有框架，學會整合聲音、科技與空間感來詮釋故事，發現設計可以是一場與觀眾共鳴的「動態饗宴」。



▲校內課程心得分享



宣傳片連結可點取圖片觀看



▲國家歌劇院採訪

附錄：

1. 從個人經歷出發

你的生活經歷、情感故事或個人挑戰往往是很強大的創作起點。

例如：

- 你今天的一天或以前生活記憶中發生過哪些讓你印象深刻的事？
- 某段回憶或經歷對你有強烈影響，這可以成為創作靈感。
- 你是否最近有什麼特別的體會或想法，可以作為主題來探索？

2. 從藝術與文化中尋找靈感

觀察其他形式的藝術作品，如電影、舞蹈、音樂、繪畫等，能給你啟發。

例如：

- 某部電影或舞蹈作品給了你新的視角或感覺？
- 傳統文化或神話故事中有沒有讓你覺得值得探討的內容？

舉例來說，可以從喜歡的電影《復仇者聯盟》中，找到對暴力美學或超能力的呈現創作靈感，然後轉化成你的劇場作品。

3. 大自然與環境

大自然經常是藝術創作的靈感來源，無論是具體的景觀、氣候變化還是自然界的現象。

你可以：

- 透過觀察自然中的律動、變化來尋找靈感，例如風、光影、海浪等。
- 探討人與自然的關係，如何將自然的力量轉化為表現形式。

4. 從情感或抽象概念出發

有時，抽象的情感或概念會激發靈感。

例如：

- 愛、孤獨、恐懼、自由等情感如何透過舞蹈或影像表達？
- 你如何表現一個無形的、難以具象化的情緒？

可以挑戰自己探索更抽象的領域，這通常能打開新的創作思路。

▲課程介紹簡報四要點



▲攝影培訓課程



▲歌劇院採訪過程紀錄

附錄：

《藝術進校：科技藝術篇》記者會



2024《藝術進校：科技藝術篇》記者會

【日期】2024/12/11 (三) 11:00-12:00
 【地點】臺中國家歌劇院-1F 角樓沙龍
 【主持人】臺中國家歌劇院總監
 【嘉賓】臺中市文化局 | 主任秘書陳靜婷
 【出席藝術家及演出名單】

- 「聲音科技工作坊」主講：一公聲藝術 | 陳奇輝、臺中市立文華高級中等學校
- 「即時編碼演奏音樂」主講：專業經理與音樂創作 | 魏東賢、彰化縣私立精誠高級中學 (線上)
- 「身體境界」主講：純白舍 DanceLab | 蕭世哲、臺南市立臺南高級中等學校、永誠學校附屬臺南市大坌高橋中等學校

【活動流程】

時間	內容	備註
09:00-09:40	影接時間：純白舍	08:50前報到
09:40-10:10	影接時間：一公聲	09:30前報到
10:10-10:20	影接時間：魏東賢	10:00前報到
10:20-10:30	大會開始暨影接	
10:45-11:00	媒體入場	
11:00-11:05	臺中國家歌劇院藝術總監暨總務處致詞、藝術進校影片欣賞	
11:05-11:10	臺中市文化局主任秘書陳靜婷致詞	
11:10-11:20	2024《藝術進校：科技藝術篇》「聲音科技工作坊」課程內容介紹及學生成果分享	
11:20-11:30	2024《藝術進校：科技藝術篇》「即時編碼演奏音樂」課程內容介紹	
11:30-11:40	2024《藝術進校：科技藝術篇》「身體境界」課程內容介紹及學生成果分享	
11:40-11:45	臺中國家歌劇院藝術總監暨總務處致詞	
11:45-11:50	大會閉幕	第1 Cut：歌劇院總監、臺中市文化局主任秘書陳靜婷、三廳講師、大明高中校長彭麗雲、臺中宏育老幼服務中心 第2 Cut：加入學校師生：文華高中、臺中宏育、大明高中
11:50-12:00	媒體採訪	採訪：大明高中與工科主任廖世哲+1學生採訪、臺中宏育首領老師陳麗雲
12:00	記者會結束	



【交通資訊】臺中國家歌劇院地址：臺中市西屯區惠來路二段 101 號

- 自行開車 (下圖資訊)：**請停車於B1 免費停車場、入口處於正門「惠來路」上，並聯繫歌劇院同仁後，由地下入口B 號門進場。
- 搭乘高鐵 (下圖資訊)：**臺中烏日高鐵站搭乘計程車至歌劇院路程約 15 - 20 分鐘左右，請司機停於後門「惠來路」上再一往惠來路上的計程車搭乘處，並聯繫歌劇院同仁後，於B 號門進場。




附錄：

《藝術進校：科技藝術篇》記者會—新聞報導



2024《藝術進校：科技藝術篇》記者會「身體視界」純白舍 Dance Lab帶領臺中大明高中
美工科學生現場演出 ©臺中國家歌劇院，攝影：李建霖

TVBS/ 藝術進校園！學生「科技當主軸」發揮創意表演

ENN 台灣電報/臺中國家歌劇院與臺中市政府文化局共推「藝術進校」計畫

TNN台灣地方新聞/ 臺中國家歌劇院與臺中市政府文化局共推「藝術進校」計畫

台灣好新聞/ 引領藝術團隊活化校園教育 臺中歌劇院與中市政府文化局共推「藝術進校」計畫

民視新聞/ 臺中國家歌劇院與臺中市政府文化局共推「藝術進校」計畫
活化校園教育，開拓學子視野

中國時報/ 國家歌劇院偕中市府「藝術進校」推動5年1300餘名師生參與

中央社/ 藝術進校 台中國家歌劇院：歡迎國中老師申請參與

聯合報/ 台中國家歌劇院與文化局共推「藝術進校」活化校園教育

NOWNEWS/ 臺中國家歌劇院與臺中市政府文化局共推「藝術進校」計畫

威傳媒/ 歌劇院「藝術進校」五年扎根 攜手文化局拓展校園藝術版圖

中廣新聞網/ 臺中歌劇院與中市文化局共推「藝術進校」活化校園教育開拓學子視野

觀傳媒/ 活化校園教育、開拓學子視野 臺中國家歌劇院與中市府文化局共推「藝術進校」計畫

民生好報/ 臺中國家歌劇院與臺中市政府文化局共推藝術進校計畫 活化校園教育，開
拓學子視野

大成報/ 臺中國家歌劇院攜手中市府文化局 推「藝術進校」計畫 開拓學子視野

NEWS586/ 臺中國家歌劇院與臺中市政府文化局共推「藝術進校」計畫