

台中室內合唱團

「我的天兒啊！」混齡兒童合唱團教學策略分享

【講座活動企劃書】

- 一、 講座名稱：「我的天兒啊！」混齡兒童合唱團教學策略分享
- 二、 講座時間：112年7月11日（星期二），14:00-16:00
研習時數：2小時
- 三、 講座地點：中部合唱中心（台中市東區雙十路一段4-33號5樓）
- 四、 講座師資：陳安瑜 天生音籟兒童合唱團藝術總監
- 五、 講座內容：
 1. 兒童背景及能力分析
 2. 從單聲部到兩聲部的訓練方式
 3. 選曲考量及教材介紹
 4. 團員創作
 5. 班級經營與家長互動
 6. 歌唱遊戲
- 六、 報名方式：招收40位學員，報名時間為即日起至開課日前五天為止。請上「中部合唱中心」Facebook粉絲專頁填寫線上報名表，並完成匯款。
- 七、 講座對象：合唱音樂教師及合唱愛好者
- 八、 主辦單位：台中室內合唱團、中部合唱中心

專案聯絡人：黃小姐 0953-675-051

附件一、講師簡介

陳安瑜

現任天生歌手合唱團藝術總監、天生音籟兒童合唱團藝術總監、高雄市醫師公會合唱團指揮、高雄市客家兒童合唱團指揮、中鋼真善美合唱團指揮。



中山大學合唱指揮碩士，師事翁佳芬教授。匈牙利李斯特音樂院柯大宜學院 Kod 結業。2016 年、2018 年主辦亞洲柯大宜音樂教育國際學術研討會。2019 年擔任電影《聽見歌再唱》演員合唱指導。指導天生歌手合唱團及高雄女中合唱團參賽屢獲佳績，曾受邀至日本、新加坡、印尼、上海等地演出。目前經常受邀到國際音樂節及各縣市擔任合唱相關研習講師推廣歌唱遊戲（Singing Games），為台灣兒童合唱注入教育能量。

台中室內合唱團

全能合唱指揮工作坊

【講座活動企劃書】

- 一、 講座名稱：全能合唱指揮工作坊
- 二、 講座時間：112年7月12日、7月19日、7月26日、8月9日、
8月16日、8月23日（星期三），19:30-21:00
研習時數：9小時
- 三、 講座地點：中部合唱中心（台中市東區雙十路一段4-33號5樓）
- 四、 講座師資：楊宜真 台中室內合唱團藝術總監、中部合唱中心藝術總監
洪信宥 中部合唱中心 教研講師
- 五、 講座內容：
合唱指揮基本功+樂曲實作練習
 - ◆ 指揮技巧基礎面面觀 Posture and Position、Beat Patterns
 - ◆ Preparations 預備拍
 - ◆ Cut-off 結束拍
 - ◆ Active - Passive Beats 動拍與靜拍
 - ◆ Fermata
 - ◆ 力度變化
 - ◆ 會說話的手
 - ◆ 合唱曲練習
- 六、 報名方式：招收15位學員，報名時間為即日起至開課日前五天為止。請

上「中部合唱中心」Facebook 粉絲專頁填寫線上報名表，並完成匯款。

七、 講座對象：合唱音樂教師及合唱愛好者

八、 主辦單位：台中室內合唱團、中部合唱中心

專案聯絡人：黃靖涵 0953-675-051

附件一、講師簡介



楊宜真 老師

台南人，自幼即受到各合唱指揮家啟蒙，師事李瑪寶、沈新欽、陳雲紅、Andrew Megill、James Jordan、Joe Miller 學習合唱指揮。大學時主修聲樂，畢業於國立台中師範教育學院音樂教育學系，師事林瀛鳳、黃瑞芬、李秀芬、Nancy Hoerl。

2006 年獲獎學金，前往美國西敏合唱音樂學院 Westminster Choir College of Rider University 合唱指揮研究所就讀。2008 年以全校第一名優異成績畢業，並於該校創下多項創舉，包括為該校首位以亞裔身份擔任 Westminster Choir 助理指揮，亦曾與 Kurt Masur 大師、紐約愛樂交響樂團等多位世界著名大師合作演出。

獲獎無數，擔任大元國小合唱團指揮，連續五年榮獲台中縣及台灣區音樂比賽優等首獎第一名。2011 年、2012 年指揮彰化高中合唱團參加全國鄉土歌謠福佬語系合唱比賽，榮獲全國第一名及特優第一名的殊榮。也積極參與國際賽事，2002 年參加第二屆世界奧林匹克合唱大賽，榮獲兒童組初賽金牌獎、決賽銀牌獎；2004 年擔任 How Beautiful Singers 團長參加第三屆世界奧林匹克合唱大賽，榮獲 Female Ensemble 初賽金牌獎、決賽銀牌獎。2012 年指揮台中室內合唱團參加第七屆世界合唱大賽，榮獲公開賽民謠組金牌獎。2016 年指揮台中室內合唱團參加全國社會組合唱比賽女聲組、混聲組金質獎冠軍。

2013 年與一群志同道合的合唱朋友，一同成立中部合唱中心，邀請國內及國外眾多合唱大師開辦多項研習、講座、合唱營、中部各合唱團交流活動，以提升中部地區合唱音樂素養；並率領台中室內合唱團於全台灣安養院、醫院、偏鄉進行巡迴演出，以歌聲撫慰人心；目前更走進南投及台中山區，開辦偏鄉合唱師資培訓，以改善偏鄉合唱師資問題。

現任中部合唱中心藝術總監、台中室內合唱團藝術總監暨指揮、台南府城教師合唱團指揮、逢甲大學合唱團指導老師、台灣合唱協會理事、台灣國際達克羅士音樂節奏研究學會顧問。

洪信宥 老師



新竹市人。畢業於國立雲林科技大學企業管理系。合唱音樂啟蒙於郭心怡老師；聲樂師事湯發凱、姚盈任、吳家馨老師、Mary Scheibe；合唱指揮師事楊宜真老師；現就讀於美國南加州大學 合唱與宗教音樂碩士學位，師事 Dr. Jo-Michael Scheibe、Dr. Nick Strimple、Dr. Cristian Grases、Dr. Tram Sparks，樂團指揮師事 Dr. Larry J. Livingston。

2013 年榮獲「101 學年度雲林縣學生音樂比賽—大專 A 組男聲獨唱-男中低音」優等第一名。

指導國立竹北高中合唱團曾獲「107 學年度全國學生音樂比賽—高中職組」優等、「107 學年度全國師生鄉土歌謠比賽—高中職福佬語組」特優、「108 學年度新竹縣師生鄉土歌謠比賽—高中職東南亞語組、客家語組」優等。

2016 年隨台中室內合唱團參加由日本桂冠合唱指揮—松下耕老師主辦「2016 日本輕井澤國際合唱音樂節」獲邀演出、同年隨拉緯人青年合唱團參加「第 48 屆西班牙 Tolosa 國際合唱大賽」獲複音音樂及民謠組第五名的佳績。2019 年隨台中室內合唱團參加「第 35 屆日本寶塚國際室內合唱大賽」榮獲文藝復興&巴洛克時期組金牌、當代音樂組金牌及總成績第二名，同年隨沂風室內合唱團參加「108 年度全國社會組合唱比賽」榮獲混聲組金質獎、男聲組銅質獎。2020 年隨沂風室內合唱團參加「全國客家合唱大賽」榮獲社會組優等。

曾任

國立竹北高中合唱團指導老師暨指揮、沂風室內合唱團助理指揮、濤韻男聲合唱團客席指揮、拉緯人青年合唱團團員、台中室內合唱團團員。現為中部合唱中心教研講師。

台中室內合唱團

國小音樂課系列一《五上の18堂音樂課》

【講座活動企劃書】

- 一、講座名稱：國小音樂課系列一《五上の18堂音樂課》
- 二、講座時間：112年7月24日、7月25日、7月26日（星期一至星期三）
09:00-12:00，13:30-16:30
研習時數：18小時
- 三、講座地點：臺中市太平區東汴實驗國民小學（台中市太平區山田路100號）
- 四、講座師資：陳慧筠 臺中市永隆國民小學總務主任暨合唱團指導老師
葉柔青 111年度全國SUPER教師獎
- 五、講座內容：依12年國教「108課綱」國民小學五年級上學期，規劃18堂音樂課設計課程內容。
◆示範教學 ◆說明討論教學步驟 ◆分組教學 ◆綜合討論
- 六、報名方式：招收25位學員，報名時間為即日起至開課日前五天為止。請上「中部合唱中心」Facebook粉絲專頁填寫線上報名表，並完成匯款。
- 七、講座對象：合唱音樂教師及合唱愛好者。
- 八、主辦單位：臺中市太平區東汴實驗國民小學、台中室內合唱團、中部合唱中心。

專案聯絡人：黃小姐 0953-675-051

附件一、講師簡介



陳慧筠

台北市立教育大學人文藝術學院音樂系藝術學碩士

經歷

台中縣大里區崇光國小級任教師、宜蘭縣羅東國小教師兼宜蘭縣音樂科輔導員、音樂科任教師。現為：台中市永隆國小總務主任暨合唱團指導老師。



葉柔青

臺中教育大學音樂學系碩士

經歷

臺中市中區光復國小音樂老師、樂隊指導老師、繪本音樂劇編導。

臺中市 SUPER 教師，全國 SUPER 教師評審團特別獎。

台中室內合唱團

給說話工作者的瑜珈課

【講座活動企劃書】

- 一、 講座名稱：給說話工作者的瑜珈課
- 二、 講座時間：112年8月10日、8月11日、8月14日、8月15日、
8月16日，14:00-15:00
研習時數：5小時
- 三、 講座地點：中部合唱中心（台中市東區雙十路一段4-33號5樓）
- 四、 講座師資：吳宇卉 好好舞蹈工作室舞蹈總監
- 五、 講座內容：

當您上完一堂啟動喉輪的瑜珈課後，您會感受到肩頸和喉部的緊張感得以釋放，呼吸也變得更加深沉和流暢。對於說話工作者和一般民眾而言，這種瑜珈課能夠有效地改善聲音的音調和穿透力，同時也有助於改善姿勢、減輕壓力和焦慮，提高身心靈的平衡和健康。總之，這堂喉輪啟動瑜珈工作坊將使您感到煥然一新，精神飽滿，並讓您的身心得到升華。

【8/10（四）】

- 前置練習：深呼吸和腹式呼吸
- 瑜珈動作：簡單的頸部和肩部伸展
- 靜坐冥想：專注於呼吸和喉輪的感受
- 精油情緒：身體與情緒與味道的分辨

【8/11（五）】

- 前置練習：簡單的身體暖身
- 瑜珈動作：瑜珈駱駝式
- 呼吸練習：練習瑜珈呼吸法
- 植物能量：花草植物能量對人的支持
(學員需自行準備一些野花、葉子、植物)

【8/14 (一)】

- 前置練習：喉部精油按摩
- 音療瑜珈：瑜珈唱誦、自我波長音療法
- 瑜珈動作：瑜珈翹舌式
- 喉音瑜珈：練習小雲雀式、獅吼式

【8/15 (二)】

- 前置練習：呼吸調節
- 瑜珈動作：瑜珈魚式、瑜珈輪式
- 音療瑜珈：瑜珈唱誦、自我波長音療法
- 泰國草藥球：製作草藥包與草藥放鬆

(材料費\$150，一人會有 1ml 的元素精油帶回家)

【8/16 (三)】

- 前置練習：心靈冥想
- 瑜珈動作：瑜珈樹式、瑜珈蓮花式
- 西藏頌鉢：使用鉢放鬆身體方法

六、 報名方式：可單堂報名，沒有瑜珈基礎也非常歡迎！招收 15 位學員，即日起報名至開課日前五天為止。請上「中部合唱中心」Facebook 粉絲專頁填寫線上報名表，並完成匯款。

七、 講座對象：合唱團老師、一般教師、公司業務、講師

八、 主辦單位：台中室內合唱團、中部合唱中心

專案聯絡人：黃小姐 0953-675-051

附件一、講師簡介

吳宇卉 (小愛)

在職芭蕾舞、現代舞、瑜珈教學 21 年。

- ◎美國紐約 OM YOGA 瑜珈中心師資培訓
6 個月 300 小時
- ◎英國系統精油芳療師培訓 100 小時
- ◎泰國清邁 Blue garden 瑜珈中心培訓
- ◎泰國曼谷 HOT Yoga 印度系統 20 小時



師資培訓

- ◎英國倫敦 More Yoga 熱瑜珈培訓課程
- ◎英國倫敦 pineapple 瑜珈培訓工作坊
- ◎西藏頌鉢師資訓練
- ◎曾任教於世界與極限各大小健身房與瑜珈中心
- ◎紐約百老匯舞蹈學校古典芭蕾舞主修
- ◎旅居日本東京 9 年熊谷和德踢踏舞團 6 年

其他經歷

創草藥球療癒瑜珈系統

西藏頌鉢療癒瑜珈

泰式草藥球瑜珈

精油香氛瑜珈