

達克羅茲音感訓練之 理念與教學方法

劉英淑／台灣省國民學校教師研習會助理研究員

一、理念

音感訓練在培養對音樂長短、快慢、強弱、音色、高低、音程、調性、和弦、和聲、樂句、曲式、樂理等，在聽覺、視覺、歌唱、動作反應、知性、感性上的感覺力、反應力、表現力、記憶力和創作力，最終建立「內在音感」--一種內化聲音的能力，就是能夠「視及樂譜，耳中浮樂；聽及聲音，心中有譜」。不同於傳統的訓練方法，達克羅茲強調音感訓練應該透過節奏律動的理念來實施，配合身體動作、手勢、指揮，藉由動作將所聽到的「聲音意象」予以具體外顯，增強在聽覺、視覺、認知上的印象，然後再進入音樂的讀（視唱、視奏）、寫（聽寫、創作）的訓練。歌唱在音感訓練中亦是不可缺少的，能夠「唱出所看、唱出所聽」對於內在音感的建立效益極大。不僅如此，更要培養即興歌唱的能力，隨時視譜即興變奏。達克羅茲以節奏律動理念所從事的音感訓練被人稱為「Solfège rythmique」。

二、教學原則

1. 唱名系統

達克羅茲本人使用固定唱名法，認為有助於絕對音感的培養。不過他也認為相對音感是同等重要的，因此他使用羅馬數字，標示在唱名下方以示各音之間的相對關係。

C大調音階



G大調音階



達克羅茲結合絕對音感和相對音感的理念創造了一套在中央 C^1 -- C^2 的「達克羅茲音階」來演練音樂上的各種基本課題，如音階、音程、全音、半音、和弦、和聲外音、大小調、調式、調性及轉調（謝鴻鳴 1994,4）。

因為達氏對唱名法的彈性作法，所以至今這方面沒有絕對的規定，教師們可以選用自己認為合適的方法來教學，因此首調唱名法、音名唱法、自由唱名都被使用。

2.運用節奏律動教學理念

把握聽→感覺→動作反應→唱→視譜的原則，在進入真正譜號認識之前應先經由具體的動作體驗和熟悉的視覺表徵的引導。視譜時先掌握節奏要素再加入曲調，以默唱、減值、增值、變奏、卡農、即興創作等方式訓練對節奏感、曲調感和內在音感。

3.認譜和寫譜

傳統的音樂教學花費很多時間訓練學生讀譜和寫譜，而這些活動完全脫離音樂本身，結果使得學生視學音樂為畏途。達克羅茲認為學生若沒有先經驗音樂要素的各種變化，建立音樂的內在感應力，對概念做徹底理解，認譜和抄寫就毫無意義。相反地，若能具備前者條件，後者則必然是水到渠成。

達克羅茲的教學將認譜和寫譜，置於節奏律動教學和音感訓練當中，結合身體動作、歌唱、運用圖像、教具統整教學。

4.先掌握節奏，再加入音高

從簡單的活動開始，按部就班，循序漸進。例如：音階曲調的習唱從二音組、三音組先開始，再擴展至完整的音階；音程先從二度音、三度音級進、小跳音程先開始，再進入更大的音程。

5.運用具體的圖像表徵引導認識抽象的符號

認識真正的譜號之前可用具體或半具體的圖像表示，例如：用手指頭表示不同的音值，↑↓表示上行及下行，1及1/2分別表示全音、半音。此外身體不同的部位，具有數字表徵的撲克牌、不同顏色的彩墊等都可用來表現音樂的概念。

三、教學範例

(一)音階

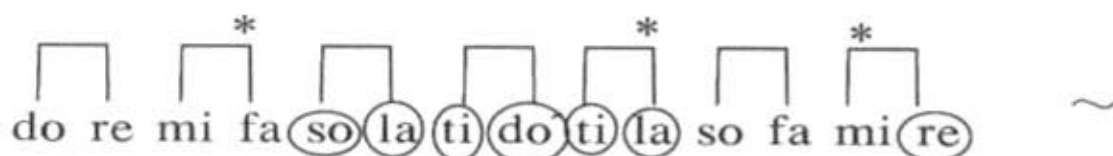
- 1.老師彈奏高、低音相差極大的兩個音讓學生聽辨，用身體動作表現。

二音組

①  ② 
do re mi fa so la ti do do re re mi mi fa fa so

三音組

① 
do re mi fa so la ti do ti la so fa
② 
do re mi re mi fa mi fa so fa so la



教學方式：(1)學生唱音階，老師在*處發出訊號，學生立刻默唱或出聲唱。

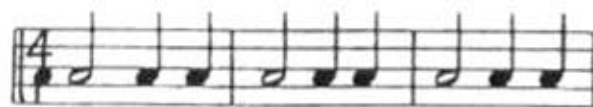
(畫○的音表示默唱，沒有畫○的音出聲唱)

(2)此種方式可應用在各種音階練習的活動。

3. 配合節奏型唱音階

(1) 單一節奏型

例：



do re mi fa so la ti do' ti

教學方式：可配合走或拍手表現節奏，上行、下行音階皆應練習。

(2) 不同節奏型的合唱

例：



教學方式：1. 分三組，每組各用一種節奏型同時唱音階，將會形成和聲，上行、下行音階皆應練唱。

2. 可以加入默唱的運用，例如：每小節第一個出聲唱，其他音則默唱。

4. 不同音值長短的立即反應

譜例(一)



教學方式：學生唱音階，聽到老師的訊號聲(*)，立即將♩唱成♪，或將♪唱成♩，同時可配合行走或拍手表示節奏。

譜例(二)



譜例(三)



教學方式：學生唱音階，老師喊出 2、3、4 等的數字，學生在下個音立即做音值上的改變。

5. 加強主音 do 或 do'



教學方式：從 do 或 do' 唱上行或下行音階，聽到老師的訊號聲*（一個木魚聲，或人聲“ㄈㄣ”、“ㄈㄣ”均可），立即回到 do 或 do' 開始唱。

(二) 音程



老師 學生

教學方式：老師彈或唱音程，學生唱出該音程內所有的音，並配合走步或拍手表現節奏。

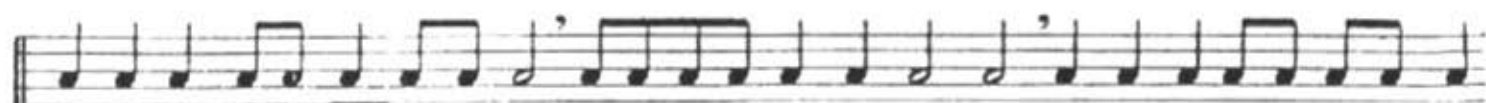


老師 學生

教學方式：老師彈或唱音階，學生唱音程，並配合手比出音程的高低。

(三) 視唱

譜例(一)



教學方式：1. 節奏

- (1) 邊打規律拍（J），邊唱節奏，用 du、da、ta 任何唱名均可，要注意節奏的正確性及樂句感。
- (2) 由左而右反向唱。
- (3) J 和 J 出聲唱，J 則默唱。
- (4) 相同的方式做 J 或 J 的默唱。

2. 配合音階



(1)打規律拍，配合音階唱。

(2)相同音長的節奏做同音反覆。

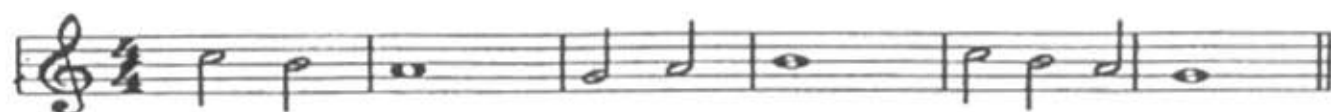
(3)以上兩種方法按照樂句做接龍唱。

3.即興創作：用本例的節奏，做 do、mi、sol(sol,) 三音之即興歌唱。

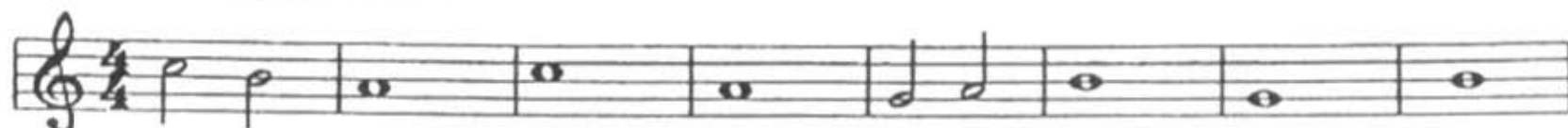
譜例(二)



教學方式：1.唱經過音：



2.加強音程：



3.分組接龍唱，每組唱一個音。

4.由後面唱至前面。（反向唱）

5.分兩部，一部由前面開始唱，另外一部由後面開始唱，兩部同時唱。

6.唱兩小節，默唱兩小節。

7.唱兩小節，跳過兩小節繼續唱，中間不停頓。

8.節奏減值，聽老師的訊號聲，將節奏減值一倍。



譜例(三)

教學方式：1.用任何唱名唱節奏（ du 、 da 、 ta 、 tu …… ）

2.用唱名唱曲調。

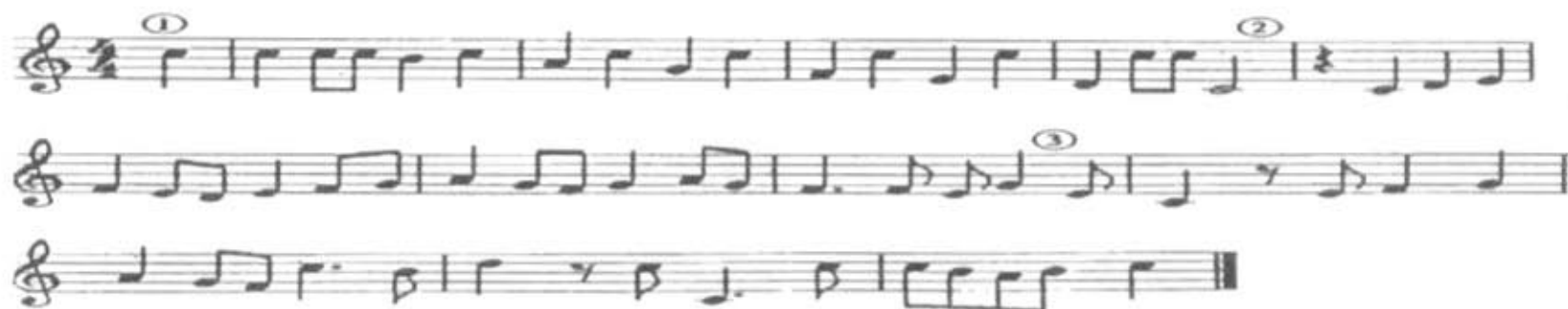
3.默唱：

(1)每一小節的第一個音出聲唱，其他音則默唱。

(2)某些節奏的音出聲唱並打節奏，其他音則默唱。

(3)奇數小節出聲唱，雙數小節則默唱。

(4)跳過一或兩個小節唱。例如： 1 2 → 4 5 → 7 8



譜例(四)

教學方式：1.唱節奏。

2.唱曲調。

3. ♪ 的音唱出聲並打節奏，其他音則默唱。

4. ♪ 的音唱出聲並打節奏，其他音則默唱。

5. do 或 do' 出聲唱，其他音則默唱。

6.分組唱卡農。

7.二度以內的音程出聲唱，其他音則默唱。

8.超過二度以上的音程出聲唱，其他音則默唱。

9.四度和五度的音程出聲唱，其他音則默唱。

10.加上升、降音。例如：全曲“B”音都唱降半音，全曲“F”音都唱升半音。

參考文獻

謝鴻鳴（民 83）達克羅士節奏教學月刊。第一卷第一期，第 4 頁。

Abramson, Robert M.(1986) *The Approach of Emile Jeques-Dalcroze*, Lois Choksy, Robert M. Abramson, Avone E. Gillespie, & David Woods. *Teaching Music In the Twentieth Century*(pp.53, 59). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Henkey, Herbert 研習資料 達克羅茲教學法研習，國立台北師範學院主辦：(民 85 年)