

子計畫二：「聲音與身體」

課程實驗方案理念

身體是舞蹈創意與思維展現的工具，是人聲、音樂、語言產出、溝通與表演的載體，本身即是表演藝術語彙、力與美啟動的源頭；當然，身體更是每個人行動的主體，是感官經驗的整合體。

聲音與身體美感教育不是藝術人的專利，其涵蓋每個人日常生活中一舉一動、一言一行所呈現出來的人文素養，是全民基本素養中不可或缺的一環。

美的樂章：
身體與聲音的迴旋

張中燠 · 林小玉 · 容淑華 | 編著

國家教育研究院

美的樂章

身體與聲音的迴旋

亞太地區美感教育研究室簡介

教育部自民國103年起展開第一期五年美感教育中長程計畫，並委託國家教育研究院成立「亞太地區美感教育研究室」作為研發基地。

本研究室以存在美學、公民美學、生態美學為主軸，提出臺灣美感教育的圖像與範疇、展開幼兒至高中階段的美感教育課程實驗、協助評估教育部美感教育方案。此外，本研究室也與國際重要美感教育研發社群建立夥伴關係，運用產官學協作模式拓展國內社群網絡，並透過出版系列叢書與利用網路平臺以分享研發成果。

透過研究、實作及連結，本研究室期能擴展臺灣美感教育之視野與影響力，達成美力國民、美化家園、美善社會的願景。

封面設計寓意

主視覺以球的運動作為概念，將肢體律動劃過空氣的狀態、音樂撞擊空間的回聲視覺化，並利用圓弧的線條與塊狀作為意象設計，構成無限迴圈的視覺效果，來呼應本書書名與內容。色彩部分則以粉橘色為主，期展現美感教育溫柔而強韌的力量。

張中燠 · 林小玉 · 容淑華 | 編著



亞太地區美感教育研究室
系列叢書網址QR Code



國家教育研究院

National Academy for Educational Research
www.naer.edu.tw



美的樂章

身體與聲音的迴旋

張中煖 · 林小玉 · 容淑華 | 編著

美感的播種與耕耘

教育部自民國103年起展開第一期五年美感教育中長程計畫（103年1月至107年12月），並委託國家教育研究院於民國103年1月成立「亞太地區美感教育研究室」作為「美感教育研究發展基地」，以研究、實踐、社群與影響評估為四大主軸任務。同時，民國103年臺灣興起教育變革創新浪潮，包含教育部頒布「十二年國民基本教育課程綱要總綱」為中小學教育啓動新的學習藍圖圖像；通過實驗三法活絡與匯聚各地的教育動能；學校透過部定與校訂課程整合發展校本課程，以回應學習者需求，並且展現學校與社區／部落特色。教育工作者的關注開始更加以學習者為主體，課程與教學的規劃與實踐以自主行動、溝通互動、社會參與的三面九項「核心素養」為統整來連貫主軸。看見每一個學習者的獨特性與需求，肯定學習的自發與互動性，共同實踐美善的共好社會。

值此之際，「亞太地區美感教育研究室」疏理相關理論與實徵文獻，結合「十二年國民基本教育課程綱要」的核心理念，以「全人教育」為目標，從人與自己、人與他人、人與環境三大面向，提出「存在美學」、「公民美學」、「生態美學」三大美感教育論述；在回應「十二年國民基本教育課程綱要」三面九項核心素養方面，尤其是「藝術涵養與美感素養」之內涵，將美感界定為「人們」（主體）能夠運用其感官，去體驗、知覺「藝術作品與生活中人事物」（對象）在形式或內容中所存有的「美」的特質，而讓人產生愉悅、幸福、舒適、激賞、嚮往、崇敬等「經驗」，甚而願意以符號或作品去表達該經驗和意義。美感教育即在涵養與敏銳學習者對於美的覺察、認知、情意與行動。

基於上述理念目標與內涵，研究室展開K-12年級（幼兒至高

中教育階段)「生活與環境」、「聲音與身體」美感教育課程實驗方案。「生活與環境」課程實驗方案以參與式設計為方法論，透過校園改造計畫引導學習主體與自己、他人、環境對話，讓學生檢視校園地圖及教室空間的配置，發現其中美與不美之處，凝聚共識提出改造計畫並採取行動，體現美感的賦能歷程。「聲音與身體」課程實驗方案以藝游誌 (a/r/tography) 為方法論，透過藝術家、研究者與教師協作，在觀察課室、社群討論、合作共創與反思等歷程中，覺察身體與聲音的美感，將習以為常的課堂風景以美豐潤化。

「亞太地區美感教育研究室」系列叢書的出版，乃集結美感教育相關研究、實驗歷程與成果反思，也對於美感教育在「十二年國民基本教育課程綱要」的實踐提供了論述與示例的參考。

「美」，是軟性影響力。「美感」，能安頓滋養我們的身心靈，美善生活的家園與共存的社會。「美感教育」需要長期涵育與深耕。希冀本系列叢書的出版，能結集更多的美感社群能量，共同撒下美的種子，並邀請您一起成為美感的播種與耕耘者。

 謹識

國家教育研究院課程及教學研究中心主任
亞太地區美感教育研究室主持人

目次

序言：那些美好的課室風景——編者群·001

視點學校師生之所感

臺北市立啓明學校——006

我所見的美好：在啓明學校的點滴——林玟君·008

臺北市立啓明學校教學實驗資料

關於美，我想說的是……——臺北市立啓明學校表演藝術班·024

國立臺灣戲曲學院——026

回憶那純粹的美……——陳儒文·028

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教學實驗資料

如何讓雜技更美——洪佩玉·038

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教學實驗資料

美感教育：從藝術到生活——陳俊安·048

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教學實驗資料

由內而外的美感展現——薛欣宜·060

關於美，我想說的是……——國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系中三乙班·066

臺北市立景興國民中學——074

讓音樂動起來——張巧燕·076

音樂教學實驗資料

關於美，我想說的是……——臺北市立景興國民中學九年七班·090

陪伴圈團隊之所思

- 教學者作為重要的他者——王筑筠 · 098
- 缺陷是美，築夢飛翔——陳美然 · 110
- 栽植與澆灌：愛之迴旋——趙郁玲 · 124
- 美感是一個運動名詞——劉錫權 · 138

研究團隊之所想

- 身體聲音美感再踏尋——張中煖 · 150
- 教學是一個永無止盡的藝術：
張巧燕老師國中音樂教學觀後感——林小玉 · 166
- 身體的學習經驗——容淑華 · 182
- 陪伴圈諮詢會議與課程活動期程紀錄——186
- 美感教學檢視記錄工具——190
- 工作坊課程資料——199

- 書後：一顆美的種子——傅安沛 · 230

序言

那些美好的課室風景

身體與聲音可說是組成一個人最基本的元素，共同形構出一個人的氣質，並深遠影響著我們日常生活的質地。《美的樂章：身體與聲音的迴旋》是一本關於課室風景的旅行遊記。我們嘗試以身體、聲音作為媒介，想知道將「美」的意識注入課堂，當「美」在課堂中流動時，處在日常教學中的老師是否會產生不同於尋常的所言所行？坐在日常教室中的學生是否會因為老師的改變產生不同於尋常的所想所感？而身為陪伴者的高等教育教師，在從旁靜靜觀察的過程裡，是否又會看到哪一些不同於尋常的日常課室風景？

本書為「聲音與身體課程實驗方案」的研究歷程紀錄。「聲音與身體課程實驗方案」來自於「亞太地區美感教育研究室」所實施的美感教育計畫，我們認為，美感素養啟蒙於幼兒、奠基於中小學，其中，教師更是啟發美感素養的重要推手。我們期待第一線教師能跨界於「教學藝術家」、「教學研究者」、「教學教師」三種角色，而我們也以這樣的期許深入教學現場，以教師的聲音與身體表現為主軸，透過觀察課室活動和進行教師社群討論，來檢視教師的教學美感。在計畫進行的過程中，我們進一步發現，教師聲音與身體表現的改變，是能夠深深影響人與人的互動，而教學現場中所產生的這種微妙變化，不論是師生彼此的拋接、還是人際之間的交流，往往是讓在場所有人最受感動的美感體驗。

書中所分享的是「聲音與身體課程實驗方案」在國中與高中教育階段的一段旅程。教學實驗場域（視點／試點學校）為位於臺北市三所性質迥異的學校，分別為臺北市立啟明學校（本書簡

稱啓明學校)、國立臺灣戲曲學院(本書簡稱戲曲學院)、臺北市立景興國民中學(本書簡稱景興國中)。

啓明學校屬於特殊教育之一環,我們想試著學習並了解,當我們以不一樣的方式感受世界時,是不是會得到不同以往的美感經驗,因此啓明學校的參與教師,不僅邀請高職部表演藝術班的林玟君老師,也特別與幼兒園的李靜雯老師、簡淑娥老師合作。在與戲曲學院的合作中,我們邀請了民俗技藝學系的教師群參與,包括陳儒文老師(同時為該系副系主任)、田國華老師、洪佩玉老師、張京嵐老師、陳俊安老師、薛欣宜老師;民俗技藝學系相當重視身體的訓練,並以培養舞臺上的表演者為主要教學目標,我們相信臺下十年功要淬鍊為臺上一分鐘,除了技藝的鍛鍊之外,對於美的感受力也是使其「成角兒」的關鍵之一。在景興國中,則是邀請教授音樂的張巧燕老師參與計畫,張巧燕老師主要以達克羅士音樂教學法進行教學,達克羅士音樂教學法主張讓學習者透過身體律動來學習音樂元素,是一種同時具有身體與聲音美感體驗的教學方法,在張老師的課程中,我們看到如何從覺知自己的聲音與身體開始、擴大到感受生活中的細節,而感受生活正是美感經驗的來源。

教師是教育現場最重要的第一線人員,在美感教育和美感教學中,教師扮演相當重要的角色;因此在章節結構的安排上,我們以視點教師的分享紀錄為主,〈視點學校師生之所感〉一篇收錄了參與計畫教師們的心得與回饋,以及教師們所設計的課程教案。而學生是教育現場的主體,美感教育的目的無非是希望讓我們的孩子成長為具有美感素養的公民;因而本書規劃「關於美,我想說的是……」單元,邀請三所視點學校的學生分享他們心中對於美的想像,在美感教育計畫所進行的寧靜的改變中,我們想知道,孩子感受到了什麼?又發現了一些什麼?

本計畫特別設計陪伴圈的教師社群架構，陪伴圈團隊的成員為來自高等教育機構的專家學者，於每一次觀課結束後，陪伴圈團隊皆會與視點教師進行課程的分享與討論。陪伴圈與視點教師的對話，是一種雙向的互相學習與改變，視點教師在陪伴圈的支持下獲得不同的成長，陪伴圈亦在視點教師的教學中看見不同的可能，〈陪伴圈團隊之所思〉、〈研究團隊之所想〉兩篇正是從陪伴圈與研究團隊的視角記錄下這珍貴的交流。

本書亦收錄這一階段的活動紀錄（陪伴圈諮詢會議與課程活動期程紀錄）、使用的研究工具（美感教學檢視記錄工具）、計畫推動資料（工作坊課程資料）。其中「美感教學檢視記錄工具」為本計畫不斷發展而形成之工具，包含：（1）「教師課堂教學美感呈現檢視表」，此為提供給觀課成員填寫以記錄課程狀況，檢視重點以本研究核心「聲音、身體」為主軸；（2）「美感計畫教師課前教學方式紀錄表」（後更名為「教師教學方式紀錄表」），此表提供給視點教師使用，設計規劃上，考量課程設計內容、教學法使用、延伸學習活動規劃與學習效益評估；（3）「反思紀錄表」，此表之設計為鼓勵視點教師進行反思，除針對專業教學部分，也增列書籍閱讀和訪談等項目。以上工具歡迎各界參考試用並提供卓見。

美感教育是一場永不停歇的旅程，《美的樂章：身體與聲音的迴旋》是一本記錄下這段旅途風景的遊記，而這段旅行才剛剛啓程，邀請生活中的旅人們一起成為與我們同行的旅伴。



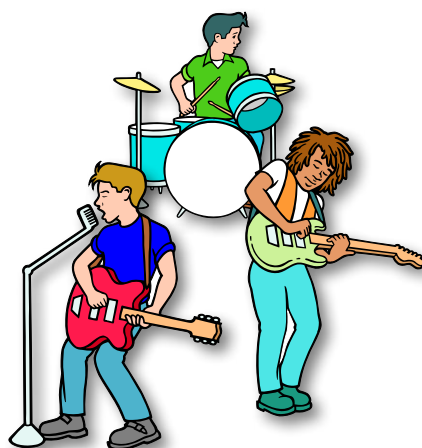
視點學校師生之所感

臺北市立啟明學校

面對視障的孩子，教師透過實際的觸摸與探索，引導學生突破視覺缺陷的限制、也突破身體能動性的高牆，以啟動並開發學生的身體能力。

在與啟明學校的合作中，我們邀請了高職部表演藝術班的林玟君老師，以及幼兒園的李靜雯老師、簡淑娥老師參與計畫，於2017年分別在表演藝術班進行七個場次、在幼兒園進行三個場次的觀課。

表演藝術班的授課內容以音樂訓練為主，包含樂理學習、音樂欣賞、肢體律動、樂器演奏與合奏（冬不拉、太鼓、烏克麗麗、鋼琴、陶笛）；幼兒園的課程則為主題式教學，我們所參與的三次課程主題分別為「媽媽的臉」、「兒歌與手指謠比賽」、「認識顏色」，課程活動則豐富多樣，包含有兒歌教唱、繪本閱讀、剪貼勞作、角色扮演等等。



我所見的美好：在啓明學校的點滴

大多數全盲和重度視障的學生，他們的學習是倚靠著打字機和點字，看起來平凡的六個點卻能表現出中文注音、英文拼音、數學符號、音樂符號樂譜等等。簡單的六個點是視障學生閱讀、探索，以及和世界接軌的重要媒介。

林玟君

臺北市立啓明學校表演藝術班導師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案視點學校教師

啓明學校是我實習結束後第一個踏進的校園，大家想到視障學生的成長經驗，也許會覺得他們學習很辛苦、生活很辛苦，但在這裡，我想和大家分享我在啓明學校和學生的相處經驗，以及我在啓明所見的美好，還有可愛的他們如何勇敢地面對命運給他們的難題和挑戰。

啓明學校學生和校園的美好

記得當初一踏進啓明學校，就深深地被學生燦爛的笑容和無畏懼的豁達給吸引，每天早上到學校，就看到住宿生們早早已經來到了教學區，熱鬧的交談聲音和開心的打鬧嬉笑。某一天的早晨，我看到兩個學生站走廊邊，倚靠著欄杆，我問他們說：「嘿！你們在幹嘛呀？」他們開心地說：「我們在晒太陽呀！」當時的我被他們開朗的笑容和爽朗的聲音敲醒了，「是呀！多麼燦爛的陽光！」但我每天卻無視於我能看到陽光的美好，而只專注在自己未完成的事情，有時還因為一些轉眼已無法道出的雞毛蒜皮小事，煩惱得不知如何是好，永遠只關注腳下的陰暗面積，而沒抬頭望向那一片燦爛的天空。

在學校裡的學生，有些是天生就視力受限，有些學生是因為生病而無法看見，有些學生是因為罕見疾病病發而突然視力急速下降。大多數全盲和重度視障的學生，他們的學習是倚靠著打字機和點字，看起來平凡的六個點卻能表現出中文注音、英文拼音、數學符號、音樂符號樂譜等等。簡單的六個點是視障學生閱讀、探索，以及和世界接軌的重要媒介。課堂中的學生，專心地敲下點字機上的六個鍵，以變化的六個點記下老師的諄諄教誨。

有音樂專長的學生，他們摸著點字樂譜，學習樂曲裡的每一

個樂句。分辨每一個點字符號的音符，一句一句記下旋律，右手記完換左手，讓腦海中的旋律慢慢拼湊起來，直到能以雙手演奏出動人的樂章。每一首樂曲的完成，視障學生都比一般人花了更多的心力和時間。

在啓明學校的另一個美好，是啓明學校的學生能文能武。在我還未進啓明學校時，從來沒有想過，全盲的視障生如何跑步這件事情。第一次啓明學校的校慶接力大賽時，槍聲一響，全盲的學生在陪跑員的陪伴下，彼此之間靠著陪跑繩，學生沒有遲疑地跨出每一步，衝向目標。場邊同學和老師加油吶喊聲不斷，而我早已熱淚盈眶，內心激動不已。想起一路成長的自己，每次槍聲一響就雙腿發軟，跑步時都覺得自己要跌倒，但眼前全黑的學生，卻自信且全心全意地信賴著陪跑員，奮力向前。

我所任教的班級——表演藝術班的美好

臺北啓明的高中職在以往，分為高中的升學班和高職部的復健按摩科，後來，因為有一群熱愛音樂的學生，學校因而在2012年成立表演藝術班。在表藝班的課程裡，安排了很多實作和理論課程，實作課程例如有打擊合奏課、太鼓課、合唱課、展演實務、服裝與造型等等；理論課程則有音樂點字、視唱聽寫、音樂史等等。除了音樂的課程，表藝班的學生也一樣要學習國文、英文等學科。

表藝班目前為混齡班級，所以每一年班上都會有新進的一年級學生。每位學生在學習太鼓之初，都須先學習如何站以放低重心、學習什麼是好的演出姿勢，學習一拍打一下的打鼓姿勢、兩拍打一下的打鼓姿勢……。太鼓課結束後，每位新生都是一臉快



視障學生藉著點字樂譜學習並記下樂曲裡的每一個樂句。

(照片來源：林玟君)



視障學生在陪跑員的陪伴下，毫無遲疑地往前奮力奔跑。

(照片來源：林玟君)



臺北市立啓明學校表演藝術班的太鼓課程。



「街頭藝人考試」對於表演藝術班的同學來說，是壓力、也是成就感的來源。

(照片來源：林玟君)

要虛脫的表情，告訴我，「老師，我好累！」一週復一週的太鼓課程，學生就在手指起水泡、手破皮的循環中，一直一直地練習下去。最終，當他們完成並且自信地打擊出練習好的樂曲時，學生很開心地說，「原來我真的可以練會！」

在表藝班上，另一件會讓學生壓力爆表的事情就是「街頭藝人考試」，有時因為一連要背十幾首樂曲，學生甚至都開始懷疑自己是不是有能力可以做到。在街頭藝人的考試準備中，學生各自的演奏能力皆要達到一定程度，有些學生從國中就開始學琴、也有些是到了表藝班才開始學習樂器，這樣的練習壓力是大的。而除了要練習好自己的部分外，團體之間的「默契」培養更是不容易，許多明眼人能用的方式在視障生身上並不適用。例如，演出前互相看一眼，確定彼此都準備好了，這對於視障生來說就是無法達成的事情。因此，每一個聲響、每一個呼吸，對於在樂曲演出過程中，都是重要的相互提示。

今年（2017）班上的「傑克寶樂團」是由一位很有自己想法的鋼琴手傑克，和對於節奏感反應敏銳的阿寶所組成。記得在臺中考試的那一天，考試時間是從早上九點開始，連日來的辛苦準備，讓傑克和阿寶的體力都開始慢慢無法負荷，當天傑克帶著不適的喉嚨上場，阿寶全身因為發燒而發燙，即使身體不舒服，傑克寶還是很專心地準備正式考試前的彩排。而一首又一首樂曲的練習，甚至讓經過的阿伯聞歌起舞。這一次的考試，傑克寶用盡全力的練習和表現，最後很順利取得了街頭藝人證照。

常常當學生覺得辛苦到應該要轉行，或是練習痛苦到覺得應該要回家躲起來時，我都會告訴學生，「學習音樂是一條辛苦且有些孤獨的道路。但是，在生命當中有音樂的相伴是幸福的。因

此，如果有音樂的天賦，一定要珍惜，不要輕易地放棄，並應要求自己做到自己的最好。當某一天你回頭看看自己走過的道路，你會很高興自己的努力，並且由衷地感謝自己一直以來的堅持！因為，生命當中有音樂的陪伴，真的是很棒的一件事！」在學習的這條路上，老師也和學生一起成長，一起面對練習的辛苦，在需要突破成長痛時，和學生一起堅持，一起經歷一次又一次的練習，從每次的練習獲得成就感，並陪伴學生累積成功的學習經驗。每次的練習和演出，我都會為學生的努力和專注而感動。表藝班有一個臉書粉絲專頁：「台北啓明表演藝術班」，記錄著我在表藝班裡所見的美好。

參與「美感教育」計畫的美好

我主修琵琶，雖然目前學校裡並沒有學習琵琶的學生，但是，在課程當中，我很希望學生能透過樂器來認識彈撥樂器之美。在一次的課程設計當中，我介紹了「冬不拉」，希望學生除了原本就已熟知的吉他、烏克麗麗外，也可以認識不同民族的彈撥樂器。冬不拉的「冬」代表樂器的聲音，「不拉」是定弦的意思。冬不拉呈半梨形，大多數的冬不拉多為兩根弦，琴桿細長，上面有八到十個音位。

課程一開始，我先介紹哈薩克民族的地理區域、居住地、相對環境位置，弱視的同學可以看放大的彩色地圖來學習，但摸點字的同學如何建立他們對於這些地理位置的概念呢？我以熱印紙印出了立體地圖，並在臺灣的位置貼上凸起的貼紙，讓學生透過觸摸能學習到相對的地理位置概念。

接著，介紹冬不拉的構造時，讓學生有充分的時間觸摸樂



「台北啟明表演藝術班」臉書粉絲專頁



視障學生藉由觸摸熱印紙立體地圖，在腦海中建立地理位置概念。



視障學生透過觸摸來感受、認識樂器。

器，用手、耳朵、皮膚等等，去感覺樂器的材質、聲響。在過程中，並透過問答引導學生主動發現樂器的特別之處或特點。因為學生學習樂器的先備經驗不同，透過老師的口語敘述，有些學生能夠很快地正確理解老師所表達的意思，有些學生則需要老師更精確的肢體部位及動作說明才能理解，有些學生則是需要老師的肢體協助才能正確完成。

因此，在學習的目標設計裡，每位學生的學習目標設定也不相同。甲組的學生以能左手按弦、右手彈奏琴弦，並完整演奏一首練習曲為學習目標；乙組的學生以能運用右手彈奏琴弦發出聲音為學習目標；丙組的學生以能回答老師的問題為學習目標。在課程當中，學生彼此能相互協助練習，是一件很難能可貴的事情。

在課程最後的綜合活動討論裡，有學生問，「為什麼要學這項樂器？」冬不拉這項樂器對於大多數的學生來說，是陌生的、不流行的。在現在的速食文化當中，學生常覺得不流行的音樂就無法賣座；在網路、媒體知識大爆發的時代裡，學生常認為流行較廣、傳播較遠的文化，「才是文化」、「才是音樂」、「才是價值」……。透過課程介紹其他的樂器與文化，可以讓學生思考，身處現在的世代當中，該如何以更開闊的心胸去接受及喜愛這些也許不是這麼主流的音樂？也思考屬於自己所在的臺灣的音樂是什麼？希望藉由認識不同民族的樂器，讓學生了解，每個文化、每項樂器都有各自的美，並不是只有主流的音樂或樂器才有存在的價值。

藝術人文課程簡案

教學領域	藝術人文	課程設計	林玟君
課程單元	多元音樂文化：新疆	教學主題	冬不拉
學生狀況			

- A學生：高二，重度視障伴隨腦性麻痺及智能障礙。
 B學生：高二，中度視障。
 C學生：高二，重度視障。
 D學生：高二，重度視障及肢體障礙。
 E學生：高一，輕度視障及左手臂神經叢受傷。

教案設計理念

本系列課程學習目標為，學習彈奏新疆哈薩克族的民族樂器：冬不拉。

「學習一項民族樂器，首先要了解民族的風土人情及人文歷史」，課程之初先由認識哈薩克民族的風俗與文化開始，再進入認識哈薩克族的民族樂器：冬不拉的形制，接著練習彈奏冬不拉。

相關教具

- 1.點字講義及大國字講義
- 2.影片及音響
- 3.地圖（彩色 / 立體）
- 4.點字樂譜及五線譜
- 5.冬不拉

教學內容

教學實施流程	時間	評量方式
壹、準備活動：		觀察評量
一、播放音樂：以兩種不同演奏風格之冬不拉音樂引起學生學習動機。	3分鐘	
二、介紹關於哈薩克族的傳說故事。	2分鐘	
貳、發展活動：		口語問答
一、哈薩克民族的風俗與文化介紹	6分鐘	
1.新疆哈薩克族的地理位置。		

教學實施流程	時間	評量方式
<p>2.新疆哈薩克族的生活環境及生活習慣。 大國字組學生：以放大地圖學習。 點字組學生：以立體地圖學習。</p> <p>二、冬不拉的樂器介紹</p> <p>1.冬不拉樂器形制。 2.冬不拉演奏姿勢。 甲組學生：透過觸摸認識樂器，並試著在老師的口語提示下練習冬不拉彈奏姿勢。 乙組學生：透過觸摸認識樂器，並在老師的肢體協助下練習冬不拉彈奏姿勢。 丙組學生：透過觸摸認識樂器，並知道樂器的形制。</p>	8分鐘	口語問答、 實作評量
<p>三、練習彈奏冬不拉</p> <p>1.先摸唱樂譜 / 視唱樂譜。 2.練習右手彈奏。 3.練習左手按音。 甲組學生：能唱出樂譜，並能左右手一起彈奏。 乙組學生：能唱出樂譜，並能練習右手彈奏對的弦。 丙組學生：能唱出樂譜。</p>	20分鐘	實作評量
<p>參、綜合活動：</p> <p>一、請學生分享聆聽冬不拉音樂之心得或彈奏冬不拉樂器之感想。</p>	5分鐘	口語問答
<p>二、總結今日課程重點。</p>	1分鐘	

美感計畫教師課前教學方式紀錄表

教學者：林玟君

授課班級：表演藝術班

授課日期：2017年6月6日

授課單元：多元音樂文化：新疆

向度	教學方式
吸引 (引起動機 / 教師提問)	<p>一、播放音樂：以兩種不同演奏風格之冬不拉音樂引起學生學習動機。</p> <p>二、介紹關於哈薩克族的傳說故事。</p>
建立知識 (教學資源)	<p>一、哈薩克族的風俗與文化介紹。</p> <p>1.新疆哈薩克族的地理位置。</p> <p>2.新疆哈薩克族的生活環境及生活習慣。 (大國字組學生：以放大地圖學習；點字組學生：以立體地圖學習。)</p> <p>二、中國哈薩克族主要分布於新疆維吾爾自治區伊犁哈薩克自治州。</p> <p>三、新疆哈薩克族聚居區有資源豐富的高山，有美麗富饒的盆地，是一個水草豐盛、土地肥沃，適合牧農的好地方，尤其是伊犁河谷土地肥美、氣候適宜，具有「塞外江南」之稱。</p>
應用 (如何教學 / 教學步驟)	<p>一、冬不拉的樂器介紹</p> <p>1.冬不拉樂器形制：冬不拉的「冬」代表樂器的聲音，「不拉」是定弦的意思。冬不拉成半梨形。大多數的冬不拉多為兩根弦，但也有三根弦的。冬不拉的音箱是以松木或樺木製成，琴桿細長，上面有八到十個音位。音品是製作者在琴上試音後確定的。</p> <p>2.冬不拉演奏姿勢。</p> <p>二、練習彈奏冬不拉</p> <p>1.先摸唱樂譜 / 視唱樂譜。</p> <p>2.練習右手彈奏。</p> <p>3.練習左手按音。 (提供放大五線譜及點字樂譜。)</p>

向度	教學方式
<p>反思 (延伸活動)</p>	<p>老師問：會期待未來能練習好這項樂器去表演嗎？ 學生答：覺得蠻難練習好的。 學生問：能吸引觀眾嗎？觀眾會喜歡這樣的樂器聲響和音樂嗎？ 老師答：這樣的樂器聲響和音樂，對於臺下的觀眾來說也許是較少接觸到的，但是，能否吸引到觀眾，並不是在於這項樂器有多流行，而是你將這項樂器的美好表現得多麼淋漓盡致，成功地讓臺下的觀眾認識並喜歡上這項樂器。</p>
<p>評估 (評量方式)</p>	<p>一、以口頭方式確認學生是否理解今天課堂中的重點。 二、以小組演奏方式彈奏今天所練習的樂曲。 三、請學生分享聆聽冬不拉音樂之心得或彈奏冬不拉樂器之感想。</p>

反思紀錄表

教師姓名	林玟君	學期週數 / 日期	2017年6月6日
週記類別	<input checked="" type="checkbox"/> 教學反思 <input type="checkbox"/> 文獻閱讀摘要及心得 <input type="checkbox"/> 筆記 <input type="checkbox"/> 一般書籍閱讀心得 <input type="checkbox"/> 訪談 <input type="checkbox"/> 其他		
教學資料 / 書籍資料	授課名稱：多元音樂文化：新疆 班級年級與人數：表演藝術班，5人		
描述： <p>介紹哈薩克族的地理區域、居住地、相對環境位置。（大國字組學生的地圖以彩色放大地圖呈現，哈薩克族的居住地以紅色標註；點字組學生的地圖為以熱印紙印出的立體地圖，並以凸起的貼紙標註出臺灣，讓學生能有相對的地理位置概念。）</p> <p>透過說明和講義介紹樂器冬不拉的構造，且讓每位學生都能摸摸看老師說的樂器部分，並透過問答引導學生主動發現樂器的特別之處或特點。</p> <p>在練習彈奏的部分，能力甲組的學生以能左手按弦、右手彈奏琴弦，完整演奏一首練習曲為學習目標；能力乙組的學生以能運用右手來彈奏琴弦發出聲音為學習目標；能力丙組的學生以能回答老師的問答問題為學習目標。</p>	解讀與評估： <p>學生學習音樂或樂器的先備經驗不同，當聽到相同的口語敘述時，有些學生能夠很快地正確理解老師所要表達的意思，有些學生則需要老師更精確的肢體部位及動作說明才能理解，有些學生則是要老師的肢體協助才能正確擺對動作。</p> <p>學生在學習中曾問，「為什麼要學習這項樂器？」冬不拉這項樂器對於大多數的學生來說，都是陌生的、不流行的。在學生的認知世界裡，不流行的音樂，就等於不會賣座、就等於不能賺錢。</p> <p>在這堂課的設計裡，除了想讓學生認識冬不拉這個樂器、並且能夠彈奏之外，也想讓學生了解，每個文化、每項樂器都有它的美，並不是只有主流的音樂或樂器才有它存在的價值。</p>		

規劃：

這次在介紹哈薩克族的地理區域時，介紹得不夠全面及完整。在之後課程的修正中，會更加詳細、仔細地說明哈薩克族居住的地理位置。

而在練習彈奏的部分，應該先讓學生有足夠的時間好好透過「摸」來了解冬不拉的全貌，並且知道冬不拉樂器結構及名稱。讓學生了解冬不拉這個樂器後，再向學生說明彈奏冬不拉會使用到的身體部位，並且讓學生認識身體部位的專有名詞，例如「右手小手臂放在琴箱上」，減少因為對於部位名稱的不熟悉，而花過多時間嘗試錯誤。

啓發 / 靈感：

在教導學生認識樂器的同時，除了讓學生了解每項樂器的演奏方式、樂器的相關知識等認知及技能外，更重要的是，希望達到讓高中年紀的學生對於每項樂器所屬的文化背景有所認識及了解的情意目標。

在網路、媒體知識大爆發的時代裡，學生常認為流行較廣、傳播較遠的文化，「才是文化」、「才是音樂」、「才是價值」……。希望可以透過課堂介紹的樂器、文化等等，讓學生思考現在所處的世代當中，該如何擁有更開闊的心胸去接受及喜愛有些也許不是這麼主流的音樂？也思考屬於自己所在的臺灣的音樂是什麼？

關於美
我想說的是……

◎臺北市立啓明學校表演藝術班



美是無可取代的、獨一無二的一種，世界上萬事萬物應該都擁有著屬於它的美，而個人對於美的看法以及價值都是很主觀的。對於我來說，美，這個形容詞，不代表完美，有時候一首美妙的樂曲，往往伴隨著淒涼的、悲傷的旋律，就像是看一齣戲劇，總在你預想不到的時候帶來出乎預料的震撼，也像站在險峻壯烈的山頂上，看見世界最美的景物，能夠成為一種無形的強大的張力，湧上心頭，這就是我所認知的美。或許人生也如同上述，一個無憾的人生，不一定是成為所謂人生勝利組，有時人生是如此坎坷，但若我們活得燦爛、豐富，那才會是精彩的人生，值得回味的生命。

—李昌勳—

美是心地善良、熱心助人、尊重任何人。

—高依瑤—

我覺得美是一種藝術。當我看著以前學校的外牆有美術班彩繪栩栩如生的作品時，我心中就感到快樂，我心中也會有所嚮往。

—張豪祯—

我覺得美是校園內到處都可以聽到美妙的音樂。

—何晟維—

國立臺灣戲曲學院

傳統技藝的傳承與教學，除了「埋頭苦練」之外，其實更需要政府資源的注入，以開發創新教／輔具與教法、改善教學環境，讓傳統技藝不論在人才培育的過程中、或是舞臺的展演表現上，能夠開創出更多不同的可能性、激發出不一樣的火花，而成為臺灣在地且不可取代的文化資產。

在與戲曲學院的合作中，我們邀請了民俗技藝學系的教師群參與，包括陳儒文老師（同時為該系副系主任）、田國華老師、洪佩玉老師、張京嵐老師、陳俊安老師、薛欣宜老師，於2017年總共進行了十四個場次的觀課。

民俗技藝學系的課程以身體訓練為主，除了頂功、腰功、腿功等基本功之外，根據自身不同的身體素質，學生亦須接受不同的專長訓練，例如高空皮條、足技、砌磚等等，此外，芭蕾舞、現代舞等舞蹈課程亦是學生的必修，目的主要是希望讓學生能夠在日常的肌力訓練中，舒緩自身的呼吸與肌肉以找到線條的美感與身體的平衡。



回憶那純粹的美……

真正的純粹的美感，無非就是一個人對於自己的專業所展現出來的儀表、態度與一絲不苟的精神，其中所散發出來的精緻，使人感到溫暖、窩心且回味無窮。

陳儒文

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案視點學校教師

今年，有幸在師長們的鼓勵與推薦下，參與了國家教育研究院亞太地區美感教育研究室的計畫。從一開始的觀課、授課到至北藝大上課研習等階段過程，除了個人的親歷感受之外，亦獲得許多學生與師長們的意見及回饋。因此，我整理了一下何謂美的思緒，個人重新對美下了獨特的詮釋，這種詮釋離不開三個元素，分別為引導、要求與精準，最後為精緻性的完整呈現。

現今大眾對美感的普遍認識，我認為是內心所接觸到外在刺激而形成的一種感受，那樣的感受會隨著年齡、環境、社會氛圍、時下潮流與成長教育而改變。但我認為，這樣的美的感受很不合乎自然、很不貼近生活、甚至很做作，它像是一個變形體、一隻四不像，然而它竟然不知不覺地取代了純粹的美。現今這樣的美充斥著整個社會，亦漸漸地成為美的正宗，而蔚為一股美學潮流，它就好比一條色彩鮮豔的小丑魚，穿著PRADA泳衣在海裡高傲地游泳，並向人宣示牠獨一無二的泳技。

回憶起亞太地區美感教育研究室計畫初執行時，許多師長們來校觀課的那天，當天下午，我提前進入到嘯雲樓三樓的舞蹈教室，坐在舞蹈教室的一隅，抱著學習的心情來請益，試著取經於芭蕾課程教師關於教學的流程、方法與應對等教學策略的執行，並驗證著自己所預設的教學場景、學習發展與美的感受。沒多久之後，孩子們陸陸續續來到舞蹈教室，他們彼此沒有太多的交談，大都專注著為接下來的課程做準備。當下我見到孩子們在課程開始前進行各種活動，像是換舞衣、打掃環境、搬把杆與自我暖身等等，這些都讓我大大為之一驚，也讓我感到非常地高興。帶領這群孩子們四年多以來，第一次看見孩子們是如此地主動，並積極、興奮地面對接下來即將要開始的課程！念頭閃過、時間頓然停止，感覺似乎他們一點一滴地長大了、更懂事了！眼下的

他們在課堂間幻化為挺拔的白馬王子與亮麗的白雪公主，且帥帥美美地站在舞蹈教室內的黑膠地板上，雙手扶著把杆反覆看著鏡中那充滿自信的自己，期待在接下來的時間裡，能夠在美妙旋律、豐富空間與多變節奏的薰陶下，轉化成專業的芭蕾舞者。

但好景不常，當教學課程執行約二十分鐘左右，孩子們的反應慢慢地像豬八戒照鏡子般原形畢露，開始出現東望西看、打呵欠、忘動作與閉眼瞌睡的行爲，明顯出現了學習分心的狀況，孩子對於課程的積極度、主動性開始降低，而課程所冀望達到的興趣培養目的也逐漸喪失。課後與師長們分享完觀課心得之後，爲了想要解決我心中存在的疑惑，我與孩子們約定彈性時間，一同談談關於上課的種種情況，爲何上課態度竟然瞬間改變。沒想到所得到的回饋千種百類，我深深地吸了一口氣，總結了自己的觀察與孩子們的敘述後，我認爲學習環境、教學設備、課程設計、講述音頻、操作時數、引導比喻與受課負荷等等，彼此之間都有著極大的相互關係，這些因子久而久之自然而然地形成了班級固有的學習風氣。

我自己也是由藝術表演工作者慢慢轉換爲藝術教育工作者，在專業課程執行教學時，常常會因爲每一堂課程的應達進度與目標（技巧、數量、時間），而快馬加鞭地跑完教材內容，教學過程中常常忽略了教學現場所發生的點、線、面與事件，甚至是環境覺察、服儀要求與同儕互動。在參與完亞太地區美感教育研究室所舉辦的工作坊後，我深深地體會到美感教育不能夠脫離我們的生活，它的主題性也必須適時地貼近生活，並且應該涵蓋著舊經驗的銜接。

原來，愈是顯而易見、愈是基礎規範，反而也愈容易被忽



國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系的芭蕾舞課程。



陳儒文老師所指導的腰功訓練課程。



陳儒文老師與學生進行課程討論。

略、被遺忘，但那卻是最純粹的美；所謂純粹，就是日常生活中，個人的儀表態度與精益求精的精神，這是經由長年累月所雕琢出來的細節，這些細節就形塑了獨特的美。真正的純粹的美感，無非就是一個人對於自己的專業所展現出來的儀表、態度與一絲不苟的精神，其中所散發出來的精緻，使人感到溫暖、窩心且回味無窮。

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教學實驗資料

民俗技藝學系課程簡案

單元名稱	腰功進階	教學階段	國中	指導教師	陳儒文
教材來源	自編	教學時間	90分鐘	教案參考	陳俊安
教學方法		講述、觀察、操作			
教學資源		通風教室			
學生學習條件之分析		1.已完成小學腰部基本功課程學習，以及接受升部評鑑通過者。 2.已通過國中一年級、二年級腰功進階課程階段性目標者。			
課程設計理念		本課程是依據科訂腰功課程學習目標所設計，主要為讓學生學習在動態與靜態的動作操作上，以質化要求來操作腰部柔軟度、平衡性與核心控制學習。			
教學目標	單元目標		具體目標		
	一、認知方面： 1.明白腰部柔軟技巧表現的正確過程。 2.明白腰部耗腰動作操作的意義與目的。		1-1-1說出表現柔軟技巧的操作過程。 1-1-2說出易造成腰功操作的錯誤。 1-2-1說出耗腰動作操作的目的。 1-2-2分辨耗腰動作操作時開併腳的異同。		
	二、技能方面： 1.能夠表現出腰部橋形的正確位置。 2.能夠表現出耗腰動作的練習操作。		2-1-1做出橋形姿態的過程表現。 2-1-2做出直腳與非直腳姿態的表現。 2-2-1以開腳、併腳的形態表現耗腰。 2-2-2以慢拍的速度表現出腰功耗腰的技巧。		
	三、情意方面： 1.能夠相互輔助彼此達成腰功的正確位置。 2.能夠相互觀察而給予彼此適當的學習意見與操作技巧。		3-1-1主動以口頭方式告知正確位置。 3-1-2主動以實際行為輔助正確位置。 3-2-1主動以口頭方式給予意見。 3-2-2主動以實際行為給予協助。		

教學重點

- 1.以耗腰訓練為主要控制要求。
- 2.以元寶訓練為主要柔軟要求。
- 3.以翻滾動作訓練為主要變化要求。

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
一、準備活動 1.核心肌群的暖身活動與開展。 2.開肩背。 3.雙人一組，以觀察、撫推的方式，協助對方達成肚臍上頂最高端的感受。	軟硬適中的教學地板	10	口頭評量	1.學生們大都一致反應，柔軟度跟天生條件有絕對關係，所以認為今天練完、明天筋又硬了，因此有時對於腰功課程會有排斥。
二、核心活動 1.下耗腰：定點位置持續時間訓練。 2.甩腰：以不同的節奏速度與姿勢變化，來訓練平衡控制。直站立與體前彎組合訓練。 3.C形腰：以開腿及併腿姿態來訓練重心掌控與柔軟度。 4.元寶：雙人一組，相互輔助與幫忙。	軟硬適中的教學地板	70	觀察評量	1.學生們會長期以自己所習慣的方式來學習，所以在修正習慣這件事情方面顯得比較吃力。 2.長期觀察下來，學生們在未給太多量化與時間停留的原則下，比較能夠也比較願意去學習，這說明了質量並重概念的取用，而非以量取勝或量多質變的絕對性。

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
5.翻滾組合：以前軟、後軟與搶臉來變化訓練。				3.大部分的學生在課程結束後，都會反應腰痛、不舒服，而且有時還會有呼吸困難、頭昏及缺氧的感覺等，因此，課程結束的回復動作要特別謹慎與要求，以避免運動傷害。
三、學習回饋 1.小組討論。 2.延展放鬆。 3.口頭問答。		10		1.每個人對課程內容的學習反應都有不同的自我解釋，但每種解釋都是一種訊息的回饋與符號。

如何讓雜技更美

雜技訓練加入音樂與舞蹈以提升其美感是必要的，但是現行的師資從小接受傳統雜技訓練，對於音樂與舞蹈較為生疏，研討會的課程學習對雜技老師將音樂融入課程的幫助也很有限。傳統技藝訓練在美感教育的落實還要繼續努力，期待未來能有完整而系統化融合課程，使雜技的教育更具美感。

洪佩玉

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案視點學校教師

我七歲開始學芭蕾舞，在舞蹈社老師的推薦下考進了一所整天都要練功的學校（其實是半天），從小活潑好動，入學頭兩年學習雜技的基本功，對我來說並不太難，因為舞蹈的柔軟練習與課堂模式是我再熟悉不過的事。但後來，漸漸地我愈來愈不能適應練功的挫折，因為「頂」功很難，要很有力氣、很能忍耐，而且這堂課很枯燥乏味，逐漸跟不上的我開始學習雜耍類的其他項目，直到國中開始接觸演出，才又回到充滿學習興趣的狀態，因為舞臺的規範對我來說是熟悉的，找到這個熟悉感讓我重新建立起學習的自信。劇校八年順利畢業了，劇校畢業的時候，決定回到我喜歡的環境加入「舞蹈人」的行列，剛考取國立藝專的我已經不是舞蹈的身體，跳起舞來仍有許多要加強的部分，於是進入臺北民族舞團（當時認為自己粗壯的體態不適合跳芭蕾舞），擁抱著舞蹈夢的同時以為自己會離雜技愈來愈遠，每次在自我介紹時說起我是劇校生都很緊張，很怕旁人問我，「妳會耍盤子嗎？」「妳要不要折個軟骨功來看看？」在舞蹈與雜技都是我的專長時，我像個混血兒，現在，我要用混血兒的身分告訴你，我參加「美感教育」計畫的感想。

雜技的「賣點」主要在驚、奇、險，用平凡人的身體創造出神入化的技藝，產生不具真實性的美感。在驚險中度過困境、於奇妙中幻化出超現實的場景、以危險的堆疊顯示高超的技藝，這是一種藝高人膽大的展演模式。

然而，雜技的這些超常卻與一般所認為的美相互違背，或是應該說雜技的重點不強調美，而強調特異，中國雜技的道具使用多以杯、盤、碗、筷、罈子、板凳，以這樣日常的器具為表演道具，因為拿著日常生活中人人都見過的器具耍出超常的技巧，顯示了人能勝天的一種精神。



洪佩玉老師所指導的雜技訓練課程：足技。



洪佩玉老師所指導的雜技訓練課程：砌磚。

近年，藉著虛擬情境讓觀者有進入夢境的感覺的編排手法是世界各雜技表演的趨勢，現代人對肢體的美感感受與過去已不相同。在學校，學生經常自然而然地把肢體訓練課程一分為二，把舞蹈課程當成舞蹈、把雜技課程當成雜技，學生無法自然而然地將兩種不同模式的課程融合，除非有一堂叫做雜技創作的課，由舞蹈老師與雜技老師同時授課。時代在變、技術需要融合，就算雜技老師認同音樂或舞蹈課程內容的豐富與美，我們仍沒有能力獨立完成雜技與舞蹈的融合，因為雜技老師的養成當中，舞蹈與音樂的素養並不足夠。

一直以來，戲曲學院裡的老師們要帶領十歲的小學生從練基本功開始扎根，雜技中腰、腿、頂等基本功與跟斗占了絕大部分的練習時數，舞蹈、武術與戲劇課程則是隨著年級逐年增加。一直以來我常會遇到一些困難：小學生在學習術科過程中所產生的情緒問題、秩序問題與能力問題，漸漸至中學時，學生要開始努力提升其能力，而能力問題在雜技中是可以用分組的方式解決的，只要班級分組、分項目各自練習，是可以讓不同素質的學生各自依照其身體特質完成雜技學習。

經過上次觀課後的討論，我知道現行的雜技訓練要提升美感可以透過音樂代替數拍子的方法建立學生的聽音習慣，然而隨之需要調整的部分還很多。加入音樂後的課程規劃、動作進展、時間流程等一一都要仔細安排，課程的配當較不能有彈性，團體基訓練習較適合有音樂性的安排，單獨加強的技巧則要看老師的動作安排是否有時間操作音樂（因為雜技的練習組數有可能隨著學生的進度調整），難度技巧成型後，老師才能顧及動作節奏，難度未能脫保（老師要扶著）時的動作，搭配音樂具有風險、也可能造成干擾，這是要協調的。在動作難度可形成一個小品作品時

適時地加入音樂，讓動作訓練透過小品的反覆，養成聽音樂做動作的表演模式，就能強化表演的律動感了。

綜上所述，雜技訓練加入音樂與舞蹈以提升其美感是必要的，但是現行的師資從小接受傳統雜技訓練，對於音樂與舞蹈較為生疏，研討會的課程學習對雜技老師將音樂融入課程的幫助也很有限。傳統技藝訓練在美感教育的落實還要繼續努力，期待未來能有完整而系統化融合課程，使雜技的教育更具美感。



洪佩玉老師所指導的腰功訓練課程。

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教學實驗資料

民俗技藝學系課程簡案

單元名稱	特技技巧	教學階段	高中	指導教師	洪佩玉
教材來源	自編	教學時間	100分鐘	教案設計	洪佩玉
教學方法		觀察、示範、實際操作、自主訓練、分組演練、講述			
教學資源		室內教室、大鼓、傘			
學生學習條件之分析		1.已完成足技翻、轉、拋、磨、站基礎課程，並達到能力指標要求。 2.擁有腳上技巧的能力，並保持足技翻、轉、拋、磨、站動作穩定。 3.人體下肢各部分之肌耐、柔韌、協調與平衡之基本能力。			
課程設計理念		特技中的足技是一項運用腳完成道具拋、接、轉、翻、平衡的表演藝術，透過腳對道具動作的控制，可增進下肢協調與力量的掌控，是一項非常特別的特技技巧，可加強學習者下肢動作的協調性及平衡感。			
教學目標	單元目標		具體目標		
	一、認知方面： 1.認識足技的基本動作內容。 2.了解足技技巧的基本概念（力量、平衡、控制）。		1-1-1能正確地說出足技的名稱原因。 1-1-2能正確地說出足技的特點與意義。 1-2-1能分辨出各種不同的足技動作形式。 1-2-2能說出足技技巧的表演特色。		
二、技能方面： 1.熟練倒立基本技巧的操演及其動作要領。		2-1-1能做出翻、轉、拋、磨、站足技基本動作。 2-1-2能在地上或其他堆疊的造型上做出足技動作技巧。 2-1-3透過實際的足技動作練習，加強學生的足技表演能力。			

	單元目標	具體目標
教學目標	三、情意方面： 1.透過分組互相觀察，增進學生練習足技的敏銳度。 2.經由實際的足技演練及同儕互助，增進學生的同儕關係。	3-1-1能主動協助同儕進行練習。 3-1-2能與同儕共同組織動作並努力完成動作要求。 3-2-1藉由足技整組動作演練與同儕互助，發揮團體合作的默契。 3-2-2透過分組及同儕互助，培養學生的觀察力。 3-2-3能在練習中表現出表演的形式。 3-2-4能從練習及表演的過程中獲得成就感。
	教學重點	
1.透過足技整組動作演練，加強足技技巧，逐步完成作品。		

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
一、準備活動 1.伸展操（warm up）：伸展各關節活動，準備倒立基本功。 2.空頂：5分鐘，透過倒立來訓練動態平衡，同時加強學生手臂的肌力及肌耐力。 3.板凳踮頂耗住：10個1組。	板凳	30	觀察評量	1.學生們在操作倒立動作時，會因為扶倒置對方無正確施力，造成動作過程不確實，必須加強觀念引導，在動作中不應只注意數量、更應注意動作質感。 2.指導要領： (1)按照動作說明，反覆練習多次。

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
4.板凳快踮頂：10個2組。 5.板凳分腿吊頂：10個2組。 6.板凳端頂：10個2組。 7.板凳胯頂：5個2組。 8.板凳推樁子：25個2組。				(2)在練習中，可隨機指導回饋。 (3)休息時，可壓腳背及劈腿練習，保持身體的溫度並促進循環與代謝。
二、發展活動 1.足技組個人完成翻、轉、拋、磨、站足技基本動作：15分鐘。 2.足技組團隊完成翻、轉、拋、磨、站足技演出動作：3組3次。 3.足技組團隊完成對拋動作：3次10組，增加動作穩定性（撤保）。 4.雙層雙人點跑大鼓（對保）。 5.蹬傘壓罩。	大鼓、傘	60	觀察評量	1.學生在接受足技組數訓練時，會因肌耐力不足導致愈做愈累而失去穩定度，應注意加強個人練習的穩定性，再調整為關注團體節奏的一致性。 2.藉由教具的轉換與應用，改變學生原本的習慣。 3.在反覆練習中，建立人與道具的操作慣性，注意力集中能更快掌握動作在時間、空間中的狀態，逐漸將動作組合完成演出順序。

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
				4.指導要領： (1)按照動作說明，反覆練習多次。 (2)在練習中，可隨機指導回饋。 (3)用心完成動作時給予鼓勵，替代失誤後的補充練習。
三、綜合活動 1.做肌肉及關節的伸展收操動作（cool down）。 2.重點歸納及整理。		10	□頭評量	1.學生對於伸展收操動作執行不重視，課程重點的理解不一致。

美感教育：從藝術到生活

國外創作者的設計作品可以很清楚地感受到當地文化的美感內涵，反觀臺灣自己的作品設計卻往往缺乏在地文化美感元素，……進一步也開始思索並反觀自身的教學理念，應引導讚賞西方美學價值或傳承在地文化的傳統藝術美？

陳俊安

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案視點學校教師

「什麼是美？」何謂美感？美感的定義？美感教育？

美的本質，古希臘思想家柏拉圖認為：美為獨立自存之實在，是永恆不變之「形相」，它代表的是一種完美。而早在兩千多年前，在我國儒家經典之一的《禮記》記載：美惡皆在其心。

美之所以難以捉摸、定義，基本上根源於太多事物可以激發人美的感受；而且每個人的美感又時常有差異。即便是同一個人，對同一事物，在不同的時間和心情、氛圍中，也可能有不同的美感評價。

美感，是美感教育的核心，而美是無所不在的。有美感的人才能享受美；有美感的人才能善用自己的審美能力去美化人生，提升生活品質，進而牽動人性中的真和善。

「美感」的字源來自希臘原文「aisthetikos」，原意指「透過感官去覺察感受的能力」。換言之，美感是一種生活經驗的累積與知識獲取的歷程，透過個人視、聽、嗅、味、觸、動覺等感官媒介，覺察周遭生活環境的美感訊息，並連結經驗想像，進而觸動內在情緒的感受力。這種由個體主動建構的一種感知外在美好事物存在的能力，是每個人與生俱來的潛能，只要留心平日生活周遭的美感經驗，它就會成爲一種生活習慣與體會事物的方式（林玫君，2015）。

美感教育是追求美的一種活動，是以情意爲主要內容、認知與技能爲輔的活動，是一個科際整合的領域。美感教育的過程是教育者以人類獲得美感的心理機制爲依據，綜合教育理論，培養學生敏銳的感知能力、豐富的想像力、透徹的理解力以及對內

在情感的培養。美感教育包括了美術教育和藝術教育的內容，以及生活上一切能夠引起心靈感知的活動，是培養一種有機的和整體的反應方式的教育；是感性和理性、個性與群性並重的教育；是提升精神境界，達到精神自由的教育；是克服人性分裂，培養完美人性的全人教育。其旨意就在於經驗的過程，根植於生活之中、文化之中，順應人類愛美的天性，運用美學和教育的原理與方法，藉由師長或父母或同儕的引導，透過一切涉及美感作用的活動與經驗，提升個體之感覺、知覺或辨識的能力，以陶冶心性、變化氣質、啟發智慧、培養思考力與創造力，建立崇高理想，促進健全人格發展的歷程，以建立自我鑑識經驗的成長（陳瓊花，2000；滕守堯，1987）。

教學活動也是一種美感教育的過程。教學可謂一種「表演藝術」，它一方面向「觀眾」（受教者）傳達客觀事實（藝術的指引作用）；另一方面又藉著語言、姿態及表情等各種方式來激發觀眾對事實之象徵意含作生動的想像（藝術的邀約作用）。教學的整體代表著一個藝術品，可以有「令人愉快之美」，也可以有「令人激賞之美」，當然也可能兩者皆無。因此，學校在透過各種自然和藝術之美，來提升學生的審美能力和美感創造力的同時，絕不能忽視教學本身就是一種「美感品味的示範」（林逢祺，1998a；林逢祺，1998b）。

「美感教育」計畫的參與

因為參與「美感教育」計畫，讓我有機會正式接觸美感教育，成為美感教育的一份子。2017年5月5日，我執行了一場有關於傳統藝術美感教育的雜技（特技）頂功進階教學演示，教學演示後進行了座談討論，與會的教授及老師們給予許多有關傳統藝



陳俊安老師以與同學們共同討論出來的訓練方式（毛毛蟲）進行頂功教學。



觀課結束後，陳俊安老師與陪伴圈團隊進行討論。

術雜技（特技）頂功進階教學的美感教育意見與建議，包括：
（1）老師必須加強修正學生的倒立姿勢與線條；（2）學生的部分要再專注與投入當下的動作執行及學習；（3）老師應多加強認知部分的導入、情意的共賞，讓學生練習表達與分享。透過此次頂功進階美感教學演示經驗，讓我自己開始反思頂功教學效率的重要性，啟動我的美感之鑰。

植入心中的美感

2017年7月1日到國立臺北藝術大學校園參與工作坊時，發現這有如大自然的校園環境讓人有種放鬆與舒服的感受，當我踏入戲劇舞蹈大樓StudioA教室時，不自覺地「哇」了一聲，內心想著，「這教室太棒了，完全符合今天的課程主題：『表演藝術之美』」。在這樣的空間學習，想要不美都很難，內心也開始反思自己學校學習空間環境的問題，學生為何感受不到美感？為何無法呈現出美感？老師該如何透過教學引導？學校該如何改善修正？

在學習體驗達克羅士音樂教學法（Dalcroze Eurhythmics）的過程中，感受到如何透過肢體來表達音高、旋律與音樂強弱，音樂與肢體如何共構出有趣的畫面，授課的張巧燕老師利用很多具有創意的教具來引導執行達克羅士音樂教學。

午間參訪2017世界劇場設計展（World Stage Design），在欣賞許多國內外的創作設計作品時，內心有很深的感觸，國外創作者的設計作品可以很清楚地感受到當地文化的美感內涵，反觀臺灣自己的作品設計卻往往缺乏在地文化美感元素，也可能是自身的盲點，讓自己沒有能力鑑賞臺灣寶貴的美學價值，進一步也開

始思索並反觀自身的教學理念，應引導讚賞西方美學價值或傳承在地文化的傳統藝術美？

久仰拉邦舞譜創作系統（Labanotation），曾瑞媛老師以主題撰寫（Motif Writing）導入舞蹈創意教學，在課程中，我終於有機會實際操作學習耳聞已久的符號舞蹈教學系統，透過簡單的幾何圖形、符號就可以表示各種肢體動作（方向、高低水平、身體部位及節奏），由於自己是第一次接觸這類型動作記錄的方式，此系統可作為動作教育之工具、動作教學的視覺輔助，幫助學生動作概念的學習，亦可作為自己未來動作研究之工具。

在課程的尾聲，涂繼方老師透過心理演劇（Psychodrama）帶領大家認識自己，涂繼方老師以循序漸進的方式，讓我們分組討論、分享家庭故事及書寫家書，在課程結束的那一瞬間，我才恍然發覺，這是我第一次這麼清楚地再認識自己與媽媽之間的母子關係，藉由如此用心的課程安排，讓我不但有機會分享自己，同時也認識他人的美學分享，並聆聽到許多精彩的人生故事，感謝這一刻，感恩當下。

美感無所不在

根據《多元美學的並存：艋舺龍山寺》的研究，龍山寺寺廟的參與人群中，實際上存在著六套美學。第一種是訪客與觀光客，他們對藝術的中心概念，就是將藝術視為「古老的、中國的東西」。第二種是信徒跟法師，其對藝術的中心概念，就是將藝術視為「宗教用品」，他們完全拒絕進入純藝術的範疇，對於他們來說，美學的第一個標準就是宗教和傳統道德的規矩。第三種是決策者和公務員，其對藝術的中心概念，是來視察寺內活動是



2017年7月1日舉辦的「表演藝術之美：教師增能工作坊」中，曾瑞媛老師所帶領的舞蹈創意教學。

否符合政府的規範。第四種是學生與學者，他們對龍山寺藝術的中心概念，就是將之視為「民間藝術」。第五種是匠師和包商集團，他們對藝術的中心概念，就是「手工藝術」，其美學標準的第一條就是金錢報償。第六個集團是寺廟的工作人員與董事會成員，他們對藝術的中心概念是「廟產」，而他們最重要的任務之一就是維護廟產。文化會模塑個人，透過有形與無形的機制，每個人自小接受父母、周遭成人、師長，以及整個社會的全方位薰陶，其對於一個人的影響甚至到達無法完全消除或徹底改變的地步，這就是文化模塑的力量。學校教育絕對比不上文化的整體影響力，學校教育不過是文化模塑個人的工具，家庭教育和社會教育也都是如此（袁汝儀，1986）。

作為藝術教育者，在從事教學之餘，是否意識到自己的社會角色與功能呢？值得我們深思。

參考資料

- 林玫君（2015）。*幼兒美感教育*。新北市：心理。
- 林逢祺（1998a）。美感創造與教育藝術。*教育研究集刊*，40，51-72。
- 林逢祺（1998b）。美感經驗與教育。*教育研究集刊*，41，155-170。
- 袁汝儀（1986）。*多元美學的並存：觥觥龍山寺*。新北市：新古典表演藝術基金會。
- 陳瓊花（2000）。二十一世紀藝術教育圖像——談文化因素對審美教育之省思。*文化視窗*，18，14-19。
- 滕守堯（1987）。*審美心理描述*。臺北市：漢京。

民俗技藝學系課程簡案

單元名稱	頂功進階	教學階段	國中	指導教師	陳俊安
教材來源	自編	教學時間	100分鐘	教案設計	陳俊安
教學方法		觀察、示範、實際操作、自主訓練、分組演練、講述			
教學資源		室內教室、板凳、木箱、八仙桌、滾輪、綠波墊、瑜珈墊			
學生學習條件之分析		<ol style="list-style-type: none"> 1.已完成頂功基礎課程，並達到能力指標要求。 2.擁有獨立空頂倒立的能力，並能夠完成兩種吊頂技巧。 3.人體上身各部分之肢體肌耐、柔韌、協調、爆發與平衡之基本能力。 			
課程設計理念		倒立技巧是一項力與美結合的體育運動與表演藝術，透過倒立動作的學習過程，可增進身心健康發展；同時，倒立技巧亦是一項非常特別的表演藝術，可加強學習者肢體動作的爆發力、協調性及平衡感。			
教學目標	單元目標		具體目標		
	一、認知方面： 1.認識頂功進階的基本動作內容。 2.了解倒立技巧的基本概念（力量、吊力、控頂）。		1-1-1能正確地說出頂功進階的名稱原因。 1-1-2能正確地說出頂功進階的特點與意義。 1-2-1能分辨出各種不同的倒立技巧動作形式。 1-2-2能說出倒立技巧的表演特色。		
	二、技能方面： 1.熟練倒立基本技巧的操演及其動作要領。		2-1-1能做出簡易的倒立基本動作。 2-1-2能在板凳上做出倒立動作技巧。 2-1-3透過實際的倒立動作練習，加強學生的倒立平衡。		
	三、情意方面： 1.透過體驗活動的方式，增進學生練習倒立的樂趣。		3-1-1能主動協助同學進行體驗活動。 3-1-2能與同學分享練習倒立的樂趣。		

	單元目標	具體目標
教學目標	2.經由實際的倒立演練及同儕互助，增進學生的同儕關係。	3-2-1藉由實際的倒立演練及同儕互助，發揮團體合作的默契。 3-2-2透過實際的倒立演練及同儕互助，培養學生的觀察與欣賞能力。 3-2-3能體會出其中樂趣並樂在其中。 3-2-4能從練習及表演的過程中獲得成就感。
	教學重點	
1.透過實際的頂功進階練習，加強學生倒立技巧基本概念（力量、吊力、控頂）。		

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
一、準備活動 1.雙人伸展操（warm up）：關節伸展，藉由外力來伸展各關節（肩背、膝蓋及腳踝）。 2.倒立走路：透過倒立走路來訓練動態平衡，同時加強學生手臂的肌力及肌耐力。 3.毛毛蟲：請學生模仿毛毛蟲爬走的動作，以訓練學生腹背肌收縮的力量及技巧。 4.板凳踮頂：30個。	瑜珈墊、 綠波墊 板凳	30	觀察評量	1.學生們在操作雙人壓操組合動作時，會因為肌肉疼痛關係，促使膝蓋與腳尖會有彎曲問題，同時，也會出現憋氣現象，必須加強呼吸吐納練習。 2.指導要領： (1)按照動作說明，反覆練習多次。 (2)在練習中，可隨機指導回饋。

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
				<p>(3)可穿插伏地挺身、V字及背肌的練習，作為輔助訓練。</p> <p>(4)休息時，可壓腳背及劈腿練習，保持身體的溫度並促進循環與代謝。</p>
<p>二、發展活動</p> <p>1.板凳空頂：5分鐘。</p> <p>2.靠牆壁虎頂：3分鐘。</p> <p>3.滾輪：藉由滾輪輔具加強學生手腕、肩背、核心、下肢及全身的平衡與穩定性。</p> <p>4.踩板凳頂肩：5分鐘。</p> <p>5.板凳吊頂：蛙頂、分腿頂、端頂、直吊及胯手頂，各10把。</p> <p>6.高桌吸頂：分腿頂、端頂、直吊，各10把。</p> <p>7.板凳空推：30把（A組）；靠牆板凳推樁：50把（B組）。</p>	<p>板凳</p> <p>滾輪</p> <p>板凳</p> <p>八仙桌</p> <p>板凳</p>	60	觀察評量	<p>1.學生在接受倒立技巧訓練時，會因肌耐力不足導致倒立的肢體線條變形或未到位。</p> <p>2.藉由教具的轉換與應用，改變學生原本習慣的倒立物件，可刺激學生新的倒立平衡與重心。</p> <p>3.利用循環教學模式來執行課程內容教學，使學生提升全面性倒立能力，增加其學習注意力之集中。</p> <p>4.指導要領：</p> <p>(1)按照動作說明，反覆練習多次。</p> <p>(2)在練習中，可隨機指導回饋。</p> <p>(3)可穿插伏地挺身、V字及背肌的練習，作為輔助訓練。</p>

教學流程與活動	教學資源	時間	評量方式	教學記事
				(4)休息時，可壓腳背及劈腿練習，保持身體的溫度並促進循環與代謝。
三、綜合活動 1.做肌肉及關節的伸展收操動作（cool down）。 2.重點歸納及整理。		10	□頭評量	1.學生對於伸展收操動作執行不重視，課程重點的理解不一致。

由內而外的美感展現

在學習芭蕾舞的過程中，感受到身體的存在，了解身體的構造與肌肉運動的方式，開啓身體的想像空間與美感；透過音樂的聆聽、舞動過程中的想像，啓發學生對於聽覺、動覺和想像的連結，並打開感官覺察，把美的感受逐漸內化在自己的身上。

薛欣宜

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案視點學校教師

每週一次的午後相遇

下午一點半午休後的課程，孩子們總是需要與沉重的眼皮對抗，課程開始時，身體還是處於稍有些緊繃的狀態，精神也還是不太集中。前十分鐘，孩子們總是難以專注於課堂上教師所要求的部分，剛好利用這段時間，藉由活動筋骨來喚醒身體的感知，藉由音樂的聆聽幫助其專心進入課程。

王子與公主的角色扮演

這門課是芭蕾基礎課程，芭蕾舞給人的第一印象總是優美的形象、氣質的展現。芭蕾舞對表演者的身體訓練來說，除了是一種循序漸進的系統練習之外，芭蕾的舞蹈美感也可以經由內化培養出自身的優美內涵。這門課的身體芭蕾動作學習，強調的是動作質感的累積，學生須更精確地掌握到細膩的身體肌肉運用，並達到不同質感的展現。

教師用身體示範和日常動作的經驗做分析，藉著音樂樂句之間的想像做動作質感的轉化，試圖連結芭蕾動作技巧的身體運用。因學生接觸芭蕾舞的學習課程時間並不長，對於教師各個層面的要求需要花許多時間理解；未來動作組合的設計可以更精簡、強調訓練的目的性，並多加反覆練習。培養學生思考每一個動作訓練所強化的肌肉與身體展現的連結性，引導學生思考如何更細緻地運用自己的身體去達到力量、節奏、空間運用等綜合性的整體表現。

由內而外的美感展現

身體會有記憶，芭蕾舞學習的身體經驗能夠連結到美感體驗，芭蕾舞肢體動作的延展帶來身體線條的美感展現，用身體直接去體驗與覺察從裡而外的美。感受是直覺的、誠實的，自然流露出的愉悅感，而每一次的嘗試、每一次的小小突破，證明自己的舞動能力與表現上的信心都是美感經驗的收獲。

在學習芭蕾舞的過程中，感受到身體的存在，了解身體的構造與肌肉運動的方式，開啓身體的想像空間與美感；透過音樂的聆聽、舞動過程中的想像，啟發學生對於聽覺、動覺和想像的連結，並打開感官覺察，把美的感受逐漸內化在自己的身上。

發現與反思

兩節課九十分鐘，一週也只有這一堂芭蕾舞課，總是希望進度可以有所推進。在課程的設計與操作上，以及口語表達的速度，自己皆需再做調整，往往爲了爭取多一些時間做練習，卻忽略了講述過程中需照顧到整個空間。再來就是動作組合應再簡化，動作的重覆性再高一些，讓學生能夠累積多一點的身體記憶。在樂曲的節奏速度方面，則可以再找速度慢一點的曲子，讓音樂與肢體動作的搭配，藉著動作展現的過程中，循序漸進地培養美感的表達。

動作示範的空間可以再多方運用，讓所有學生可以更清楚觀看到教師的肢體動作展現。對於調整學生的姿勢，教師與學生的肢體觸碰也許可以增加關注感，言語上的鼓勵更是可以提升自信與成就感的關鍵。



薛欣宜老師用身體示範芭蕾舞動作。



薛欣宜老師透過肢體觸碰，調整學生的舞蹈動作。

關於美

我想說的是……

◎國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系中三乙班



美有很多種

像是學校裡花園的花朵就很美

天空的雲也很美

在練功時人的肢體表現也很美

揮灑的汗水也很美

但是我覺得最美的就是人活著時的每一次呼吸跟心跳

—徐浚倫—

美是可以來形容人、事、物的一些形容詞，我們在做肢體上的舞蹈動作的一些細節也可以說很美，就像蹦腳背、腿伸直、身體柔軟。

—錢佳媛—

其實美有分很多種，有內心的美，當然也會有外在的美。有些人覺得一個小孩子包著尿布在家裡跑來跑去是美，有些人覺得是一種不尊重他人的行為；有些人覺得一隻蝴蝶慢慢地飛到花上是一種美，也有些人覺得這不就只是蝴蝶累了到花上休息而已。能夠獲得大家的認同覺得是美的東西應該不會太多吧！

就像是倒立，幾十年前大家覺得腰與腿成一個L型才是美，到了現在，大家覺得腰跟腿成一個L型不是美，腰跟腿都是一直線才是美。我相信一個美到最後都很可能會被修改的，只是時間問題而已。

—林垣志—

美是什麼？

其實在大部分人的認知都是長相跟身材的美，
可並不是這樣，
美可以有很多很多種，
我覺得最美的是我們認真的時候，
那種在一起的時光最美，
把自己的故事用肢體發揮呈現，
讓舞臺更真實，更像一個故事。

—陳郁婷—

美有很多種，有些是肢體上的，有些是書畫上的。我們現在正在學習的是肢體上的美。其實不論是哪一種美，對我來說，只要是觀眾看來很美的物品就是美。

—林宜萱—

美是一種美學。

美的定義不在於外表的美醜、而是在於內在的好壞，但是如果是表演時，美醜的定義又是不同的，表演時是看膝蓋和腳背的美，還有演出時的故事背景，表演時臺下觀眾不會以一個人的美醜來定義一個表演者。

—林芷琦—

我覺得美是一種感覺，每個人對美的感覺都不同，像是大自然也是一種，當你起床第一眼看到太陽出來就會感覺很舒服。我覺得我們練的表演不是只是要看起來很厲害而已，而且還要讓觀眾看起來很舒服。雖然美有很多種講法，但是我覺得看起來很有感覺就是美。

—倪華恩—

看起來很漂亮的東西，讓人看起來覺得很輕鬆的東西、或是看起來很舒服的東西都是美。每件物品都有屬於它自己的美感，每個人對於美都有不同看法，我覺得用身體延展的心情是很美的。

—呂柏毅—

美的定義很多種，我們想的美可能有舞蹈、有武術、有特技、有雜技，美可能是眼睛看到的、也有可能是心感受到的，畫畫也是一種美。我對美的感覺是心裡美，而不是什麼事都覺得好看就是美，心是美的、做出來的就是美的。

—鄭福蒼—

對我來說，美是一種會讓人看起來很舒服很滿意很想跟那個人一樣的感覺，就像是我很喜歡看夕陽西下，我就會覺得很美很漂亮，這對我來說就是一種美。

—莊維安—

其實每個人對美的感受不一樣，心裡覺得舒服，看了會喜歡就叫做美，全憑心裡的感覺，不只是對畫，對其他事物也一樣，每件物品都有屬於它自己的美感，要自己去找尋自己的美感。

—章柔安—

我覺得美是一個有時候在、有時候不在的東西。有時候它會在人的體內或身體表現出來，在地球上也會出現，像彩虹就是一種美、四季也是一種美、芭蕾舞也是美，我們身邊其實有很多美，只是我們沒發現。搭飛機是一種美，但有些人可能沒機會、或者因為害怕恐懼而從未搭過飛機，這就是某些人沒辦法體會的、看見的、欣賞的，所以我們應該試著克服恐懼去嘗試不同的東西，可能會因為克服了這些東西而看見其他的美。

—許宇群—

我覺得美就是一個人的內在善不善良、對人如何。外在的美也是一種美，只不過不能光靠外在，假如一個人的外表很漂亮，但是內心很醜陋，也會不受人歡迎。有一句話說到：世界上不是缺少美而是缺少發現。所以不論一個人外表如何，發現他的內在也是很重要的。

—王 晨—

我覺得美沒有一定的定律，每個人的審美觀都不同，美有很多種，有外觀、也有內在的美，美可以用在表演上、畫作上、音樂上，還有人的外貌。

—郭竣宇—

美有很多種！

但不一定這個人認為美的東西，另一個人就會覺得很美，每個人的觀感不同，認定的東西也不同。這世上的東西很多，說不定每個東西都有每個東西的美，只是你沒有去發覺而已。

—汪亭絹—

我覺得美沒有一定，每個人審美觀不同，我認為美有很多方式，例如自然美，或是藝術的美，甚至是外表或是內在的美，重要的是，只要你覺得美，那就是美。

—黃 鎰—

最好能追溯美的簡要發展，以及中外知名理論家對美的論述的發展變遷史。

從不同的角度來看美，都會有不同的美。每個人可以欣賞同樣事物不同的美，同一幅蒙娜麗莎，有人看到哀傷，有人看到快樂。

—黃瑄蕾—

我認為美分為無形物之美和有形物之美。無形物之美：（1）心靈之美；（2）制度之美；（3）知識之美。有形物之美：（1）藝術之美；（2）人體美；（3）自然景物。

每個人的定義都不同，所以我們不應該去否定誰！每個人都有他獨特的美，只是你懂不懂欣賞他人！

—劉懿萱—

美，一般指「某一事物引起人們愉悅情感的一種屬性」，只是各個時代或者民族對於美的定義是不同的，為什麼同樣一件作品或一個對象，有的人會有相同的感受？但卻又有人的感受完全不同？「美」是一種主觀的存在，它不存在於事物本身中，而完全在於人怎樣感受。美的定義真的很難下定論。

—錢佳榆—

「美」是一種主觀意識，只要你喜歡的都是美麗的、你不喜歡的何必在乎它美不美。美，沒有一定的定義，每個人對美的感受也不一定相同。

—鍾佳穎—

臺北市立景興國民中學

「技藝養成」除了基本的技術練習，對於自身身體與聲音的理解和欣賞、對於生活與生命的體會和感受，更是不可或缺的一環。體能技術與人文素養的結合方能展現出成熟具美感的技藝。

在與景興國中的合作中，我們邀請了教授音樂的張巧燕老師參與計畫，於2017年總共進行了七個場次的觀課。

張巧燕老師主要以達克羅士音樂教學法進行教學，達克羅士音樂教學法主張讓學習者透過身體律動來學習音樂元素，是一種同時具有身體與聲音美感體驗的教學方法。以達克羅士音樂教學法為主軸，張巧燕老師在其音樂課程中融入不同的主題，例如手語歌教學、性別平等議題、詩歌朗誦等等。



讓音樂動起來

國中音樂課不只是坐著唱唱歌曲、吹吹直笛，也可以動一動、跳一跳，將古典音樂用身體表達出來……

張巧燕

臺北市立景興國民中學教師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案視點學校教師

前言：國中音樂該如何上？

筆者觀察一般的國中音樂老師在上課時，受限於學校硬體設備不足以及教學場地不足的關係，大多只能在教室做靜態的教學。靜態的教學，指的是如歌曲的練唱、直笛的吹奏、樂曲的欣賞、樂理的學習等等，學生坐在固定的座位上，以手、眼、心來學習音樂的認知、技能與情意。

但若回溯學生們在小學時期的音樂學習，大部分的小學老師會在學生一、二年級時，以律動的活動方式來引導孩子們對音樂的體驗，希冀孩子們能透過身體動能的學習，展現對於音樂裡節奏或旋律的深刻感受。不過，到小學三年級以後，很多老師的音樂課，漸漸地從動態學習變成了靜態學習。筆者不否認很多時候音樂的學習，坐著學可能會比較方便些。例如樂理的認知，需要有一些筆記的抄寫；音樂的欣賞，可能坐著聽比較舒服；直笛的吹奏，也許坐著比較不會手忙腳亂。不過上述這些音樂的學習，依筆者的經驗，有時候站著學、動起來學，可能要比坐著學來得讓學生記憶深刻一些。

人的身體裡原本就存在著律動感，脈搏的跳動、血液的流動，讓人類的肢體在音符的引導之下，能夠很自然地感受節拍、快慢、與流動其中的情感。如果我們在上音樂課時，能夠教導學生藉由身體的經驗，來記憶作曲家透過節奏、旋律所傳達的情感，那樣的體會是會讓學生感受很深刻且不容易忘記的。

筆者很幸運地在教書第三年接觸了一種音樂教學法：「達克羅士教學法」，由於筆者不是師範體系畢業，在剛開始教書時也還沒去修教育學分，當時是以試用教師的身分進入教育環境裡，

所以對各類教學法完全不熟知。開始認識「達克羅士教學法」時，覺得學音樂變得很有趣又好玩，和成長時期學習音樂的方法完全不一樣。最重要的是，這是一個很有效的教學法，當筆者真正開始使用「達克羅士教學法」在音樂教學上，才發現這教學法真的幫了學生很大的忙，而且經由這樣的教學法，筆者發現學生不僅學得有趣、有效，當老師的也教得很快樂！

爲什麼「達克羅士教學法」會是一個有效的教學法呢？爲什麼它會讓音樂課的學習變得有趣、好玩呢？答案就是，它是一種「動起來」的學習方法。它是一邊動、一邊學節奏的；它是一邊動、一邊欣賞音樂的；它是一邊動、一邊體驗旋律的。所以學生不會是坐著學音樂，而是用身體的體驗來學習音樂、感受音樂、記憶音樂，因此上課的氣氛多了趣味、多了好玩、多了更用心的體會。

但是國中階段屬於青春正狂飆、賀爾蒙分泌正旺盛的時期，學生很愛和老師唱反調。要他們唱歌，他們要聽音樂；要他們聽音樂，他們要吹直笛；要他們吹直笛，他們要唱歌。若要國中生在上課時能「動起來」，的確是有一些困難度，如果小學三年級以後音樂課的學習都是屬於靜態的學習，那學生就容易習慣於這樣的學習模式，而比較不容易「動起來」。

筆者花了約十年的時間，一邊重新學習達克羅士教學法，一邊慢慢地在國中生身上實驗。從沒有地板教室，到學校其他音樂老師都認同這套教學法，紛紛一起研究並使用在其教學上，很幸運地，我們看到學生的音樂能力增強了、音樂的展現能力提高了、音樂的鑑賞力也更深刻了。而由學生給老師們的回饋中，也透露出他們因爲這「動起來」的音樂學習方式，讓自己的音樂素



如果給孩子機會、為孩子引導，中學生一樣能夠以身體的經驗，去與音樂有更深刻的結合。

(照片來源：張巧燕)

養能力大大地提升，學生也覺得音樂課變好玩了。

更神奇的是，讓音樂老師頭痛的教室秩序管理問題，透過達克羅士音樂教學法也能得到有效的解決。因為一旦能讓學生專注於音樂活動上，他們就沒有時間去做其他的事了，除非音樂不夠吸引學生。筆者在用這套教學法授課時，常常提醒學生：「老師要告訴你的事情都在音樂中，請注意聽音樂。」慢慢地學生非常習慣專注在音樂上，因為音樂裡要傳達的語言實在是太多了，他們必須專注在聆聽音樂上，才能準確地配合音樂的節拍，將音樂用身體表達出來。

當孩子們習慣用身體的知覺去感受音樂，他在聽音樂時所有的感官會瞬間打開，因為來自於體內的脈動會一直提醒身體的知覺去動起來。小學時期的孩子，會比較容易自然地用身體表現；但是中學時期的孩子，如果給他們機會、為他們引導，經由實務經驗證明，他們一樣能夠以身體的經驗，去與音樂有更深刻的結合及體驗。

有效的教學法：達克羅士教學法

「達克羅士音樂節奏教學法」(Dalcroze Eurhythmics) 為世界三大音樂教學法之一（另二種為奧福及高大宜），且為其中歷史最悠久者。其特色為教授者以鋼琴即興（在鋼琴上即席創作）方式教學，而學生則以身體律動來體驗之。

達克羅士節奏教學法（Dalcroze Eurhythmics）是瑞士集音樂家、教育家、作曲家、指揮家、聲樂家及詩人於一身的艾彌爾·傑克－達克羅士博士（Dr. Emile Jaques-Dalcroze, 1865-1950）早在1905年間所創。

達克羅士博士本著「以身體經驗形成音樂意識」為實驗基礎，對人類天賦的自然樂器——歌喉（聲音）與身體給予音樂基礎訓練，訓練學生的歌喉或身體成爲一個充滿表達力的樂器，並讓知性（理論）與身體實際結合體驗後，作爲日後更進一步的創作（即興）能力的準備，以及提升將來在音樂、舞蹈與戲劇的表演能力。達克羅士教學法在瑞士日內瓦市的日內瓦音樂院實驗成功並正式公諸於世。

達克羅士教學法與其他音樂教學法不同之處，在於它用生動、立體的方法（非僅紙上作業）來作基本音樂要素的訓練，使得學生們具有完整的音樂理念及身體經驗，此透過身體經驗的學習方式，不僅可以幫助了解自己，並經由建立信心而達到開創自我的境地。此外，更在平常的課程中，涵蓋了多元化的肌肉覺、視覺、觸覺等知覺與聽覺的整體統合，訓練學生如何使用高度的專注力、判斷力、記憶力，以及瞬間反應、肢體統合能力。由於不論任何樂器的演奏，都需透過肢體將心裡所想的呈現出來，因此肢體與意識想法的統合更是重要。所以學習達克羅士的學生們不僅在音樂上具有清晰的思考能力和鮮活的想像力，可無限拓展其創造力，更能培養自信、主動、機智、堅強與合群的領袖氣質之人格。

達克羅士的音樂節奏教學法利用遊戲方式的設計，幫助各種年齡層的學生發展迅捷敏銳且精準的：耳（聆聽）、頭腦（分



達克羅士教學法用生動、立體的方法來作基本音樂要素的訓練。



張巧燕老師引導學生以手勢的高低來表現樂曲的旋律。圖為2017年12月6日張巧燕老師於國立臺灣戲曲學院進行的教學觀摩活動。

析)、身體四肢(根據其音樂體驗來傳達其要素)及其銜接能力。因此,在達克羅士所有的練習中,音樂本身是主導者,而教師只是扮演教練的角色。

(上述文字節錄自社團法人台灣國際達克羅士音樂節奏研究學會網站之「達克羅士教學法簡介」,謝鴻鳴撰文。)

回饋與省思：老師今天要玩什麼呀？

筆者運用達克羅士教學法於國中音樂課程上,已超過十年的時間。從開始只是以鋼琴即興的方式,讓學生開發其聽覺能力並由肢體表達音樂的語彙;到以教學單元為課程設計的教案方式,經由教學經驗的累積,更加證明達克羅士音樂教學法運用在國中音樂教學上之有效處。

運用了達克羅士音樂教學法於國中音樂課程教學之後,學生到音樂教室上課時,最常問筆者的問題就是,「老師,今天要玩什麼?」雖然,常常在上課時告訴學生,「老師沒有在和你們玩遊戲喔!老師是在和你們快樂地上課喔!」卻發現學生在上課時的確是認真在玩著音樂的遊戲。每週一堂或兩堂的音樂遊戲課玩一學期下來,到期末時,學生們自己也都發現他們的音樂基本能力,在玩音樂當中竟然進步不少。在期末學生填寫課程檢討回饋表中,認為達克羅士音樂教學法(筆者在對國中生教學時,將名稱改為節奏術語教學)對自己音樂能力有幫助的學生,高達百分之八十三。認為上音樂課很快樂的學生,比例亦超過百分之八十。

更令筆者感動的是,當放完寒暑假回來,學生的音樂能力並

沒有還原歸零（沒有使用達克羅士教學法之前都會歸零），很容易就可以喚醒學生們的記憶，因為他們的身體已經幫他們牢牢記憶曾經走過的音樂歷程了。

上音樂課應該是一件很快樂的事情，可是若去問很多國中生，他們可能會跟你搖搖頭，因為音樂裡的學習其實也有很嚴肅與嚴謹的地方，而絕大部分的音樂老師之所以能成為音樂老師，大多都是在嚴謹又嚴肅的音樂環境中苦學而終能修得正果。因此，看看現在的國中生，每天手拿手機聽音樂或耳戴耳機聽音樂，明明看起來很愛音樂，卻為什麼不認真上音樂課呢？因為國中生們很清楚，聽音樂跟上音樂課是非常不一樣的。光是認識豆芽菜與看懂節奏，就會澆熄他們學音樂的熱情了（如果使用傳統式教學法的話）。而對音樂老師而言，專任的音樂老師通常要任教很多班級，班級數常高達二十班以上。一年要和超過七百位學生一週相處四十五或九十分鐘，來培養他們的音樂能力，常常會弄得兩敗俱傷，老師的教書情緒也是常常備受折磨。

筆者在使用達克羅士音樂教學法的教學理論去設計教案之後，曾經有的教學低潮都慢慢化解開來。雖然需要多花一點時間去分析樂曲內容、設計教學流程，但是一上起課來，就好像是帶著一群學生一起在音樂遊戲中動了一整堂課，時間不知不覺就過去了，常常當下課鐘聲響起，會聽到學生們驚呼，「怎麼這麼快就下課了？」而在這「動起來」的時間，所要傳授給學生們的音樂技能，在不落痕跡之間就讓學生吸收進去了。

如果音樂老師教得快樂，學生一定也能學得快樂。透過這樣有效的音樂教學法，讓老師能快樂教學，讓學生能快樂學習。達克羅士音樂教學法最注重學習者的立即反應與內在脈動，因為這

兩個項目的學習，最能提升學習者的專注力與觀察力。若這兩項能力被大大地開發與提升，相信在其他學科的學習上也有非常大的助力。

筆者在使用達克羅士音樂教學法於國中音樂課程十年餘的時間，深深覺得獲益良多。期待有更多的音樂老師也能認識、運用這樣的教學法於課程設計中，俾能使教學成效收益更大，使學習者獲益更多！



張巧燕老師帶領參與工作坊的教師親身體驗達克羅士教學法。圖為2017年7月1日「表演藝術之美：教師增能工作坊」。

音樂教學實驗資料

「1」在哪裡？

教學對象	國中八年級	使用音樂	即興 〈牛仔很忙〉（周杰倫）
實施時間	開學第一週	教案名稱	「1」在哪裡？
所需節數	1節課	教學媒體	CD播放器、鋼琴
教學目標	讓學生以身體經驗來感受不同拍號的音樂所呈現的不同風格，進而練習創造出自己喜歡的風格的樂曲。		
教學內容			時間
一、模仿老師：先請學生圍一個大圈，面對面，讓彼此都可以看得到彼此，模仿老師所做的動作。（提高學生注意力）			2分鐘
二、模仿同學：延續上一個活動，先從老師開始，老師做完一個動作之後，眼睛看向斜對角的A同學，A同學接著發明新動作，其他的同學發現新動作之後就跟著模仿，而A同學再看向斜對角的B同學，B同學就必須發明新的動作讓其他同學來模仿，依此類推。盡量不要用叫同學名字的方式，讓同學互相觀察彼此。（提高學生注意力）			3分鐘
三、中斷節奏卡農：仍然保持一個大圓圈，老師也在大圓圈裡。老師拍出一小節四拍的節奏，同學模仿老師拍出節奏；老師再拍出下一小節的節奏，同學再模仿老師的節奏，依此類推。（複習七年級所學過的節奏型並訓練學生的專注力及聽力）			3分鐘
四、連續節奏卡農：學生仍然是在老師拍完四拍的節奏之後，模仿拍出老師的節奏。但是這次老師不停頓，持續不斷拍出下一小節的節奏型，學生必須一邊模仿拍出老師的節奏，一邊聽著老師所拍出的新節奏。老師可以使用節奏樂器拍奏，好讓學生比較容易聽出節奏的改變。（訓練學生的專注力及聽力）			5分鐘

教學內容	時間
<p>五、節奏創作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 仍然保持一個大圓圈，老師也在大圓圈裡。老師先拍出四拍的節奏，請同學拍出這四拍的節奏後，反覆拍打不停頓。待學生的速度穩定之後，老師再拍出新的四拍節奏，學生必須看著老師拍新節奏，但仍然持續拍著原來的節奏，直到老師說「預·備·請·變」時，再換成拍新節奏。 2. 學生持續拍著新節奏，老師開始在大圓圈之內走動，待學生速度穩定之後，老師停在A同學面前對他說，「請拍新節奏」，這時A同學可以先思考一下，之後再開始拍出自創的四拍新節奏。A同學必須持續不斷地拍奏新節奏，其他同學則是看著A同學，但拍著舊節奏，直到老師說「預·備·請·變」後，所有的同學再改拍A同學的節奏。老師繼續在圓圈內走動，待學生拍奏速度穩定後，再向B同學說，「請拍新節奏」，依此類推。（訓練學生的創造力及穩定性） 	6分鐘
<p>六、「1」在哪裡？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 仍然保持一個大圓圈，老師依自己所定的速度開始數出拍子1、2、3、4，學生則在老師數到「1」時拍手，老師可以4拍、3拍、2拍輪流數，讓學生努力去拍出正確的「1」的位置。 2. 學生在音樂教室裡走出老師所設定的速度，當老師數到「1」時，學生則拍一下，老師可以4拍、3拍、2拍不斷改變拍號，讓學生努力去拍出正確的「1」的位置。 3. 學生在音樂教室裡走出老師所設定的速度，當老師數到「1」時，學生則用整個手掌（最好不要用一根手指）指出音樂教室裡的某一個物件，例如燈具、電扇、窗戶、鋼琴、椅子、櫃子、黑板等等，老師可以4拍、3拍、2拍不斷改變拍號，讓學生努力去指出正確的「1」的位置。（當學生指出物件的同時，眼睛要看向手的方向，身體也盡量向手的方向延伸） 	20分鐘

教學內容	時間
<p>4.學生在音樂教室裡走出老師所設定的速度，當老師數到「1」時，學生則用兩隻手的手掌分別指出音樂教室裡的兩個物件，例如燈具、電扇、窗戶、鋼琴、椅子、櫃子、黑板等等，這次可以指向老師及同學，手掌指出去的同時，眼睛要選一隻手的方向看去。老師可以4拍、3拍、2拍不斷改變拍號，讓學生努力去指出正確的「1」的位置。</p> <p>5.請學生就所站的位置原地坐下來，老師坐在鋼琴前面即興彈奏旋律，請學生在他們覺得是「1」的地方輕輕在大腿上拍出來。老師可以4拍、3拍、2拍不斷改變拍號，讓學生努力去拍出正確的「1」的位置。</p> <p>6.請學生站起來，依著老師所彈奏的速度，在音樂教室裡隨意走動。當學生聽到是「1」的地方，則以雙手指向兩個不同的方向。</p> <p>7.老師播放周杰倫的〈牛仔很忙〉（四拍的樂曲），學生在前奏的地方走出基本拍，當人聲出來時，學生必須指出「1」在哪裡。</p> <p>8.先進行樂曲的A段即可，會發現有的學生聽出4拍、有的學生聽成2拍。可由老師示範、學生觀看，4拍和2拍的動作搭配上樂曲的感覺，並分析樂句與重音的關係後，讓學生做討論。再播放一次音樂，A段的第一句請學生都做4拍的動作；A段的第二句請學生都做2拍的動作。完成A段後再和學生討論，確立此曲為4拍的樂曲。</p> <p>9.再配合一次樂曲正確地指出「1」在哪裡，並請學生在「1」的地方，加上喜怒哀樂的表情。</p> <p>七、挑戰貝多芬：請學生原地坐下，隨著老師的彈奏以唱名唱出〈歡樂頌〉的A段樂曲。在唱的同時，雙手在大腿上輕輕點出第1拍。將樂曲改唱成2拍及3拍，讓學生體驗不同拍號所造成的樂曲風味。</p>	<p>5分鐘</p>

<p>延伸教學</p>	<p>「1」在哪裡？</p> <p>以上之教學內容將繼續在三堂音樂課中成為一個暖身活動，以不同曲風、不同拍號的音樂，讓學生藉由身體的感覺與經驗，去找出樂曲的拍號。肢體的動作亦可以做不同的變化，惟須配合國中生的心智年齡來設計。</p> <p>挑戰貝多芬</p> <p>八年級的課程主軸為「分組樂曲創作」，下一堂課將從改寫〈歡樂頌〉開始進入自創樂曲的學習。學習內容將有改寫樂段、改拍號、改節奏等等，在每一堂音樂課安排十五分鐘的創作練習，之後分組創作一首歌曲。每一組學生都必須分工負責作詞作曲，學期末分組演唱自己的創作作品。</p>
<p>教案設計分析</p>	<p>本教案運用了達克羅士教學法裡立即反應的教學技巧，透過遊戲式的學習，運用模仿、卡農、即興等引導的方式，讓八年級學生在開學的第一週，可以在輕鬆的氣氛之下，將上學期老師所教過的音樂知識，藉由身體的記憶慢慢地回憶起來，再進入老師新學期所要傳授的新內容裡。</p>

關於美

我想說的是……

◎臺北市立景興國民中學九年七班



「美，就是我說了算。」這是干利休大師所說的一句話。
我覺得許多事物都是美的源頭，美藏在細節裡。

—楊其恩—

到處都有美感。
美感是在一個下雨天，沒有帶雨傘時，有人拿出傘借你。
美感是當你傷心、難過時，朋友都來安慰你。
美感是自己一個人安安靜靜地獨自在一家咖啡店裡，聞著咖啡香，喝著咖啡。
美感是看到一幅很美的風景。

—黃姿菱—

我認為有時候美感是不需要語言來傳達的，偶爾在生活當中都會遇到，像是大家都說臺灣充滿人情味，當人們互相交流、幫助的過程，這種傳達愛的方式，不單單只是傳達愛的方法，那是一種很美的畫面，也就是生活中的美感。

—周庭榆—

我認為每個人所認為的「美」的定義都不大一樣，而我認為美不一定要用什麼工具才能表現，在生活上也到處存在著美。
像之前搭公車時，我看見幾個高中生要上車，但這時，有個老奶奶提著大包小包的雜物從車上下來，那群高中生馬上停止他們的話題，馬上幫那名奶奶提東西且慢慢扶她下車。雖然這和藝術的表現沒什麼太大的關聯，但我認為這就是生活中的美。

—涂馨予—

美感可能是一個肢體動作、一個東西的樣子或是顏色的搭配。

—葉明豪—

生活中的美感處處可見，只是每個人的定義不太一樣而已。

—陳姿妤—

生活中就有許多美感，不同的東西結合在一起就有它的美感。

—鄭雅云—

美感就是一種個人的主觀意識，每個人對於美的感受都不一樣。美感也有一個大範圍普遍的感受。一個人對美的感受可以從一個人的衣著打扮、家中的擺設以及一個人的行為舉止。從這些點可以看出一個人對美的感受。

—盛 瑤—

我覺得生活中需要美感，因為在生活中，「美」豐富了我們的周圍，而且生活中的美處處可見，美感對我而言，可以是路邊的一朵花，也可以是天上的浮雲，更可以是人事物。

我認為美感是因人而異，不須要強迫他人的美感與誰一致，因為美感是主觀的。

—黃昱豪—

美感就是從一個物體中看到美的地方。

—蘇駿凱—

生活中處處都可以看到「美」，不論是美勞教室的布置還是走廊上的教室布置，甚至有時也可用「聽」的，例如下課時學校播的音樂。

雖然每個人對於美感的定義、感覺都不一樣，但只要有用心去感受一定可以找到生活中的「美」。

—黃孟蘋—

無論是表演藝術、視覺藝術或是聽覺藝術都有各自的美感，讓人有各種感觸投射在內心。

—林柏全—

對我來說美感是運用創造力創造出來的。

—林宏杰—

美感就是可以讓人覺得心靈很舒暢、會想一再重複的事物，而不會令人覺得厭倦的東西，並且會在心裡一再出現的東西。不知不覺就會出現，明明沒有卻可以聽到，有如黃河之水源源不絕，又如長江之水一發不可收拾。

—黃梓育—

我認為美感就是很多定義，任何事物都有他（它）的美感，人也不例外。美感可以讓人覺得很舒服、很舒暢、很紓壓等多種感覺。美感處處都有、無所不在。

—陳冠綸—

我覺得生活中不管看到、聽到、感覺到的，只要能讓人心中有愉悅的感受，都算美感吧！

— 盧曉書 —

我覺得美感就是自在、輕鬆，因為放輕鬆，看任何事物都是美的。

— 陳 曦 —

用你的心去感受一件事，感覺到它的美，才是美感。

— 潘柏均 —

美感是讓人有舒服的感覺，且很多人喜愛，大家都非常欣賞。

— 邱鈺茜 —

只要是看了會愉悅或是舒服的，都算是美感。

— 王遠馨 —

美感是一種給人歡愉、放鬆的感覺，為一種主觀的感受。

— 陳 昕 —

我認為美感是指一切事物好的一面，而美感是主觀而非客觀的。

— 陳戎義 —

只要你認為是美的，那就是「美感」。

— 葉維瑜 —

我覺得美感是發自內心喜歡的人事物。

—高偉恩—

美感這種東西只要自己喜歡就好，不用勉強自己和其他人一樣！

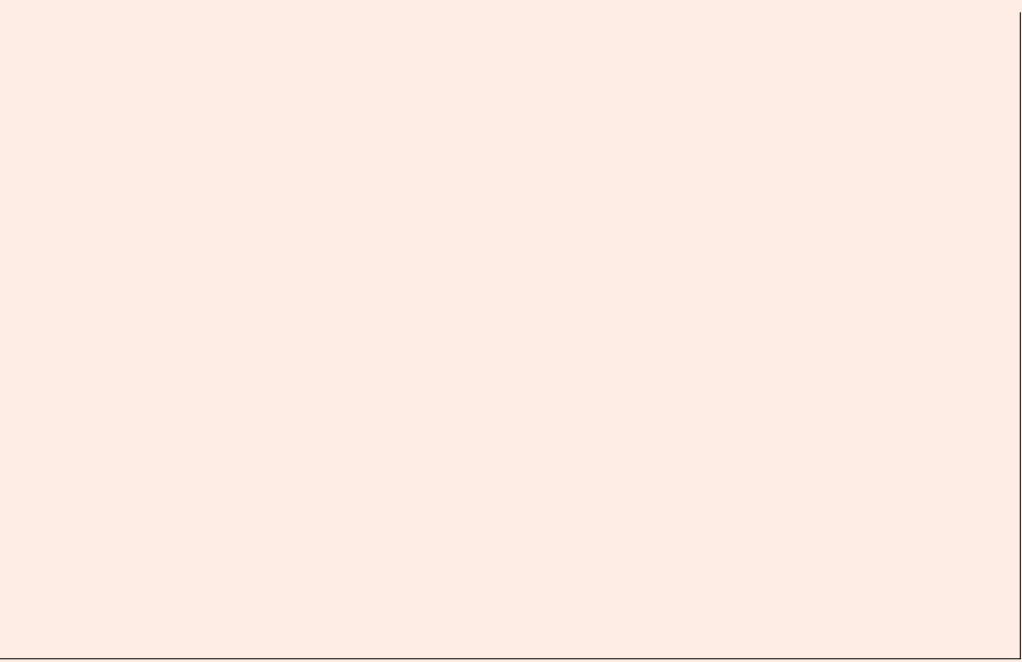
—江亮許—

我覺得美感是一種主觀認定，凡事都需要美感。

—林士淵—



陪伴圈團隊之所思



教學者作為重要的他者

教師可以是一個職業的代名詞，專職學科知識的講授；但是，他們也可以是一個志業的統稱，肩負起生活知識和生命經驗的傳承。

王筑筠

國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所課程協作教師
亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案陪伴圈團隊

幸運地能以不同身分參與國家教育研究院「亞太地區美感教育研究室」所主持的美感教育研究案「子計畫二：聲音與身體課程實驗方案」。第一階段，與三位幼兒園教師和五位國小教師的合作，開始是以專任研究助理的身分協助實驗課程執行；在現階段計畫，則是加入子計畫二的陪伴圈，進入三間進行實驗課程的種籽學校。在三間各具有不同特色的「教」「學」場域，透過以身體和聲音為核心所設計之美感課程活動，我得以有機會從發散觀察開始轉為聚焦分析美感教育元素、美感教育目標和「教」「師」間的關係，並更進一步思索教師身為學習引導者，可以如何針對不同能力的學習者，無論是身處特殊教育系統、專業技能養成或是在一般教育環境，提供「量身」設計的學習活動，讓學習者的個體性能力或個人特色可以被自己所重視和被他人所看見。

進入臺北市立啟明學校，第一眼看到兩側布告欄展示著學生的畫作，真的有些驚訝！因為無法想像充滿鮮豔用色跟躍動線條的創作者會是視覺障礙學生的作品。

視覺是我們獲取外界經驗、累積知識的重要管道，所以其他感官經驗很容易就被忽視。在啟明學校這樣一個特殊的學習環境，為加強視覺感官經驗的體驗和累積，我們觀察到硬體設備、校園環境、課室設計或在教具的使用上都非常完善地提供輔助學習的機會。這次入班觀課的對象分別為幼兒園學生和高職部表演藝術班學生，幼兒園是非視障與視障學生的共同學習場域，非視障生多為家中已有兄弟姐妹就讀於啟明學校的學生，簡淑娥老師提及家中如有視覺障礙的孩童，家長會希望其他的孩子也進入啟明學校幼兒園，透過身處特殊的學習環境，多了解視障生的生活需求和了解如何提供他們多元協助。

從幼兒園李靜雯老師和簡淑娥老師的課程設計和教學引導可以看出她們的教學理念和對孩子的關注。舉例來說，在教室座位位置的搭配，兩位老師會根據學生的視力狀態調整座位，讓孩子盡量不因視覺障礙影響學習。課後的會談雖然會對視障學生需要何種基本生活能力，以及如何設計可以從學生現有狀態引導他們發展更多個人天賦兩個議題進行討論，但是因為幼兒園中也有視力正常的孩子，我們更在意的是，如何讓所有的孩子可以藉由共學活動達到共好狀態。因為身處在多元起點的團體中，身為教學者的我們可以如何將差異化學習效益提升到最大，在學習活動中，所有孩子都是中心，而不是因為能力差異讓少數學生的學習機會被忽略。

不知道是不是因為視覺受限的因素，啓明學生上課時，他們都是非常安靜地坐在自己的位子上，像是坐在一個畫上線的空間內。我在想，如果可以在學習空間中建立他們「心」安的活動環境，也許他們能逐漸建立勇於嘗試探索肢體的信心。

透過教育我們想要給予學習者什麼？我們希望學習者透過學習養成豐富多元的知識？還是帶得走的能力？啓明學校兩位幼兒園教師對於學生的關懷和用心在課堂中顯而易見，無庸置疑地，兩位老師也主動嘗試帶入陪伴圈夥伴的建議。例如，在課程活動中加入肢體活動或帶入互動遊戲，這樣的改變除了提高學生的注意力狀態，也讓學生在不同感官活動中加深學習內容。

過度依賴視覺的習慣降低了我們對於其他感官的敏感度，類似的現象也對視障生或多或少有些影響。發現如果過於仰賴特定習慣或是因為安全考量減少移動次數，身體對於空間的信任感將會降低，或是肢體的移動也會因為身體經驗不足而逐漸失去願意



臺北市立啓明學校幼兒園包含了視障生與非視障生，因此如何讓所有孩子能夠藉由共學達到共好，成為教學者的一大課題。



李靜雯老師在課程中加入互動遊戲。

嘗試的勇氣。所以在課程討論中，我們也曾針對如何在現有豐富的教學設計中，在不破壞學生於空間中的觸覺習慣，加強學生不同感官經驗的探索以形塑新知識與連結舊經驗。希望可以進一步探究，如何透過建立安全的空間探索環境，讓視障學生可以透過不同方式建立空間感和自信感。

對於教師而言，差異化教學是基本教學能力，「如何透過活動設計讓課堂中所有的學生都可以依據自己的能力學習」，我想是每一位老師的心聲。

在啓明學校高職部表演藝術班的教學活動中，可以看到林玟君老師差異化教學活動設計的用心。小班課程中每位同學的障別與程度不同，課程活動的設計分為團體活動和專業練習。針對前者，玟君老師是從該堂課的學習目標設計累進式活動，也就是從預期的成果依序設計學習活動，藉由化整為零的建構式學習活動累積學生能力。舉例來說，節奏練習是從固定基本拍練習連結到兩小節的節奏，最後再延伸為運用杯子打擊桌面的練習。這樣的設計讓不同能力的學生可以在練習中累積個人經驗，也透過群體共同練習單一節奏和團體合奏累積個人自信。

在傳統舞蹈技藝養成中，教師扮演的角色是什麼？一般來說，傳統藝術技藝的傳承多為師徒制。在傳授技藝的過程中，老藝師不只教授技藝，也會提點為人處事準則。這種透過藝術的人格教育，是否能持續進行或是在一般學科學習中發生？

戲曲學院的技藝訓練，因為藝術技藝的特殊性和個人能力差異，其教育體制的特殊性無法在此簡單敘之。但是透過進入民俗技藝學系（原綜藝舞蹈科，於2007年改制）觀察和課後討論，了



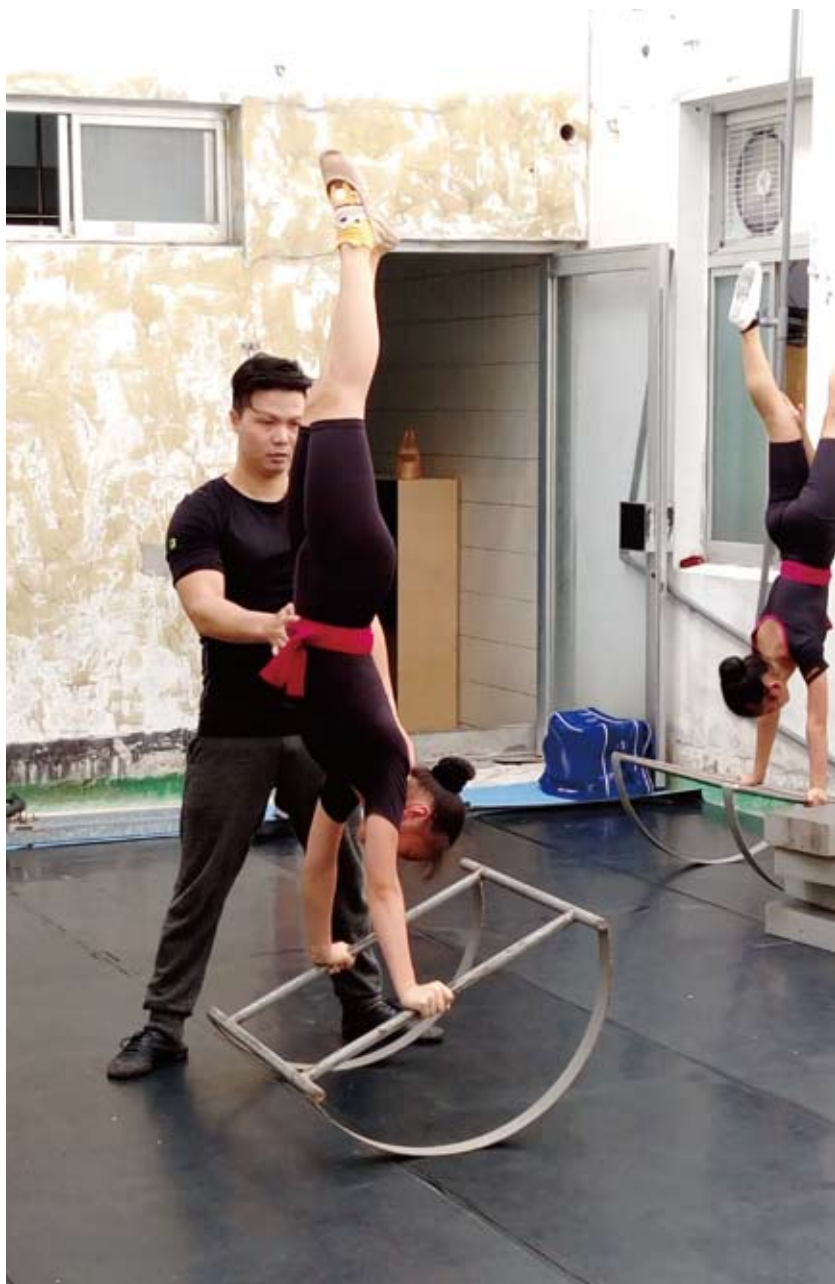
林玟君老師引導學生配合音樂，利用不同的杯子拿法、敲擊方法、滑動方式製造出不同的音效與節奏。

解到個人能力的養成和個別的身體特殊性都會在基本功的訓練過程中展現。因為在專業技藝能力的養成過程中，身體的能力是需要透過持續性重覆地練習累積。幾位參與實驗課程計畫的老師也都是該校畢業生，因此在陪伴過程中，發現傳統師生關係和傳統技藝的傳承方式多與環境中新舊觀念的衝突有關。舉例來說，如何「教」和「學」就是一大的挑戰，年輕教師不只需要有能力篩選適合的新觀念和方法帶入教學，設計更有成效和安全的學習活動，更必須正視如何與其他教師，也就是帶領自己入門和培育自己的老師共事。

如何揉合傳統與創新、正視學生能力素質，並配合不斷創新的教學方式或教具，設計出與時俱進更適合技藝養成的教學系統是年輕教師無法忽視的挑戰。因為自己本身所經歷的學習經驗是無法直接複製成爲教學方式，教學者必須要有能力揉合自身專業能力和學習經驗，以及預見學生的能力，才能堅定自身教學理念逐步進行變革。這樣的教學變革是無法單靠一己之力，也因此計畫案希望參與教師能透過教師專業社群，慢慢建立教師自主覺察，透過主動探究和願意嘗試的團體動力促使改變。

在張巧燕老師的課堂中，音樂學習不是只有直笛練習跟樂理學習，我看到學生透過音樂活動學會傾聽他人和學習在團體中表達個人意見。

第一次入班觀看景興國中張巧燕老師的課堂，從教案設計、活動引導或是教學活動的變動性，都可以看出張巧燕老師的專業教學能力。她融入美感教育的音樂學習活動，不只是學習直笛、樂理、音樂史等常見的學習活動。透過課程架構可以看出她在既定學習內容中，藉由精緻化活動設計與教學引導擴展學生的學習



陳俊安老師嘗試以非傳統的西式體操器材作為教學輔具，以訓練學生的心理素質與身體操控能力。

經驗和強化不同的個人能力。

舉例來說，巧燕老師利用階段性學習目標設計活動，讓學生從感受重拍和音樂質感，慢慢地透過肢體動作累積身體律動經驗，並進而能嘗試運用不同物件表現樂句。在課程中，學生不只學會聆聽音樂、辨識重拍與樂句，更願意嘗試運用肢體動作去表達聆聽到的音樂。巧燕老師在課後討論時也曾提及，在課程中，肢體活動是一個引導學生動身體的媒介，而在觀課過程中，我們也發現透過帶入肢體活動，學生逐漸能夠運用肢體表現音樂性，也就是逐漸習慣運用自己的身體進行表現性練習，透過實作的身體經驗，學生身體的音樂性呈現變得更加柔和與自然。

我們不能只看到身為學習者的他們不能做到什麼，我們應該正視他們能做到什麼。

傳統中教師的位置與父母一樣重要，人在家庭、社會、世界中的角色，和他人的關係與規範，因應時代環境變遷多已變動。不變的是，我們的生活經驗、學習經驗仍是引導我們走向不同方向的因素，但是其中的基本動力都是欲促使我們能更貼切地探究自己的生命價值。也因此任何場域中，只要有教授和學習的互動行為，教學者和學習者這樣的關係就會以不同的形式出現。換句話說，在我們生命歷程中任何可以引領我們學習的人都是我們的人生「師傅」，無論是在家庭環境、求學環境，或是職場環境。

在制度化的教育系統中，教師對於我們的人生來說應該影響非常大。但是我們生命中的他者——教學者，他們的角色和被賦予的期望卻隨著時代的變遷逐漸被大家所輕忽或忽略。教師可以

是一個職業的代名詞，專職學科知識的講授；但是，他們也可以是一個志業的統稱，肩負起生活知識和生命經驗的傳承。在「聲音與身體」美感教育研究案的實驗課程和種籽教師身上，我看到的是教師的專業教學能力與身為教學者堅守引導他人的用心，也因此希望透過上述的省思分享，鼓勵所有有意願改變也在盡力改變，願意面對外在環境挑戰和內在理念煎熬的教學者，能找回和堅守自己作為教學者作他人重要他者的「衷心」。



張巧燕老師在音樂課中帶入肢體活動。

缺陷是美，築夢飛翔

眼界是有限的，想像是無窮的，感受是無盡的，只要用心感受，哪怕五感中缺乏一感，也能比任何人更有領悟，更能感受真切的情感，更能懷抱一切。

陳美然

臺北市立大學音樂學系講師

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案陪伴圈團隊

第一次來到啓明學校觀課，感受與體驗真是大不同。以往觀課的對象都是一般的幼兒或國小學童，活潑好動，能正常地運用各種感官去探索、體驗與學習，教師在美感課程設計上，主要的考量是如何開發學生的各種感官能力，讓視覺、聽覺、味覺、嗅覺、觸覺五感更敏銳，能將多種感覺的結果在心中轉換、融合，乃至於應用與實踐於生活。啓明學校的學生需求特殊，面對五感中視覺能力有障礙的學生，教師在教學策略、教材選擇、教學目標的擬定與一般生不同，而且需要更多的愛與關懷，更加的包容與付出。視覺缺陷也許使他們的學習與成長之路比別人來得辛苦，但取而代之是他們的聽覺更加靈敏，甚至其他感官可能也較敏銳，以強項取代弱勢，開發自我的潛能，一樣可以築夢飛翔。

臺北市立啓明學校表演藝術班

啓明學校高職部原有兩種班級：一種是繼續升大學，一種是學習按摩專業。之後成立表演藝術班，以整套完整的課程訓練他們，幫助學生考取街頭藝人證照。雖名為表演藝術班，但其實是更專注在音樂方面的訓練，以演唱、合唱、演奏、合奏為主，而非戲劇、舞蹈的學習。表演藝術班的課程有樂理、視唱聽寫、音樂點字、演唱、演奏、打擊合奏、合唱、太鼓、展演實務課程等。本文將就展演實務課程中的樂器教學與電影欣賞課程做觀課分享。

多元音樂文化：冬不拉樂器教學

相信很多人都看過《逆光飛翔》這部電影，改編自真人真事，描述一名全盲鋼琴家與夢想成為舞者的女孩，一段好友互相鼓勵勇敢逐夢的歷程。全盲的黃裕翔自從家人讓他學了鋼琴之

後，彈琴成爲了他生命中最快樂的泉源，各種鋼琴比賽都得到好成績，有人嘲諷說他只是因爲看不見所以才得到評審的同情，他爲此再也不參加比賽，在與女主角相知相惜下，彼此就像對方心中一顆暖洋洋的太陽，給予對方溫暖，並給予對方逆光前進的勇氣。從這電影中我們看到希望，即使是殘障者，他們也有夢想，也有追逐夢想的權利，即使過程比一般人辛苦，但他們用更多的努力與毅力來打造夢想。這正是我後續要描述在啓明學校所看到的一切，學生們也正在老師的帶領下摸索與學習，從一堂多元音樂文化與樂器學習的課程，窺視視障生學習之路。

這是一堂由認識哈薩克族風俗與文化，進而認識哈薩克族樂器：冬不拉，並學習冬不拉彈奏的課程。五位學生爲啓明學校高職部同學，學生的狀況不一，分別爲中度視障、重度視障、重度視障伴隨腦性麻痺及智能障礙、重度視障及肢體障礙，以及輕度視障及左手臂神經叢受傷。雖然同爲視障生，但有的更伴隨有其他障礙與疾病，教師一人指導五位學生也是極其不易，要顧及每位學生的學習障礙，隨時給予不同的指導。例如老師準備了點字樂譜及五線譜，中度視障者可以請他做視譜的練習，但得隨時提醒與注意他們視譜是否正確；重度視障者只能要求他們手摸點字譜努力地將譜背起來，屆時才能手拿冬不拉樂器演奏。再者，有的同學可拿起樂器做練習，但彈奏能力不一；有的因腦性麻痺或動作上的障礙，只能聽著別人的演奏無法實際操作，但是藉此也認識了冬不拉並了解其音色及演奏風格。

課程的實施是從兩種不同演奏風格的冬不拉音樂引起學習動機，讓學生聽辨兩者是否爲同一樂器所演奏。因是演奏影片播放，一般人從影片中即可辨別是同一樂器不同風格的演奏，但對於視障生而言，一切全靠聽覺辨識，截然不同的風格很容易誤認



視障生以手摸點字譜的方式背下樂譜。



視障者所用的熱印紙立體地圖。

爲是兩種不同的樂器，但是還是有學生可細聽出音色的特質而認定是同一樂器，教師的教學得從音色相同的細微處做說明，並比較不同之處在於演奏技巧、場合及風格，好讓學生從教師口中的敘述來替代學生雙眼所見，以辨識兩段影片之異同，但聽覺的靈敏仍是他們的優勢。

接著，老師介紹哈薩克族的地理位置及其傳說故事。這也是我第一次看見視障者用的地圖，突起的線條讓學生能感覺出地圖的輪廓，教師還貼心地在臺灣的位置上貼上圓鑽，讓學生立刻能摸到臺灣，得知臺灣與中國大陸的位置對應關係，教師的用心、細心，從地圖的準備上可見。只是個人稍有發現：學生如只用指腹去觸摸，只能順著線條去掌握地圖的輪廓，若能用整個手掌去觸摸，才能感受整個面積之大小與相對的方位。教導盲生的老師大多是明眼人，她可從教學經驗、對學生的了解，以及同理心來累積教學的成效，但終究不是盲者，有時無法完全了解視障生是如何去感受周遭的一切。我們常說視障者聽覺敏銳，但他們是如何去細聽呢？過程中，嗅覺、觸覺是否與聽覺相互交織產生更巨大或更靈敏的感應呢？用觸覺去接觸事物時，是否是交互使用末梢的細微神經及大面積的皮膚接觸去發現一切呢？雖然一般人無法做到如同他們的感受，但在教師的教學上，用心至爲重要，將心比心，投入熱忱，學生的感受更深、學習更豐。

在樂器的學習上，我第一個疑問就是爲何會選擇冬不拉這個樂器來學習？樂器又是如何取得？教師的回應：因本班是表演藝術班，考量未來他們要考取街頭藝人證照，吉他或烏克麗麗等樂器較普及，班上有學生歌聲不錯，若能加上冬不拉樂器彈奏簡單和弦伴奏會較有特色，因顧及學生未來發展的考量而安排此樂器。至於樂器的取得，是從新疆直接購買而來，學校雖然經費不

多，但像扶輪社等各單位或個人的善心捐款卻是學校重要的經費資源。要成就孩子的未來，除了教師的用心教學，實用課程的規劃及未來職涯發展需求更應予以重視，畢竟他們先天已較弱勢，在課程及職涯配套上若能精心策劃，更多資源的投入與關懷，他們的路才能走得更順暢。

先天視覺障礙是他們的弱勢，相對地，聽覺方面則是他們的強項，上帝關了一扇門，必定會再為你開啓一扇窗。音樂這條路應該非常適合視障者發展，像蕭煌奇，剛好也是啓明學校畢業，是一名視障人士，同時也是一位傑出的流行音樂創作歌手；義大利盲人歌手安德烈·波伽利（Andrea Bocelli），不僅取得法律博士，更是一位古典跨界音樂男高音。他們成功的共同點不在於兩位都是盲人，而是藉由對音樂的喜好，努力地學習，發揮了長才，使他們的夢想得以起飛。

不一樣的電影欣賞：《女人香》

電影敘述一名家境貧窮的高中生查理，為一位脾氣暴躁的眼盲退役中校漢克擔任助手。中校在一次意外事故中不幸雙眼失明，退役在家整天無所事事並有自殺傾向，長時間的失明使得中校的嗅覺和聽覺變得十分靈敏，他可以憑著女人的體香說出香水的牌子，還能描繪出對方的外形、頭髮、眼睛及嘴唇等細節。中校幾次自殺過程都被查理所勸止，身分天壤之別的兩人在這段生死路程中拉近了心靈的距離，中校彷彿重新找到了自己存在的價值，而查理在同情和極力挽救對方的同時也得到了戰勝自我的勇氣，堅定了自己的信念。回到學校後，查理決定捨生取義，不因校長的逼供而出賣朋友，此時中校出面指出：答應替同學保密的誠信人格比說出搗蛋者來換取校長推薦信更重要。中校的發言不

但贏得滿堂喝彩，查理也免除其罰並和中校兩人重新迎接充滿光明的未來。

在觀課分享前，首先要提及「口述影像」這個名詞，這是啓明學校一直在推行的教學方式。口述影像除了要敘述對白，也要敘述畫面與動作。口述影像會做角色分配，不同的口述者負責不同角色的臺詞，還會有另一個人專門負責敘述情節或畫面等，但此堂課由一位老師上課，因此老師須同時負責敘述臺詞與畫面。

一般人觀看電影常隨著情節與畫面的鋪陳時而大笑、時而尖叫，加上音樂的渲染力可能還會讓人流淚、情緒沸騰或緊張萬分。而視障者是如何欣賞電影的呢？影片在他們面前播放，他們可能什麼都看不到，也可能只是模糊的畫面，他們能感受到的可能只有透過音樂與對白營造出來的整體氣氛，若是外語片，甚至連對白也無法聽懂，那麼要如何去觀看呢？口述影像幫他們解決了大部分的問題。

觀課中的第一個疑問便是為什麼選擇《女人香》這部電影做欣賞？這部電影是英文發音，對象是視障生，教師即時口述影像難度較高，轉述的聲音與電影本身的聲音可能也容易互相干擾，若是中文片相較就沒有此問題。選擇觀賞此片的教學目的為何？

教師說明其實選擇這部影片主要是因為電影《女人香》的配樂〈一步之差〉（西班牙語：Por una Cabeza，是首探戈曲）。教師表示，每教一首新的曲子前，都會先介紹曲子的相關知識或背景，這首曲子雖然有名，但同學們並不熟悉，也不熟悉這部電影，因此教師希望透過歌曲引導同學們完整看過電影，不僅學習其中的配樂，也從中討論一些人生問題及這陣子班級經營所發生

的狀況。

課程從電影出發其實蠻好的，一來學生喜愛，容易產生學習興趣；二來主軸由廣而聚焦（從電影觀賞進入到樂曲學習），學生的體驗是豐富的。如果純粹從樂曲教學出發，可能只會將焦點放在樂曲風格與技巧上的學習。透過影片，可感受樂曲在其中的渲染力，想像音樂出現時的場景及人物可能的動作、表情，對樂曲有更深入的情意學習。甚至藉由劇情中某個對白或觀點，老師能更進一步地去引導同學們思考近期所發生在身邊的狀況，進而討論一些人生議題，尤其他們是比較特殊的學生，藉由劇中人物的相似性，可以讓他們再重新定義自己。觀賞完電影後，再進入音樂教學，也許能讓同學在演奏的過程中，更具感動與生命力。

口述影像是件相當不易的事，即使是中文片，雖不用翻譯臺詞，但也要適時地將角色的表情、動作及場景做描述，以便聽者能融入其中。外語片更難，臺詞要立即翻譯，但又不能逐字逐句翻譯，需考量時間問題以及學生理解能力而予以簡化。再者，轉述關鍵的場景時，時間點的掌握是很重要的，太早說明就破了梗，太晚說明又無法跟上劇情的鋪陳，需適時提示場景、動作，有時候要配合電影音效，才會有效果，這也是口述影像困難的地方。老師就是學生的眼睛，透過老師到位的口述，學生便能夠想像出畫面、投入情境，對電影情節產生反應。在觀察學生的反應時，學生真的很認真在「聽」電影，也不時發出笑聲或做出反應。

從口述的聲音部分來看，老師的語意表達非常易懂明瞭，情緒也很投入，因為是一人口述，講述臺詞時會先說明，此句話是查理說的還是漢克說的，但對於角色未做出明顯的音色或音調

高低的差別，以致劇中兩人不斷對話時，有時會無法從教師口述分辨角色是何人。一人飾兩角需事先做好角色音色的設定與演練，對於非專業表演者來說，的確是件不容易的事。即使是老師口述到位，學生個人的領悟也不盡相同。例如在電影情節中，有一幕是兩位角色拿著槍對峙，查理對漢克說，「把槍放下吧！」這時候老師轉述漢克的動作，「漢克搖了搖頭」，這個搖頭有些學生可能理解成「不要」，但事實上這個搖頭代表的是一種「無奈」。這樣的誤解可能有待老師的發現來予以澄清，或藉由討論時說明清楚。

這是一堂課程，也是一場影片觀賞，既是課程就得考慮教師的教學、學生的學習，以及師生間的互動交流。教師以口述影像方式引導學生了解故事情節、欣賞配樂、探討人生課題；學生藉由電影學習音樂，與角色產生共鳴，堅定信念並探索自我之價值；在師生互動方面，觀賞過程中學生相當有反應（點頭或笑聲），可見他們很喜歡這樣的上課方式。課程進行中，有學生想舉手發問，但老師先予以忽略，待影片播放完畢才一起討論。教師說明，為顧及電影的流暢度，已事先說明中途不暫停，若有問題要提問，等到影片結束後再一起討論，但若發現同學的反應已經完全脫軌，明顯可以知道他完全沒有理解，這時候就會把電影暫停一下做解釋。對於教師的說明，本人產生了一些想法：也許欣賞完整部影片，剛剛的問題已經忘記，或是學生無法得到解答的困惑一直纏繞於心，也會影響影片的觀賞心情與理解，或許將影片分成幾個段落，於段落處暫停，先進行解惑與說明，待整部影片欣賞完再進行討論，如此更能確實理解與欣賞。

視障學生聽電影的專注度如何？一般人看電影，有聲音、有畫面，刺激較多，較吸引我們，所以可能比較專注。視障同學只

有聲音的刺激，會不會較容易分心？人類的學習模式有分為視覺型、動覺型、聽覺型及讀寫型。視覺型屬於圖像式的學習，主要是靠圖片、色彩等訊息來學習；動覺型主要靠肢體的運作與操作來學習；聽覺型主要靠雙耳接收聲音訊息來做學習；讀寫型主要靠文字的瀏覽與書寫來做學習。啓明學校的學生屬於聽覺型的學習，如果沒有講義或課本，也都只用聽覺來學習，所以他們已經非常習慣以聽電影這種口述影像的模式來學習，專注度頗高。

看電影一定比聽電影感受的多嗎？大多數人都看過小說，不管是武俠小說、愛情小說還是科幻小說，小說中的場景、擺設可任你想像來布置；小說中的人物想要多帥有多帥，要多美有多美，可任你想像與裝扮。看不見的一切反而更可以任由發揮，視障者心中的大海、峻嶺也許比我們一般人眼中的更為浩瀚、宏偉。

Youtube有一部影片《我是一個盲人，我愛攝影》，看到如此標題你可能難以置信，但看完影片後不禁佩服她的堅持與自信。影片中談到，她拍了一張「背朝大海」的相片，當時她背對大海站著，能聽到海浪從背後一波一波襲來的感覺，好似大海的聲音從背後將她緊緊包圍，讓她感覺似乎與海浪肩併肩。她對這張照片的描述，是否甚過我們所看到的大海景象！更有意境並融入於大自然的懷抱中。讓我不禁想到，下次拍照前，也許先閉上眼睛感受一切再拍攝，或許會拍出更具意境、更符合心境的照片。很多人質疑她看不到，如何攝影？她說：「通過視覺以外的感官來表達和拍照。」例如要拍夏天的熱，她會拍攝一個在豔陽底下曝曬的電線桿，因為它一定很燙，通過觸覺與發燙的電線桿產生聯想，感受夏天的熱。也有人質疑她看不到，從何知道拍攝的畫面如何？她說：「透過別人的眼睛來描述照片的內容，藉此

判定照片是否是自己所想要的。」她對拍攝的喜愛與堅持，用行動證明一切，令人感動與佩服。

眼界是有限的，想像是無窮的，感受是無盡的，只要用心感受，哪怕五感中缺乏一感，也能比任何人更有領悟，更能感受真切的情感，更能懷抱一切。對於盲人而言，在沒有光的世界裡，踏出的每一步都需要更大的勇氣，但沒有試過，怎麼知道自己的能力有多少。希望政府的政策、學校的體制、課程的規劃、教師的專業與訓練能夠提供每位身心障礙者最好的學習環境，使他們能發揮最大的才能，讓缺陷也是一種美，伴隨他們展翅飛翔。

栽植與澆灌：愛之迴旋

教育之道無他，唯愛與榜樣而已。

—— 弗里德里希·威廉·奧古斯特·福祿貝爾 (Friedrich Wilhelm August Fröbel)

趙郁玲

臺北市立大學運動藝術學系副教授

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案陪伴圈團隊

福祿貝爾（Friedrich Wilhelm August Fröbel）在《人的教育》一書中描述：「幼兒園如同花園，幼兒如同花草，教師猶如園丁，兒童的發展猶如植物的成長。……園丁順應植物的本性，給植物施以肥料，配合以合適的日照、溫度。如此，蘊含在人裡面的神性（靈性）將得以在人性裡逐步被喚醒而體現出來。」

「一位專心致志和善於思考的教師，是易於將兒童瞬間的感受和感情以及關於自然的印象，轉變為活生生地描寫的詞彙。」（F, Fröbel, 1826）

引此身為教學者何其重要，不僅止於幼童，各年齡層的學生亦猶如花草，栽植澆灌之間，蘊含著多少的耐心耐性？又蘊含了多少的智慧，順應植物（學生）的本性，給植物施以肥料配合以合適的日照、溫度（教材教法）使其成長？筆者得幸成為陪伴圈的成員，在教學現場陪伴觀看著猶如園丁的師者們施教，感動油然而出……。

幾個教育現場的場景：

臺北市立啓明學校表演藝術班

首次觀課是於啓明學校林玟君老師的課堂，教學對象為高職部表演藝術班的學生，課程名稱為「展演實務與實習」，教學主題為「學習新疆哈薩克族樂器：冬不拉」。如何教導視障學生音樂課程呢？玟君老師先播放了冬不拉的演奏樂曲，引起學生的學習動機，再拿出自製的立體地圖讓學習者摸出地理位置，並述說新疆的文化風情，使學生對該文化與音樂產生初步的認識與連結。爾後老師拿出冬不拉樂器給班上同學，讓他們嘗試描述冬不拉的外型，並在指令中讓學生懂得冬不拉樂器的結構、演奏的姿勢，並引領他們隨著摸唱點字樂譜視唱。席間，老師一一執手教

導糾正引領，並伴隨著口語的稱讚，例如，摸著立體地圖時，老師說：「○○，你好棒！」「○○！你好會跟，跟得好好喔！」「○○！你的手好靈巧！」我低頭對照著學生狀況資料：他們分別是重度視障、中度視障、重度視障伴隨腦性麻痺及智能障礙，對比中使人感受到增強的力量，老師的口吻是如此平穩自然且理所當然。

當老師說來「看」譜，學生們用點字樂譜「視」唱著；當老師問學生冬不拉的外形，學生說著：「好豐滿！」談論著演奏的姿勢，有位學生回應：「翹腳好難看！」將課程內容連結於生活經驗的回饋，老師和緩親切的語調、如常人般的用詞、正增強的互動，當學生拿到老師給的冬不拉時，身體語彙所充滿的那份珍惜，種種一切構成了一幅好美的畫面！

課後討論中，玟君老師憶道，當她大學修「特教導論」時，看著課堂老師分享的電影，當下她心想著：「特教孩子實在太有趣了，我一定要走到他們的世界裡！」看到影片中，低口語化自閉症的孩子看世界，彷彿是一張張定格的照片，無法與世界連結，於是興起：「我是不是能當他們與世界連結的橋樑？」玟君老師在心中悄然放下了這樣的信念種子。後來，因緣際會她受邀至啓明學校代課，於是這位傳統音樂學系的學生自師大音研所畢業後，爲了走到特教孩子的世界，她輾轉來到臺北市立大學運動教育研究所的轉銜組修到了特教學分，正式進入了她夢想接近的世界，「我第一年剛來到這裡，就超愛這裡，每天人心情都很好，看到他們心情都很好……」

6月22日我們再度參訪玟君老師同一班學生的另一個「展演實務」課程，課程分爲兩個單元。



林玟君老師引導視障學生藉由觸摸來認識樂器。



林玟君老師利用杯子的敲奏，引導視障學生感受肢體和節奏之間的律動關係。

第一個單元的教學主題為「cup tempo」，玟君老師嘗試藉由杯子的敲奏，讓視障學生透過手部動作的肢體練習，配搭上音樂，來感受肢體和節奏之間的律動感受，「不只透過旋律能找尋到音樂和節奏，透過肢體也能感受到音樂和節奏」。首先，玟君老師給每位學生一人一個杯子，並引導他們摸摸杯子確認形狀，將杯子開口朝下，也確認自己和杯子的距離、杯子和桌子的距離，杯子舞的口訣為「拍拍 右左右 拍拿 放 | 拍拿 敲敲 放拍 放」，同學以手拍出節奏，並練習拿杯子的分解動作。同學們皆學得不亦樂乎，其中有位重度視障伴隨腦性麻痺及智能障礙的學生，雖然無法拿起杯子敲奏，老師卻派給他一個重要的「節拍器」的任務，於是他用身體擔任這個角色，當節奏速度改變時，他的身體也隨之變化或加快，過程中，這位同學不僅勝任愉快且極為投入，令人為之動容。

另一個單元則是為學生的街頭藝人證照考試而預備的彩排模擬，電子琴配搭爵士鼓雙人組，一開場的自我介紹鼓聲琴聲氣勢磅礴：「雖然我們看不到，但是我們可以把每件事情都做好！」短短的開場簡介，卻是師生共同研討的結果，自我的價值與自信也從中產生。玟君老師在訪談時說到：「帶他們出去演出，反而是他們給了我力量，無所畏懼的力量。」「有時下課晚了，路上較黑，在黑暗中走路，都是學生陪我，他們的訓練沒有害怕走每一條路，永遠勇敢前行。」愛在師生中共生，生命影響著生命！

臺北市立啓明學校幼兒園

6月28日我們來到李靜雯與簡淑娥老師的課堂，觀課班級為幼兒園（二至六歲），總共十三位學生。教導視障學生認識色彩，是此單元的教學目標。課程首先從學生對服飾色彩的觀察引

發動機，「請問簡老師今天穿什麼顏色的衣服啊？」學生回答：「柑仔色！」老師回應著：「對！是柑仔色、也是橘色！」「請問林○○今天穿什麼顏色的衣服啊？」「綠色！」唱名觀察完之後，藍色、黑色、紫色、粉紅色、灰色一一映入眼簾，之後老師更進一步問同學，坐在旁邊觀課的曾老師穿什麼顏色的衣服，而曾老師也站起來展示她的服裝，同學很開心地回答：「桃紅色的上衣！藍色的裙子！」靜雯老師巧妙地將我們與孩子們融入在一起。

課程發展進入故事：「顏色怎麼來的」。透過魔術師的聲音以及角色扮演引導學生進入繪本的世界，以聲音動作、教具燈具的轉換表現多媒體繪本的故事內容，最後再進行水彩調色的實作與實驗，教師極用心營造教學內容使之成為生動有趣的課程。在教具燈具的轉換上，教師藉由媒材與教具運用：八個不同造型的燈隨著故事的劇情，變換不同的色彩，在情境的營造上具巧思；而在水彩調色的實作與實驗中，運用水瓶中的水彩來調色，例如紅色加藍色會……變變變成紫色，紅色加黃色會……變變變成橘色。

老師配合繪本的角色說話，聲音情緒層次分明，遊走於教學者及說書人之間，角色拿捏轉換極佳。課程進行中，同學用唱的似乎效果沒預期好，於是老師立刻轉換為器樂（鋼琴、打擊樂器）引導；偶有孩子注意力開始波動不集中，和旁邊同學玩時，老師請他出來協助觀察繪本中的情節，找尋躲在其中的魔術師，並且不動聲色地更換孩子座位：「我覺得咒語用尖叫聲效果會不好！」「咒語要一起說才有用！」「魔術師這次要找坐好的小朋友來幫忙念咒語，現在我們要來問問！」「有舉手的同學、有等待的同學、有坐好的同學，我們請他來幫忙……。」秩序的糾正



李靜雯老師透過鼓勵學生分享自己身上衣服的顏色，引發學生的學習動機。



李靜雯老師運用水彩調色，來建立孩子對於顏色的概念。

與引導皆內化在靜雯老師的教學之中，這裡沒有提高音量的警告或糾正，在這裡看見愛！

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系國中部

洪佩玉老師教授的課程是腰功進階，國中二年級的十一位女學生，她在課程簡介中提到：腰部基本功為雜技表演之基礎，主要訓練人體之腰部柔韌能力、鍛鍊人體運動美感、結合身心與動作之能力基礎。此單元教學內容包括：（1）腿部綜合柔軟動作（正劈腿、側劈腿、肢體前彎）；（2）腰部綜合柔軟動作（下腰、耗腰、肩部柔軟、背部柔軟）；（3）擰腰、元寶、後拔腿。

由於特技教學設備之需，此課程是在大教室環境中施作，同時間有不同的十二項專長、五位老師同時授課，分布於教室各個角落進行。腰功課程在教室偏中的位置，因聲音互為干擾下，佩玉老師發展出了「悄悄話」的教學方式：學生在做腿部綜合柔軟動作時，她像是母親，一邊為她們一個個調整姿勢，一邊在學生耳邊說話，提醒著注意事項，集體說話時則圍成小圈的特殊教學方式。

學生專注地聽著老師的口令操練，耗腿搬腿時，難免也偶爾分心看看旁邊學長姊的施作，瞄到了學長姊動作的難度，想著自己再用功點，下個階段也許可以試試看，以仰望榜樣般的眼光在心裡跟進著。這些過程，佩玉老師是極為熟悉的，她認為那些操作專項的學長姊們，都是從十幾個人中選拔出來的，因此學長姊的上課狀態其實也為正在成長的幼苗之學習目標有了正向的幫助。

佩玉老師自幼即在戲曲學校中接受培育成長，歷國立臺灣藝術大學舞蹈學系、中華民國青年友好訪問團舞者、臺北民族舞團舞者、無垢舞蹈劇場舞者、成立舞蹈社……，這些經歷，使她有著不同於專項特技面向的學習與蛻變。

原已在舞蹈領域扎根，十八年前回應師長的呼喚，返校協助編舞，她一心想著回「家」，協助老師，陪伴如同自己小時候臉孔的學弟妹長大，任教至今。

她的教學中，不僅傳承特技師輩的精華養分，也反思舞蹈系統的教學與美學，將特技舞蹈化，提升舞者的線條與詮釋，讓特技在美感呈現上更顯流暢。如何精進特技原有技巧，以增進整體舞蹈美感？這在教學上是需要思考的，且傳統特技教育原是尖子（菁英）教育，千人擇一，其他人只能繼續埋頭努力，有時也有老天爺是否賞飯吃之憾。現今舞蹈領域雖有獨舞者、群舞者在舞蹈形式與能力上的運用之別，然整體養成教育系統是基礎。兩種不同的教學系統與思考，使得佩玉老師成為跨域的橋樑。

令人印象深刻地，她在陪伴圈課後討論時，說道：「以前的老師只教尖子，因為要出節目，節目的品質決定老師與演出者的價值。」訪談中得知，從前一個班級倒立組約有二十二位同學，會分成兩組，第一組十人、第二組十二人（隨著技巧難度的增加，第一組最後會變成唯二人的菁英），因此，平時上課時，一個課程會配置兩位師資，兩位老師皆集中於第一組教學訓練，基礎尚待磨練的同學則會請他們到第二組，至隔壁另一間教室自主練習。「我自己小時候，倒立就被分配在第二組，就是到隔壁教室自己練習。」雖然佩玉老師的拋接技是在菁英組，但是這樣的記憶及感受影響她至深，促使她授課時，堅持不放棄學生，當學



洪佩玉老師因應授課場域的限制，發展出了「悄悄話」的教學方式。

生跟不上時，她仍等待著學生的成長，堅持不願意讓學生成為只能自主練習的第二組，佩玉老師不放棄任何一位學習者，致力於整體素質的提升，她讓學生集體訓練、同時學一種動作之後，再一起進階訓練。還記得前述的悄悄話教學嗎？在悄悄話中，佩玉老師個別鼓勵學習者前行，她也會問學生在偷看些什麼，學生也誠實地說，在看哪位學長或學姊專項施作的技巧厲害之處……。佩玉老師和學生討論著基本功的重要和未來方向，她們一起看見難度，一起看見希望！

「教育之道無他，唯愛與榜樣而已。」誠如福祿貝爾談到榜樣：「我絕不能想像，一個自己不顧羞恥而膽怯地退縮的年輕人，在以後能夠鼓勵他的學生成為某種偉大的人物，成為促使別人做出犧牲和獻身的人。」「教育自己和教育他人和以覺悟、自由和自決進行教育，這是智慧的雙重活動。」課程如同花園，學生如同花草，教師猶如園丁，學生的發展猶如植物的成長；園丁順應植物的本性，給植物施以肥料，配合合適的日照、溫度；如此，蘊含在人裡面的神性（靈性）將得以逐步被喚醒而體現出來。

一位用心致志的師者是如同園丁般能喚起這一切復甦的師者，且往往會先面對自己以及過去生命經驗所累積形塑出的信念，如同生命的勇者。

玟君老師因著好奇、因著愛，將自己及音樂帶入啟明教育之中，在課室中準備點字譜和地圖教具，帶著學生優遊於音樂與人文的世界，從不吝惜的正增強，成為黑暗中向陽的力量；靜雯老師與淑娥老師課程的鋪陳，流暢且充滿驚奇，她們為孩子在視力更弱之前，注入色彩的觀察記憶與連結，課室中沒有提高音量的

警告或糾正，只有利用巧妙智慧的秩序建立；佩玉老師則是將學生們視為幼時的自己，將學生當作幼苗來予以呵護，以溫柔而堅定的態度幫助他們扎根茁壯。他們如同園丁順應植物的本性，給植物施以肥料，配合以合適的日照、溫度（教材教法），喚起、甦醒學生的靈性與內在價值。生命影響生命，經驗形塑的信念使三位老師的教學令人動容！

在課室中看見美！美在於心中有愛，教育即是在信念中栽植、在愛中澆灌培育、在榜樣中成長！生命與生命的相遇，愛在師生間迴旋共舞，向園丁師者們致敬！

美感是一個運動名詞

對於美感教育的推動軸線應該在於：教育者的心態以及對傳統的融合、創新的程度的掌握——也就是教育者在教學場域裡可以發揮的效度空間才是關鍵。「教育者心態、能力與教學支持系統」三要素的掌握，構成推動教育、甚或強調美感教育標的形式的策略。

劉錫權

國立臺北藝術大學美術學院教授

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案陪伴圈團隊

「美感如何在教育中傳遞並且能達到一個令他人亦有同感的言行表現」應該是亞太地區美感教育研究室邀請成員進行協助觀課與討論的一個主題，如同本文標題所提：「美感是一個運動名詞」，美感教育所涉及的層面，從家庭到社會等等的面向，若以研究方法來拆解分析，應該可以羅列出無數個子題，同時因個體差異、時代、環境變遷而變動等等諸多變因下，應該不會有一個單一的結論或答案，說明「美感」是什麼。除了持續更多的文獻分析與理解，透過觀察成員於藝術教育領域的個別經驗，從觀課活動中，尋找共同與不同的部分，並試圖為美感教育的知識體系提供一部分的貢獻。

美感攸關「人」作為一個「個體」，於五感對外界的訊息感受與對這個共時的世界流動，提出表達與互動回應時，所體現出之訊息於另一個個體的感受（或再延伸回饋互動的形式），美感在於個體發出其言行表達的過程中，除使用的技巧、組織建構能力外，融合個人的秉性特質，達成令他方在感受面或理解面，產生具隱喻、延伸想像、舒適溫暖、文化內容深刻化趨向等等的相對性體驗；在如此複雜的機制中進行討論，勢必得先固定一些變數（美感是一個運動中的概念），例如設定作為感受的他方是一個有能力接受這些訊息並進行感受的個體，並假設其文化素養、閱歷／經驗等的差異光譜影響不大等條件下，方能進行較為準確的觀察描述；但這會是一個大的研究工程，亦非本篇短文所能處理的內容，僅以這樣的表達，說明筆者於進行觀課過程中所持有的問題意識，作為下述觀課紀錄與想法來自於前述思維框架之補充。

第一次觀課是在戲曲學院，進行國中部的芭蕾舞課程觀察，學生服儀整齊（教師於事前的要求），對於上課過程會有觀課老師



國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系的芭蕾舞課程。

在場的意識下，學生們的態度略顯嚴整，雖然當日早上已有一整個上午的術科活動，而此時的上課時間正是午休後的第一堂，學生仍能盡力專注於上課的學習樣態；授課教師聲音宏亮應能傳達至教室後端的學生位置，但不確定後排學生是否能聽清楚；因為操作音響設備等等關係，教師的活動主要在前排位置。

對於學習武功的學生而言，此堂芭蕾舞課程的目的在於訓練、調和學生對於身體肌肉的使用方式；對此課程目標的設定是一項試驗，其目標設定的出發點在於課程設計的教師群對於畢業後學生的就業場域：「表演舞臺」，需要展現多種演出時的形勢變化、創新的可能，或僅是期待有更多的身體表達語彙等等考量而安排之課程。在課程設計的出發點上用意良善，但對於執行的效度並不清楚，亦即對於身體訓練的目標，以及達成目標的方法設計與評量等機制尚不明晰。其課程設計的思維亦可能來自學院的教學文化或傳統，將一項學門等於一項技能的方式來作為課程設計的樣態；對於課程設計目標的達成方法，仍是以單一學門等於一項專長能力的方式架構上去；還是有不同的、由目標的問題意識而來的方法設計？這些問題的答案並不清楚，當時在觀課後的討論也沒有機會針對這些問題做進一步的交流。這裡的問題並非指教師態度與專業能力的問題，而是想要點出：一個試圖突破傳統的意向，是需要更多的資源、視野與經驗的跨界知能整合。於觀課後的討論中得知，教師群中有部分授課教師是有明確的問題意識，於討論時間中提及教師仍不斷於研究所進修，期望能找出合適的教學方法等等的努力，其敬業精神值得嘉許。

於教學現場的觀察中，初步印象以為學生才剛剛入門，進行初階的學習，身體肌肉的運用習慣與芭蕾舞動作的要求有些衝突。授課教師本身的動作示範是極具美感，亦十分用心於教學內容安

排之進度，但很明顯地可以觀察到前述的課程目標與課程設定在達成效度上的衝突。

教師本身於身體演示的美感傳遞過程十分良好，在藝術教育或任何型態的教育中，身教仍是第一原則，學生藉由眼見與模仿、揣測而學習成為其觀看世界的方式；對於專業訓練的養成與自我要求間的關係脈絡，對於「美感為何是重要的？」教學主軸等核心問題的面向，應該仍然可以更為凸顯其重要性。教師皆提及，平時一般會藉由觀賞具標竿作用的影片，讓學生進行教學動作揣摩、或指標效應的感受；但是教師使用影片的講解能否引發上述的問題意識：「美感為何是重要的？」並不清楚（本研究案應該可以有更多的調查機制）。當學生對於周遭環境的美感要素感受不鮮明時，是否有更有效度的教學方法？大概都是在第一次觀課過程中所浮現的問題。教師試著以各種語意來表達對於身體動作的要求，但能否以更為妥善的、將指令要求轉換為譬如「遊戲式的譬喻」，與以問題意識為核心的跨界教學方法，以達教學實效？等等問題，可以再做進一步的思考。

第二次觀課是由代課老師進行的「倒立訓練」，以及相關肌群的鍛鍊，教師善於使用不同的教具，進行有方法的示範，並能引發學員對於訓練標的的問題提問與想像，同樣地，期待能看到更多的學生反應調查。

第三次觀課是在啓明學校的表演藝術班，學生皆為視障生，令人印象深刻的是教師於課堂演示時皆能自然地保持微笑，可見其心態的健康；因為視障學生學習上的先天限制，教師必須十分了解各個學生的學習歷史與樣態，同時得個別一一手把手地教學。期間，教師仍不時提問以引發學生學習的專注與認知，惟內



陳俊安老師使用不同的教具進行倒立訓練。



林玟君老師透過個別手把手地教學，指導視障學生學習樂器彈奏。

容大多偏向知識性的理解，建議可酌予增加反思性的問答；課堂中，教師教學指令明確，因學生的學習樣態各個不同，教師皆能一一確認不同的學生對單一指令的學習樣態與掌握程度，師生間的互動十分良好。

第四次觀課與第一次觀課對象相同，可能是因為接近期末考試，教師對於學生的動作要求以結果為導向，不免於聲音表達中顯露訓育的氣氛，學生亦因上午課程的體力使用略多，而顯現精神不夠專注的情形，課堂氣氛略顯緊張；教室空間較大，因此有迴音的問題，而教學目標以結果呈現為標的時，教師的指令傳達略顯急促不清。

美感的素養養成需要眾多成因，戲曲學院學生的生活樣態以住宿學校為主，學習此項專業的學生家庭背景亦有諸多雷同之處，自然而然地會以為在這樣的可控制變因下，應該很有機會做更多的教學方法實踐；然而，學生在中學階段如何感受到美感養成的重要性是十分困難的；美感養成並非一個單一的學門教育問題，而是整體環境意識與感知對於其身體感、五官感知的集體養成；當研究室從教育機制面向來拆解、分析考量、反向逆推進行建構時，住宿學校的場域理當有最佳的教育戰略優勢，從住宿環境、教學環境、設備、課餘生活安排等應有較高的可能，但這所需要的資源是巨大的；當然，這樣的思考方式是過於形式主義了，學生可以輕易地透過網路接收到的訊息量與內容等等變因，若要做到一個完全符合教育理想的、「無塵」的、形式主義式的概念反而是危險的；全場域的監控規訓是人的思維習性很容易迸出的念頭，理性的思考模式也很容易往極限設計的樣貌趨近（如同科幻電影的廠景般）；因此，對於美感教育的推動軸線應該在於：教育者的心態以及對傳統的融合、創新的程度的掌握——也

就是教育者在教學場域裡可以發揮的效度空間才是關鍵。「教育者心態、能力與教學支持系統」三要素的掌握，構成推動教育、甚或強調美感教育標的形式的策略。

如何不落入形式主義的固執思維模式，而就「教育者心態、能力與教學支持系統」三個面向來做把握，「遊戲」一直是個很好的切入點，一個有設計方法的、專業能力養成的、寓教於樂的、美感素養的「遊戲」，應該可以是很好的策略執行方式；如何讓因被專業教育的傳統意識（必須如此學習才可以的意識）綁縛解開，讓教師與學生雙雙陷入掙扎的情境減輕，首要的是教師的心態，當基本能力有了，剩下的是「支持系統」的運作，如何突破學校的教學生態（例如課程安排、時數等等技術層面的「結」），「支持系統」如何介入與協助的機制建置，應是研究室下一步的課題。



研究團隊之所想

身體聲音美感再踏尋

無論教授何種科目的教師，只要肯付出，散發教學熱情，並樂意分享，誠懇接受他人的良善建議，不斷檢視自己的教學，以求更臻美好，就已具備美的慧根，足以讓美自然流瀉呈顯於個人表現和課堂實施之中。

張中煥

國立臺北藝術大學舞蹈學院退休教授

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案主持人

身為「亞太地區美感教育研究室」下「聲音與身體課程實驗方案」主持人，秉持著推動美感教育「從幼起、從師起、從心起」的信念，在之前幼兒園與小學階段已有的實驗教學基礎下，這一年主要進入國中與高中階段。在選擇視點學校和教師時，特別費心思考。雖然深知藝術教育不等同於美感教育，但畢竟在國內目前仍是智育掛帥的環境，幾經考量下，若要在中學推動美感教育，因為藝術類科不是升學主義功利競爭的考試科目，教師教學內容較為彈性自主，也較不用面對課程進度追趕的壓力；再者，藝術教育確實是美感教育的推動主力，藝術類科教師扮演啓動者、推手的角色本就責無旁貸。故決定以音樂和表演藝術課程之任課教師為參與計畫的合作對象。至於最後如何確認視點學校和教師，以下進一步說明。

在幼兒園與小學階段選擇視點學校和教師時，現在任教於臺北市和平實驗國民小學，之前在臺北市立大學附設實驗國民小學服務的陳映蓉老師是選擇的合作夥伴，她主要採用達克羅士音樂教學法（Dalcroze Eurhythmics）實施於臺北市大附小的音樂課程中，也曾被邀請在教師增能工作坊分享教學過程和成果。有鑑於達克羅士音樂教學法是透過身體律動探索音樂要素，而在以往的實驗教學觀摩和在曾舉辦的教師增能工作坊中頗受好評，被認為是同時保有身體與聲音學習的美感經驗，值得推廣。因此，當計畫共同主持人林小玉教授告知景興國中張巧燕老師在學校教學也是採用達克羅士音樂教學方法，就毫不猶豫請她和巧燕老師積極聯繫接觸。除了藉此計畫，在不增加額外負擔情況下，希望了解巧燕老師的教學，以及她如何帶動國中學生體驗音樂，探究其本就具有的教學美感之外，也期盼當特別提醒從自身覺察的角度著手時，她又會如何進一步思考、挹注與體現美感教育，以及開發學生的美感於自己的教學過程中。

此外，因為陪伴圈團隊曾瑞媛教授曾分享她去啓明學校教舞蹈的經驗：手持著麥克風，請學生到她的面前，結果發現無法憑藉視覺學習的學生都移向音響發出聲音處，讓她突然驚覺到麥克風雖在自己眼前，自己的聲音卻只是透過此器具發聲，聲音的傳達實是來自音響擴大器。這也是促使我鼓勵教師善用自己溫暖人聲來教學的因素之一。而從另一個角度來看啓明學校的學生，我一直對他們如何在視覺缺陷下而能夠在空間中移動，甚至能夠組成表現優異的音樂團隊，對外分享他們的表演成果，感到驚奇；且當美感很容易被簡化、窄化為在空間所見到的視覺感官經驗時，我個人也非常好奇啓明學校的學生會如何「看待」美感？於是，我請瑞媛老師牽線，啓明學校就成為另一個視點學校。又因為啓明學校屬於特殊教育的一環，不僅中學階段的林玟君老師加入計畫團隊，我們也很榮幸和該校幼兒園的李靜雯、簡淑娥兩位老師成為合作對象，可以再次「從幼起」，同時探看一下可愛的幼兒，多點機會認識這群特殊學生。其中林玟君老師正好是國立臺北藝術大學（以下簡稱北藝大）畢業校友，幼兒園李靜雯老師則曾是師鐸獎得主。我希望與啓明學校的互動，能夠激發我們對身體聲音美感教育更多的發現與學習。

相較於前一階段選擇了兩所視點學校，今年多選了一所特殊學校：戲曲學院，正好是計畫協同主持人容淑華所長曾經服務過的學校。除了看中傳統戲曲本身就是身體聲音的整合藝術之外，也基於美的定義與範疇雖然見仁見智，但傳統藝術已成經典，是歷經時間淬鍊的遺產，其實已經跨越美感層次，而形成美學規範，是我們理解、賞析母體文化的關鍵。同時，因為個人在最初被諮詢有關美感教育相關議題時，就一再呼籲要重視我國傳統藝術的美感教育如何在學校體制內扎根傳承的問題，換言之，在推動美感教育工程初期，我就曾提醒不可忽略傳統文化藝術美感的

認知與欣賞，且必須透過國民基本教育由淺入深地來厚植素養。不過，就個人與研究團隊專長考量，戲曲學院的民俗技藝學系（以下簡稱民藝系）的教師是比較容易切入，並與之對話的。加以戲曲學院已經獲得教育部同意成爲一貫制學校體制，民藝系是從小學五年級開始的十二年一貫體制，現今擔任系主任又具備舞蹈專長的李曉蕾老師，以及推動美感教育不遺餘力的前立法委員陳碧涵老師也正好是該系的專任教師，於是，民藝系就成爲我們另一個最佳選擇。

身體是學習音樂的利器

對我而言，達克羅士（Emile Jaques-Dalcroze, 1865-1950）一直是與現代西洋舞蹈史有著深厚連結的音樂教育家，二十世紀重要舞蹈大師，如拉邦（Rudolf von Laban, 1879-1958）、魏格曼（Mary Wigman, 1886-1973）、霍姆（Hanya Holm, 1893-1992）等德國舞蹈先驅人物都曾學習過此音樂教學法。舞蹈史書還記載著，當舞蹈奇才尼金斯基（Vaslav Nijinsky, 1890-1950）編創《春之祭禮》（*The Rite of Spring*, 1913）時，對於音樂大師史特拉汶斯基（Igor Stravinsky, 1882-1971）的音樂要如何數拍、處理節奏無法掌握得宜，後來還是倚靠有著達克羅士音樂教學法學習背景的芭蕾舞者、也是芭蕾教師藍伯特（Marie Rambert, 1888-1982）女士的協助，才得以順利完成舞作。因此，以往我在教授北藝大舞蹈系西洋舞蹈史課程時，當論及現代舞的起源，達克羅士一定會被提及、介紹，而如前所述，他所倡導透過身體動作來探索音樂元素、學習音樂的理念與方法，的確印證了身體有助於感受及學習音樂。

我至今腦海裡仍清晰記得觀看學習達克羅士音樂教學法的孩

子身著輕便服裝，赤腳踏步舞動的紀錄影片，那種自然又有序的節奏感和歡愉場景，真是令人印象深刻。我也曾邀請在臺灣大力推動達克羅士音樂教學法的謝鴻鳴老師到兒童舞蹈教學的課堂上帶領學生體驗學習。之後，我的同事，音樂造詣深厚的林春香老師也到國外學習此教學法，使得她在北藝大針對舞者所教授的舞蹈音樂課程更為豐富有趣。而在春香老師退休前，我們有幸受林懷民老師之邀，一起合作為雲門舞集舞蹈教室幼兒生活律動規劃設計課程，也是奠基於身體聲音必須整合學習的思考，找出共同且核心的探索要素，引導學生發揮創意，開展身體動作能力。

此次，因為計畫案的需要，有機會看到巧燕老師針對一般國中實施達克羅士音樂教學，包括藉由球、布等道具引導學生體驗音樂的節拍和旋律，以及用rap節奏念誦國文《五柳先生傳》等；並藉由工作坊自己也親身參與體驗，在巧燕老師溫柔、不疾不徐地帶領下，再次見證達克羅士音樂教學法的魅力與趣味，更堅信只要教師善盡職責，懂得方法，用心教學，每一次師生的相遇都有可能創造身體真實的交會與感動。

身體聲音統感有助於強化美感

通常人們跳舞都會伴隨著音樂翩翩起舞，專業舞蹈系所的舞蹈技巧課，甚至有現場伴奏，在舞蹈教師和音樂伴奏的搭配下，讓舞者身體動作展現出不同的組合及質感。然而，即使是專業舞者，若專注力不夠，也常出現舞蹈與音樂無法配合的窘境，導致視覺、動覺與聽覺分離，產生不協調的狀態。

從觀摩巧燕老師的課程、啓明學校表演藝術班的演練、啓明學校幼兒園的手指謠競賽活動，以及戲曲學院民藝系國中生的



2017年7月1日舉辦的「表演藝術之美：教師增能工作坊」，張巧燕老師帶領大家體驗達克羅士音樂教學法的魅力與趣味。



在國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系目前的教學場域安排中，大部分是多種訓練在一個空間內同步操作、同時上課。

芭蕾舞、身體技能訓練等等課程的經驗中，我發現只要身體聲音和諧共處，美感會油然而生。舉例而言，延伸的肢體動作搭配著圓滑的樂音，予人柔美之感；奮力騰空跳躍與重音結合，凸顯身體動作的強度與熱能；細緻的手部動作配合節奏輕快的歌謠，充分展現青春活潑；特技練習若有音樂輔助，較易彰顯戲劇張力與效果。可見，身體聲音統感的重要，絕對有助於美感的提升。

由於戲曲學院民藝系的學生會在一個大教室內，同時分組操練不同的技能，若從正面或傳統「雜技」之名思考，或許正可以考驗學習者的專注力，挑戰他們能夠不受外在環境雜音的干擾，勤練各種專長基本功。但我卻認為學習環境充斥著各種混亂的視覺和聽覺訊息，會造成教學的侷限，明顯有礙師生身體於空間的施展度和聲音交流的清晰度，更遑論每一項技藝的教師根本不可能在這樣的教室內善用音樂來增進身體動作的質感。有鑑於此，我以為達克羅士兼顧身體聲音統感的音樂教學理念值得推薦，因而主動邀請幾位民藝系的師長參與工作坊，讓他們也有機會體驗巧燕老師的課程，希望促成教師們進一步省思，藉由他們的親身經驗感知到身體聲音統整之美，以鋪墊他們未來投入改變的可能。特別是民藝系這群年輕一輩的教師如陳俊安、洪佩玉、陳儒文等幾位老師，雖然皆為民俗技藝科班出身的校友，但都很勤奮好學和開放包容，不僅積極進修舞蹈專業以求取更好的學歷，也在曉蕾和碧涵老師的鼓勵下，藉由參與此計畫案之便，願意組成教師社群，針對一貫制的課程和教學再次檢視、深入討論。這非常符合當初主持此計畫所強調的要從教師入手，且認為只有教師先有感、有心付出，才能發揮力量促成改變。而教師的自省本身就是一種美。此計畫以身體聲音美感為名，是希望教師能成為時時關注自己身體聲音的展現與表達，亦即整個身體（含精神意志）的存在，對於本就以身體聲音為教學內容的教師而言，更應

該呈顯表演者、藝術家的特質，並了解到無論是對自我、對所面對的教學科目，以及對啓發訓練學生，身體聲音都必須統整思考。

身體從技到藝需要美感內化

顯然地，這次所選的國中階段教師都是教授音樂及表演藝術者，但他們的學生卻可以粗分為兩類，一般學生與專業學生。兩類學生的教育目標有所不同，專業學生需花在技藝養成的時間與精力必然要多很多。然而，我以為要超越「技」達到「藝」的境界，需要人文底蘊和美感素養，而這些都需要長時間的培養及孕育。

觀看巧燕老師教學，學生在歡愉氣氛中學習，雖然在身體和聲音技能方面仍在基礎階段，但透過他們的身體動作感知音樂，當學生們隨音樂舞動認識音樂的同時，彷彿將音樂刻入體內，身體記憶著樂音，也讓旁觀者賞心悅目。啓明學校的學生雖然有視覺障礙，但表演藝術班的學生藉由觸覺、聽覺視譜，摸索樂器及進一步學習、演奏音樂，有些學生一人可掌握多樣樂器，展現特殊才華，而且爲了取得街頭藝人的證照，努力精進，看了令人感動！

戲曲學院民藝系的學生從身體的質素觀之，當是最爲專業的一群，他們從小學五年級入學，集體住校培訓，每天都有早功和基本功的訓練，如今升到國中，已經累積一定的程度，難怪每次協同記錄的國教院助理們，看到他們的特技展現，都張著口露出不可思議的表情。我曾經請計畫專任助理傅安沛針對國二那一班學生錄下他們星期五一天的作息和學習情況，因爲有次前往觀



在張巧燕老師的音樂課堂中，學生透過身體動作搭配道具來感知音樂。



李靜雯老師帶著多障孩子一起完成手指謠演出。

課時，發現他們星期五從早到晚都是和體能相關課程，即使學生年輕、活力十足，有些甚至有過動傾向，但到了下午已經疲態畢露，優雅的芭蕾課也因為學生未能覺察照顧到動作的過程、細節與精準，頓失光彩、看不到「美觀」，殊為可惜！甚且，在訪談教師時得知學科課程通常都安排在下午，學生的學習狀況不佳，容易入睡，這也讓我警惕到如果學生從小浸潤在身體體能鍛鍊與技術動作的強力練習，欠缺對身體和身體文化的認識、理解與欣賞，要達到表演藝術較高的層次實有其難度。因此，更加確信美感素養需從小培養，特別是表演藝術工作者，更需要從他們啓蒙時期，就不斷提醒灌輸不能只學習身體技術、動作外型 and 表面功夫，而是需要用心體會，灌注精氣神於學習之中，包括對於不同學習內容和經驗的廣泛吸收涉獵。如此，隨著年齡增長，當個人生活歷練和生命經驗更為豐富、有厚度時，就不致耽溺匠氣，足以由內而外展現出成熟且高超的技藝，成為具有個人風格和品味、舉手投足都深具美感的藝術家。

身體的潛能無限寬廣

啓明學校的玟君老師畢業於北藝大傳統音樂系，又取得臺北市立大學運動教育碩士學位，原本認為啓明的學生很難突破身體的能動性，然而在參加我們所提供的工作坊課程後，有了不一樣的想法，並願意在日後的課程中嘗試多引導學生運用身體來勇敢地探索學習。事實上，在觀摩啓明學校幼兒園手指謠競賽活動，以及與靜雯老師的訪談中，我發現即使是面對重度、多重障礙的孩童，只要教師有愛心、耐心，並找到適當的方法，孩童的身體能力絕對可以被啟動。我親眼目睹靜雯老師將一位多重障別的幼兒抱坐在自己的大腿上，兩人身體相依、手把手、邊念邊動地完成一首歌謠，足見每一個人的身體都是獨立個體，都仍有廣大的

開發空間。靜雯老師在參與計畫案特別安排的工作坊後，也向我表示很有收穫、深受啟發，會試著將所學到的一些點子、方法轉化於日後的教學中。而之前我也曾看過全盲的舞者在國家劇院的舞臺上令人動容的表演，對於盲人舞者在臺上自在起舞，且旋轉不覺暈眩，真是好生佩服。這也顯示西方常說的，「上帝關了一扇門，會為你打開另一扇窗」，還蠻有道理的，而我們也要把握機會，化危機為轉機，破障礙成獨特，充分發揮所能。

而個個身懷絕技的幾位戲曲學院民藝系教師們，包括陳俊安、洪佩玉、陳儒文和北藝大舞蹈系畢業校友薛欣宜等，也因為參與工作坊，接觸了達克羅士音樂教學法、舞蹈和戲劇的創意教學課程，以及與不同背景的教師交流互動，開啓了不一樣的身體聲音經驗。如果他們經由自我的覺察，對於身體的思考與身體的文化因而有了更多的想像、見識與視野，進而能夠省思如何將所學所得回饋到未來的教學中，不僅教師為藝術家和創作者的角色可更為鮮明凸顯，還可以發揮創意突破傳統教育模式的框架和包袱，當然，他們的學生勢必也會因此受惠，在教師的啓迪下，提升身體技藝的品質，共同為寶貴的傳統表演藝術資產再賦予時代新面貌，創造新生命和價值，推展出另一片天地。

特別值得一提的是，身體的潛能與身體所處的空間環境是息息相關的。很慶幸地，戲曲學院在碧涵老師的引介下，也將與我們計畫同步進行的另一生活與環境（空間美學）計畫案主持人喻肇青教授引進戲曲學院，希望藉由他帶領的參與式空間改造，透過校內師生參與、商討獲得共識，發掘問題，找到解方，尋求改善學校空間環境的可能性。而此舉也促成了兩個子計畫案有了共同的合作學校，且是臺灣非常特殊具有藝術文化指標意義的學校，未來成果頗令人期待！碰巧地，2017年9月3日又剛好看到了



國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系的同學在張巧燕老師的達克羅士音樂教學法下所進行的音樂課程。

電視節目播出戲曲學院民藝系學生暑期到中國大陸接受培訓片段，看著學生在人數較少的寬敞空間和密集長時間內，有著教學輔具協助，以及嚴格教師的指導下，硬撐苦練、自我要求的實況，讓我對身體忍受痠痛、超越自己的可能，再次開了眼界，但也更促使我想探知這些學生在不同空間環境和教師指導之下，學習心態與動力改變的原因為何？而在這艱辛卻又甘之如飴的學習過程中，美感教育又可提供什麼啟示與省思？

誠如佛法所說「人身難得」，與其說身體的潛能無限寬廣，應該更貼切地說，身為人，我們如何透過自覺做到「成人之美」？因此，在本文結束前，我想再回到本計畫的初衷，倡導美感教育的推動需從教師入手，鼓勵教師時時自我覺察、反省，自我提問：如何善感、感美？如何在教學中呈現美？如何讓學生感美、懂美、表現美？如何教育每個人回到自身，即使是在刷存在感時，仍可以在自然與社會間找到平衡？真正回歸覺行到亞太地區美感教育研究室所標榜的存在美學、生態美學和公民美學三環圈的最中心交集：身體，且是擁有人本、人文思維與敏銳感受，在所處生活世界中勇於追求自我實踐的生命主體。

另外，我想再補充說明，當我們「從師起」、「從心起」來談身體聲音美感教育時，之所以將聲音特別從身體切割獨立出來，是從展現的形式來稍加區隔的。畢竟從身體發出的聲音相較於身體發展的動作，對於接受者而言，前者是較抽象的聽覺感應，後者是較具體的視覺印象。但我也想針對聲音之美特別提一下我個人的關注面，是將人聲、音樂、語言的表達等都納入聲音的範疇。尤其是在今日語言暴力隨著網際網路的發達盛行，已到了充斥難擋，以及我們經常對於環境噪音也早就習以為常，甚至充耳不聞的情況下，我以為重視口語表達絕對是推動美感教育不

可或缺的一環，身為師者，更是需要在語言聲音的使用及對學生的引導上有所警惕，並懂得方法。這也是為何之前會特別邀請同事音樂學院吳榮順教授針對在職教師分享有關聲音分析的課程，希望協助教師理解自己的聲音特質，找到較好的發音方式。至於要如何修飾語言、誠懇表達，就須仰賴堅實的人文教育與教養了，而這也需要每一個人的自我提升，成人、大人們更有著身教的示範作用。

常言道：「教育是良心事業。」我以為會選擇「百年樹人」的教師為工作，本身就是一種美，因為那是一份具備有教無類、因材施教的理想，需要愛與榜樣，甘於犧牲、點亮他人的神聖志業。因此，無論教授何種科目的教師，只要肯付出，散發教學熱情，並樂意分享，誠懇接受他人的良善建議，不斷檢視自己的教學，以求更臻美好，就已具備美的慧根，足以讓美自然流瀉呈顯於個人表現和課堂實施之中，讓所有參與者皆有感，感受到美的靈光。

最後，我要對共事的夥伴們表達感謝。很幸運這一年可以和大家交流共學，感受到大家願意為學生多做些準備、充實自己，甚至自己製作教具的心力。且讓我們一起繼續討論美感教育的真諦，並持續為美感教育的實踐戮力以赴！

教學是一個永無止盡的藝術： 張巧燕老師國中音樂教學觀後感

教學是一個永無止盡的藝術，社會大環境在改變，學生的學習心態與習性在改變，國家藝術教育政策也在改變，每位老師的教育哲學信念也在不斷修正中。……對音樂的熱情，對教育的愛，對學生的責任，以及人性的溫度，是美好身體、聲音教學實踐的基礎。

林小玉

臺北市立大學音樂學系教授

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案共同主持人

我參與的「聲音與身體課程實驗方案」邀請不同學習階段的現場教師參與，在國立臺北藝術大學、臺北市立大學及國立臺灣戲曲學院教授群陪伴圈的伴隨下，對現場教師的教學進行觀課與課後的回饋討論，彼此互相激盪看法，也釐清觀點。

對於願意開放課程讓人觀課的老師，筆者心存感激，教學者一來必須面對觀課群所帶來的可能干擾，二來無法不正視回饋討論帶出的教學反思……，這些衝擊難免令人對於開放觀課思之卻步。

本文之觀課主角為景興國中的音樂教師張巧燕，謹以此文回饋她的教學。故事的背景是這樣的：巧燕老師是一名公立國中音樂教師，秉持著專業與熱忱投入國中階段的音樂教學，也曾經有一段很長的時間不知道如何實施讓學生喜歡、自己驕傲的音樂課。那時，上課充滿了挫折，教學變成了痛苦的試煉。所幸，即使在萬般挫折中，她仍一直把學生的學習放在心上，不斷思考為什麼學生不喜歡音樂課？音樂課應該教些什麼？學習音樂後的表現方式有哪些？這麼多年來，她探詢不同的方式，參加各種研習營，努力和自己以及他人對話……。最終，達克羅士音樂教學法成為她的媒介，社團法人台灣國際達克羅士音樂節奏研究學會創會理事長暨現任常務理事謝鴻鳴教授成為她的典範，她以該教學法為基礎轉化進入她的音樂教學場域，在達克羅士音樂教學法的教學重點和國中音樂的實施實務中取得協調與平衡。

觀課的地點是巧燕老師的音樂教室，那是一個狹長形的地板教室，室內光線明亮，學生須脫鞋穿襪入內，白板、電腦投影、數位鋼琴、直立式鋼琴、爵士鼓組是典型的設備。但更多的驚奇往往來自非傳統素材，多彩的氣球、網球、蒼蠅拍、絲巾……，

會在最適當時間出現，以協助學生感受或呈現音樂的具象化、肢體化與情境化。學生或站或坐或跪坐在地板上上課，活潑但不失秩序，投入然表情輕鬆。學習主軸不論是直笛、歌唱、欣賞、創作、音感、認譜、或音樂知識，總有老師的溫馨鼓勵，以及精心安排而學生必須全心參與的課堂活動。不參與，會被發現；不想思考，總會被挑戰與啟發。

本文以筆者觀摩她的國中音樂教學之想法為基礎，不特別敘述教學流程，期能跳脫教案整理的手法；也不完全從達克羅士教學法之角度剖析，冀能擴大詮釋的空間；本文旨在回應計畫「身體、聲音」的本質，體察一位學校音樂老師如何引導學生在這兩方面的學習。綜合而論，張巧燕老師在景興國中的音樂教學，主要係透過以下的音樂教學精神以體現美感教育：音樂教學法之信念與影響、教學鷹架之建立、人際關係之經營。

壹、音樂教學法之信念與影響

巧燕老師的音樂課是音樂本質成份很重但被輕鬆包裝的課程，這與達克羅士音樂教學法的精神有關。

「達克羅士節奏教學法」是由瑞士的音樂家、音樂教育家艾彌爾·傑克－達克羅士（Emile Jacques-Dalcroze, 1865-1950）所創的一套音樂教學法，原文稱為「Eurhythmics」。達氏教學法主要的理念是強調以身體動作去感應音樂的各種要素。經由動作的體驗，形成音樂意識，進而增進對音樂的表現能力以及建立音樂的認知。一個達克羅士節奏教學法的師資必須接受鋼琴即興創作的訓練，以期能夠靈活運用鋼琴寬廣的音域和豐富的音色，即興彈奏出音樂的各種變化，引導學習者親身體驗。達氏教學法

的理念打破了傳統音樂教育過於注重技巧、理論的傾向，其影響力至今依然深遠，並成爲國際性的音樂教學主流之一（劉英淑，2000）。

達克羅士教學法雖以節奏爲名（Eurhythmics爲希臘文，意爲美好的節奏），實際上卻包括「音感訓練」（Solfège）、「音樂節奏律動」（Eurhythmics）和「鋼琴即興」（Piano Improvisation）等三項課程。此教學法用生動的身體律動方式，來進行基本音樂要素的訓練，不但可幫助學生具有完整的音樂理念及身體經驗，也可以幫助學生更了解自己、建立自信，而達到自我實現的目標，更在強調肌肉覺、視覺、感覺、知覺與心智等多元發展統合的課程訓練中，培養出學生的高度專注力、判斷力、記憶力及瞬間反應能力（謝鴻鳴，2014）。

巧燕老師長期接受達克羅士教學法師資培訓，將之運用於其國中音樂教學現場，展現以下的教學特質：

一、聽覺藝術學問大

聽覺在所有感官中，直接但又抽象，直接係在於其渲染力夠，抽象在於很難具體描繪。巧燕老師師承達克羅士教學法，音感訓練本就是三個課程之一，所以她總是藉由身體律動實施音感教學，讓抽象的音樂感知透過肢體的媒介，能夠更爲具象反映所聽所感，而教師也因此更能了解與察覺學生之音感接收情形，以因應學生的學習狀況實施教學。

二、時間藝術重脈絡

音樂除了是聽覺的藝術外，也是時間的藝術，所以有開始、持續以及結束，而其意義存在於脈絡中，前奏慢，速度就相應；伴奏活潑，音樂風格也要對應……。巧燕老師的音樂教學重視這方面音樂特性之掌握，她總會提供預備拍提示以及前奏，讓學生有美好而清晰的音樂前導，因此更能進入樂曲的要素與情境中，在音樂課感到安全，容易進入學習的狀態中。她也會提供不同的音樂脈絡，力度大、力度小，速度快、速度慢，圓滑奏、斷奏……，讓學生做出相應的反應，學生的音樂敏感度在這樣時時要察覺音樂脈絡的狀態下，也隨之成長。

三、表演藝術開麥拉

音樂除了是聽覺的藝術外，也是表演藝術，巧燕老師在教學中常用特定的用語以凸顯音樂的表演藝術方面特性，例如學生在分組展現時，她會區分「觀察組」、「示範組」；或用「燈亮」一詞代表開始表演；使用的媒材（如氣球與絲巾）之色彩搭配也有留意，讓課堂呈現色彩之差異與調配感；也特別重視聆賞禮儀，總會提醒學生表演時該有的儀態以及觀賞時不能忽視的禮貌；表演方式也總是顧及觀眾的方位以及聆賞時的角度，將音樂課綿密帶入表演藝術的氛圍。這種種刻意的安排，無非希望引導學生了解音樂除了可以聆賞，更具有表演藝術的特質。

貳、教學鷹架之建立

蘇聯心理學家維高斯基（Lev S. Vygotsky, 1896-1934）提出的認知發展論中，最受重視的是他倡議的近側發展區（Zone of



張巧燕老師引導學生藉由身體的前後擺動來表現樂音的高低與樂句的強弱。



利用不同顏色的絲巾作為教學輔具，讓音樂課不只是聽覺藝術的學習、也是視覺藝術的饗宴。

(照片來源：張巧燕)

Proximal Development, ZPD)。所謂「近側發展區」指介於兒童自己獨自表現所能達到的能力水準，與經由別人給予協助後可能達到的能力水準，此兩種水準之間的一段差距。在這種情形下，別人給予兒童的協助，包括成人的協助或同儕的互動等社會支持，對兒童的認知發展具有促進發展的作用。根據維高斯基的這種觀點，Bruner、Ross和Wood於1976年將兒童得自成人或同儕的這種社會支持隱喻為「鷹架支持」（scaffolding），強調在教室內的師生互動歷程中，教師宜扮演社會支持者的角色，猶如蓋房子時鷹架的作用一樣。換言之，最初兒童需要在成人或同儕的支持下學習。但是，當兒童的能力漸漸增加之後，社會支持就逐漸減少，而將學習的責任漸漸轉移到兒童自己身上，如同房子蓋好後，要把鷹架逐漸移開。因此，維高斯基的社會建構論主張有時可稱為鷹架理論（劉威德，2000）。

有效的教學課堂，鷹架的建構總是成功有力的，不但知道如何安排學習情境讓學生在教師以及同儕的支持下學習，更洞悉如何逐漸將學習的責任轉移到學生身上。循序漸進、由簡而繁、從具象到抽象、從簡化的素材開始，這些廣為人知的教學步驟自然可見於巧燕老師音樂教學的每一堂課，本文不再贅述，以下旨在從身體與聲音美感的角度，揭櫫筆者察覺到的巧燕老師教學鷹架。

一、具美感的示範

音樂課最直接的教學鷹架，就是示範，但很遺憾地，筆者愈來愈少看到教師透過自身的示範，讓學生感受聽覺藝術之美好，或樹立學習典範。巧燕老師從不吝於示範，非常頻繁地彈奏、演唱、朗誦、即興、律動，讓學生了解老師的期望或目標，並重視



張巧燕老師親身示範如何以肢體律動呈現旋律高低。

所提供示範之品質，總是帶有情感、具有美感的演繹。其說服力，遠超過言語百千倍。

二、輔具之支持

音樂除了是聽覺的藝術外，也是時間的藝術，渲染力強但也在藝術形式中相對抽象；此外，每位學生的學習風格也不同，很難僅憑單一的教學策略滿足多元的學習需求。巧燕老師為建立學習鷹架以及因應不同的學習風格，在這方面除了藉由各種不同組合的分組方式帶動差異化學習，更善用輔具，提供不同學習媒材與管道。光是以球類而言，筆者所見就包括氣球、皮球、網球等，這些輔具都是教師事先準備、百般探詢而來的寶貝，因為看得見摸得到，可以根據設定的學習目標讓學生更具體地感受音樂的內涵。

三、引導式創意

創造力是一種重要的能力，有人視之為思考能力、人格特質的表現、心理歷程、體現於產生特殊作品、或與環境因素有關（林小玉，2007）。視創造力為一種心理能力的學者，多著眼於創造力所表現在外顯行為上的特質，並試圖藉由心理計量學之方法界定創造力之因素與基本特質，其中最具代表性的四種創造思考能力包括流暢力、變通力、獨創力與精密力。

此四種創造思考能力之名稱、特性、界定方式與評量標的如表一所示。



善用不同的教學輔具，可以滿足多元的學習需求。三張圖分別使用了皮球、網球、氣球作為教學輔具。

表一 四種創造思考能力

名稱	特性	界定方式	評量標的
流暢力	心智靈活、 思路通暢	能在限定時間內產生 多少不同解決問題方 式的能力	創作反應的數量多寡
變通力	隨機應變、 不墨守成規	能產生多少種不同種 類合理問題解決方式 的能力	創作反應的類別數量多寡
獨創力	獨具慧心、 創新求變	能產生怎樣與眾不同 問題解決方式的能力	創作反應相較於他人的獨特性
精密力	反覆精進、 追求卓越	針對特定問題能產生 逐步進階步驟以解決 問題的能力	創作反應的品質之精緻程度

資料來源：林小玉（2007：5）

達克羅士音樂教學法包括「音感訓練」(Solfège)、
「音樂節奏律動」(Eurhythmics)和「鋼琴即興」(Piano
Improvisation)三部分，其中音樂節奏律動引領學生的肢體開發
與創意展現，鋼琴即興則強調教師應該具備即興能力以透過音樂
即興提供即時的音樂刺激，達成教學目標。基於達克羅士教學法
對於音樂創意之重視，巧燕老師的音樂課較之他人，其中的音樂
創作與肢體創作之比例高出不少，而上述這四種創造力可能性都
見於她的課堂中：以欣賞與聽辨布列頓《青少年管弦樂團》主題
之教學為例，她有時引導學生在限定時間內產生不同的小組肢體
呈現（流暢力）；有時引導學生產生不同種類的小組肢體呈現
（變通力）；有時引導學生產生與眾不同的小組肢體呈現（獨
創力）；有時引導學生展現更優於先前的小組肢體呈現（精密
力）。

然而這些創造力的展現並非一蹴可幾，巧燕老師達成方式
主要透過引導式創意建構教學鷹架，亦即藉由個人創意空間之規
範，如要展現「樹」的生長樣態、用「五聲音階」創作且結束在
「Do」音，這些括弧內的條件或許限縮了學生創意展現的無盡空
間，但因為限制也便於比較與分辨，奠基學習之基礎，也構築她
提供之鷹架特色。

參、人際關係之經營

人際關係是學習與人類發展的基礎（Royston, 2017）。哲學家、教育家杜威就說，吾人皆知，教師應支持健康的、安全的以及投入的人際關係，以提供最佳的學習情境（Dewey, 1916）。關係建立在口語以及非口語的溝通、知覺、情感、信任、同理心以及行為上，是不斷變動的循環，而且連動的。它可以喚起正面的



張巧燕老師引導學生以「樹」的生長樣態來展現樂曲旋律的高低。



張巧燕老師總是以邀請式的手勢（手心向上）與同學們互動，讓學生樂於和她親近，進入學習狀態。

或負面的經驗，而且因為受到人格特質與過往經驗的影響而不易預測（Kassin, Fein, & Markus, 2008）。Royston（2017）調查學生們最喜歡的音樂老師特質如下：信任學生，具幽默感，為人友善，對於教學主題有熱情，關心學生，設定高的標準，願意傾聽學生的想法。最不喜歡上課常發脾氣、沒有耐心、喜威嚇學生、過度放任學生、對學生冷嘲熱諷、偏心的音樂老師。

文獻中所提及的學生們最喜歡的音樂老師特質，巧燕老師全部具備，她為人親切，幾乎叫得出每位學生的姓名；關心學生，觀察力強，沒有跟不上進度或有特殊狀況的學生都會得到她不著痕跡的注意與關心；她樹立音樂課堂之規範與獎勵制度，言出必行，確實落實；善於提問技巧，引導學生多元思考，也願意真誠傾聽學生的心聲，總能適時回應學生的心聲與學習情形；對於教學主題有熱情，邀請式的面容、語調、話語，讓學生樂於和她親近，進入學習狀態。

肆、結語

獲得美國研究獎的Webster（2014）教授對於音樂教育的未來趨勢，提供七個方向：（1）以建構主義及教學實踐探究的學生中心研究；（2）發展重視學生音樂創造思考的教育哲學觀；（3）音樂跨學科或跨領域之統整；（4）學生為中心的學習評量；（5）擴充教學對象帶入與帶出社區；（6）擴充音樂素材；（7）因應新興科技的學習情境營造。這些議題都是音樂教育研究的重要趨勢，需要音樂教學研究者、理論建構者以及教學實施者共同努力，有賴時日，更需長期研議。

但每位音樂教師在自己課堂中的實際教學，卻是實實在在自

己信念的演繹、專長的傳遞以及美感的延續，把握住了，可以豐富眾多學子的心靈；錯失了，可能換來他們對於音樂藝術的鄙視或輕蔑，不可不慎。

教學是一個永無止盡的藝術，社會大環境在改變，學生的學習心態與習性在改變，國家藝術教育政策也在改變，每位老師的教育哲學信念也在不斷修正中。本文提出巧燕老師音樂教學美感很重要的基底體現於音樂教學法之信念與影響、教學鷹架之建立、人際關係之經營，這些基礎的基本內涵，是教師音樂專門知能的體現，是教育專業的掌握，以及溫暖人性的體察。對音樂的熱情，對教育的愛，對學生的責任，以及人性的溫度，是美好身體、聲音教學實踐的基礎。

參考資料

- 林小玉（2007）。音樂創造力——概論、教育心理學觀與實徵研究。臺北市：五南。
- 劉威德（2000）。鷹架理論。教育大辭書。取自<http://terms.naer.edu.tw/detail/1315766/>。
- 劉英淑（2000）。Dalcroze Eurhythmics。教育大辭書。取自<http://terms.naer.edu.tw/detail/1312814/>。
- 歐用生（2012）。日本中小學「單元教學研究」分析。教育資料集刊，54，121-148。
- 謝鴻鳴（2014）。達克羅士音樂節奏教學法簡介。取自<http://blog.roodo.com/dalcroze/archives/4702533.html>。
- Dewey, J. (1916). *Democracy in Education*. New York, NY: Macmillan.
- Kassin, S., Fein, S., & Markus, R. (2008). *Social Psychology* (7th ed.). Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Royston, N. S. (2017). Improving Music Teaching through Interpersonal Relationships. *Music Educators Journal*, 103(4), 34-39. DOI: 10.1177/0027432117698023.
- Webster, P. (2014). 2014 Senior Researcher Award Acceptance Address: Cautious Optimism for the Future of Research in Music Teaching and Learning. *Journal of Research in Music Education*, 62(3), 203-214. DOI: 10.1177/0022429414542834.

身體的學習經驗

不在窠臼裡反覆練習，而是重新再思考在藝術學習歷程中，身體的感官是否出現？身體感官是否處在一種動態的進行式？我在行動故我在，這個我在是否通過身體通向認知的境界？或許，這也是本計畫要探究的目標。

容淑華

國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所副教授

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案協同主持人

Herbert Mainusch在《懷疑論美學》提出：「藝術決不是天才人物獨霸的特別事情，藝術就是自由的生命力的表現，藝術就是人的天性。與其把藝術看作理想和情感的載體，不如說藝術就是人類馳騁自由想像、宣洩內心情感的過程。而且感性的藝術也並不是理性目標的低層次階段，它本身就是一種無限的境界。」（古城里譯，2000：91）

本階段的觀課以國高中生為主，筆者觀看兩所學校：一是景興國中，一是戲曲學院民俗技藝學系。前者為一般國民中學，學生大約十四歲，進行七年級的音樂課程；後者是專業科班人才培養的學校，被觀課的學生也是十四歲。同樣的年歲，學校屬性不同以至於教學目標也是天壤之別。雖因教學目標不同，對於身體的訓練方式就有所差異，以上誠屬於外顯行為，惟，對於「藝術」追求是否有共通性？這樣的疑惑在筆者觀課期間不斷出現，也讓Mainusch的說法一直在筆者腦海裡盤旋。

「聲音與身體」在任何學習上都是重要的，更不用說藝術的學習。任何設有目標的學習總有ABC的基本能力的訓練目標，相當制式的、有框架的學習過程。教師心中都有一條藝術的線，在課程目標的敦促下，學生都必須完成，而且成效不錯。先不談美感這麼大的標題，這一切的學習和自身有關嗎？這一切有幫助學習者更了解自己的身體嗎？所有的學習真的有內化的體驗形成經驗嗎？不論通識的或專業的藝術教育是否都和「人」的學習與發展有關？一個人的自我、我與他人或與社會的群性關係、我與自然的關聯又如何？這時筆者腦中又浮現Mainusch的說法。

在上述兩所學校中，看似不同的教學目標，但以身體覺察、覺知、覺行而言，卻是殊途同歸。作者借用S. Jennings（1986）



臺北市立景興國民中學的音樂課程。



國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系的頂功訓練課程。

以創造性戲劇帶領團體戲劇工作的三個焦點引用在這兩所學校學生學習歷程：（1）聚焦於創作與表達，強調於學習者的創造性發展和歷程的美感經驗，並在歷程發現學習者的潛能，以及與他人互動合作的社會性技巧；（2）聚焦於工作、技能與學習，強調在學習歷程也同時在練習日常生活的能力；（3）聚焦於洞察力、自我認知與改變，強調學習歷程的融會貫通。所有藝術的學習、專業科班的訓練，不僅在專業藝術的認識和技巧的雕琢，不也是在追求上述三項焦點；通識藝術教育更應在以藝術為本的鷹架中逐步達到Jennings論及的歷程焦點。這一切不都是回到與「人」有關、與自我有關。

不在窠臼裡反覆練習，而是重新再思考在藝術學習歷程中，身體的感官是否出現？身體感官是否處在一種動態的進行式？我在行動故我在，這個我在是否通過身體通向認知的境界？或許，這也是本計畫要探究的目標。

參考資料

Herbert Mainusch著，古城里譯（2000）。懷疑論美學。新北市：商鼎。

陪伴圈諮詢會議與課程活動期程紀錄

日期	諮詢會議與課程活動	內容
20170413	臺北市立景興國民中學觀課會議（一）	張巧燕老師 （國中七年級教學）
20170418	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（一）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）
20170428	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（一）	薛欣宜老師 （國中八年級教學）
20170501	陪伴圈諮詢會議（一）	1.介紹研究團隊。 2.確認觀課日期。 3.調整美感教學檢視記錄工具。 4.討論專書出版計畫。 5.分享觀課心得。
20170505	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（二）	陳俊安老師 （國中八年級教學）
20170510	臺北市立啓明學校幼兒園觀課會議（一）	李靜雯老師、簡淑娥老師 （幼兒園混齡教學）
20170515	臺北市立景興國民中學觀課會議（二）	張巧燕老師 （國中七年級教學）
20170602	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（三）	陳儒文老師 （國中八年級教學）
20170606	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（二）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）
20170609	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（四）	薛欣宜老師 （國中八年級教學）
20170612	臺北市立景興國民中學觀課會議（三）	張巧燕老師 （國中七年級教學）
20170615	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（五）	洪佩玉老師 （國中八年級教學）

日期	諮詢會議與課程活動	內容
20170616	臺北市立啓明學校幼兒園觀課會議（二）	李靜雯老師、簡淑娥老師 （幼兒園混齡教學）
20170622	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（三）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）
20170628	臺北市立啓明學校幼兒園觀課會議（三）	李靜雯老師、簡淑娥老師 （幼兒園混齡教學）
20170922	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（六）	陳儒文老師 （國中九年級教學）
20170925	臺北市立景興國民中學觀課會議（四）	張巧燕老師 （國中九年級教學）
20171003	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（四）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）
20171011	陪伴圈諮詢會議（二）	1.說明計畫執行進度。 2.確認觀課日期。 3.調整美感教學檢視記錄工具。 4.討論專書出版計畫。 5.規劃教學觀摩會。
20171019	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（七）	陳儒文老師 （國中九年級教學）
20171023	臺北市立景興國民中學觀課會議（五）	張巧燕老師 （國中九年級教學）
20171024	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（五）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）
20171106	臺北市立景興國民中學觀課會議（六）	張巧燕老師 （國中九年級教學）
20171109	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（八）	薛欣宜老師 （高中一年級教學）

日期	諮詢會議與課程活動	內容
20171114	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（六）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）
20171116	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（九）	陳俊安老師 （國小六年級教學）
20171124	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（十）	田國華老師 （國中七年級教學）
20171128	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（十一）	陳儒文老師 （國中九年級教學）
20171204	臺北市立景興國民中學觀課會議（七）	張巧燕老師 （國中九年級教學）
20171206	聲音與身體課程實驗方案：教學觀摩會 @ 國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系	張巧燕老師 （國中九年級教學）
20171211	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（十二）	陳儒文老師 （國中九年級教學）
20171212	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（十三）	洪佩玉老師 （高中二年級教學）
20171212	國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系觀課會議（十四）	張京嵐老師 （高中二年級教學）
20171226	臺北市立啓明學校表演藝術科觀課會議（七）	林玟君老師 （高職表演藝術科教學）

美感教學檢視記錄工具

教師課堂教學美感呈現檢視表

教學美感檢視面向如下：

- (一) 教師教學中的身體 / 聲音呈現與相關覺察
- (二) 教師教學法的使用和轉換考量的覺知
- (三) 教學內容的設計和教師對於學習者的反應轉變呈現 (reflection in / on action)

記錄人：

記錄時間：

記錄地點：

觀察對象與場域：

檢視面向	美感表現情形 (低到高)	文字敘述紀錄
• 教師聲調表現		
1.1 音量	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.2 音調	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.3 速度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.4 語意表達	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.5 聲音情緒	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
• 教師的教學呈現		
2.1 教學內容設計	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.2 課程銜接	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.3 對於學生反應、 教學成效等之敏 銳度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.4 面對教學狀況之 教學態度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.5 提問技巧	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.6 教具的使用	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.7 教室情境 / 氛圍	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
• 教師的身體與情境的關係		
3.1 儀態與手勢	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.2 身體移動速度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	

檢視面向	美感表現情形（低到高）	文字敘述紀錄
3.3 與學生的空間距離	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.4 在教室中的空間位置	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.5 師生間的互動	引起動機階段 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
	發展活動階段 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
	綜合活動階段 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	

教師表現的綜合分析

一、教師在課堂呈現的整體教學美感程度

（低） 1 2 3 4 5 6 7 （高）

說明：

二、其他教學美感表現分析

說明：

(2017年5月1日陪伴圈會議修改)

教師課堂教學美感呈現檢視表

教學美感檢視面向如下：

- (一) 教師教學中的身體 / 聲音呈現與相關覺察
- (二) 教師教學法的使用和轉換考量的覺知
- (三) 教學內容的設計和教師對於學習者的反應轉變呈現 (reflection in / on action)

記錄人：

記錄時間：

記錄地點：

觀察對象與場域：

檢視面向	教師聲調表現 (低到高)	文字敘述紀錄
1.1 音量	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.2 音調	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.3 速度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.4 語意表達	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
1.5 聲音情緒	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
檢視面向	教師的身體與情境的關係 (低到高)	文字敘述紀錄
2.1 儀態與手勢	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.2 身體移動速度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.3 與學生的空間距離	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.4 在教室中的空間位置	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
2.5 師生間的互動	引起動機階段 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
	發展活動階段 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
	綜合活動階段 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	

檢視面向	教師的教學呈現 (低到高)	文字敘述紀錄
3.1 教學節奏與內容設計的關聯	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.2 對於學生反應、教學成效等之敏銳度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.3 面對教學狀況之教學態度	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.4 提問技巧	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.5 教具的使用	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	
3.6 教室情境 / 氛圍	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/>	

教師表現的綜合分析

一、教師在課堂呈現的整體教學美感程度

(低) 1 2 3 4 5 6 7 (高)

說明：

二、其他教學美感表現分析

說明：

(2017年10月11日陪伴圈會議修改)

教師課堂教學美感呈現檢視表

教學美感檢視面向如下：

- (一) 教師教學中的身體 / 聲音呈現與相關覺察
- (二) 教師教學法的使用和轉換考量的覺知
- (三) 教學內容的設計和教師對於學習者的反應轉變呈現 (reflection in / on action)

記錄人：

記錄時間：

記錄地點：

觀察對象與場域：

檢視面向	教師的聲調表現				文字敘述紀錄
	可	良	好	優	
1.1 音量					
1.2 音調					
1.3 速度					
1.4 語意表達					
1.5 聲音情緒					
檢視面向	教師的身體與情境的關係				文字敘述紀錄
	可	良	好	優	
2.1 儀態					
2.2 手勢					
2.3 身體移動速度					
2.4 與學生的空間距離					
2.5 在教室中的空間位置					
檢視面向	教師的整體教學呈現				文字敘述紀錄
	可	良	好	優	
3.1 教學節奏與內容設計的關聯					

檢視面向	教師的整體教學呈現				文字敘述紀錄
	可	良	好	優	
3.2 對於學生反應、教學成效等之敏銳度					
3.3 面對教學狀況之教學態度					
3.4 提問技巧					
3.5 教具的使用					
3.6 教室情境 / 氛圍					
3.7 教室空間的安排與設計					
3.8 師生間的互動	引起動機階段				
	發展活動階段				
	綜合活動階段				

教師表現的綜合分析

一、教師在課堂呈現的整體教學美感程度

可 良 好 優

說明：

二、其他教學美感表現分析

說明：

美感計畫教師課前教學方式紀錄表

教學者：

授課班級：

授課日期：

授課單元：

向度	教學方式
吸引（引起動機 / 教師提問）	
建立知識（教學資源）	
應用（如何教學 / 教學步驟）	
反思（延伸活動）	
評估（評量方式）	

(2017年10月11日陪伴圈會議修改)

教師教學方式紀錄表

教學者：
授課日期：授課班級：
授課單元：

向度	教學方式
引起動機	
教學資源	
教學步驟	
延伸活動	
評量方式	

反思紀錄表

教師姓名		學期週數 / 日期	
週記類別	<input type="checkbox"/> 教學反思 <input type="checkbox"/> 一般書籍閱讀心得	<input type="checkbox"/> 文獻閱讀摘要及心得 <input type="checkbox"/> 訪談	<input type="checkbox"/> 筆記 <input type="checkbox"/> 其他
教學資料 / 書籍資料	授課名稱： 班級年級與人數：		
描述： 例如：你 / 學生學到什麼？ 自己 / 學生做了什麼？		解讀與評估： 例如：自己的感受是什麼？有什麼新的想法？為什麼有這樣的感受及想法？為什麼學生在課堂中有某些特定行為？	
規劃： 例如：今日發生的事是否有具體的建議給自己 / 學生？如果再教授相同的課程，會做什麼改變？			
啓發 / 靈感： 例如：今日發生的事對自己將來哪些方面會有幫助，在教學上？課堂管理？個人？專業發展？			

工作坊課程資料

美育教學工作坊

- 一、課程時間：106年3月25日（星期六）
- 二、課程地點：國立東華大學 花師教育學院
- 三、主持：國立臺北藝術大學舞蹈學院 張中煥教授
臺北市立大學音樂學系 林小玉教授
- 四、講師（課程設計）：臺北市立大學音樂學系 郭芳玲助理教授
- 五、課程內容：

課程單元一 暖身活動：Go & Stop

- 單元分析：
 1. 透過肢體律動讓學生能放鬆暖身，配合音樂進行律動即興。
 2. 透過〈Pausen Samba 1〉與〈Pausen Samba 2〉進行肢體律動與樂句教學。
- 活動主要內容：樂句停&走（stop & go-game）
 1. 配合音樂〈Pausen Samba 1〉律動，音樂開始時走動或做出動作（12拍），音樂停止時做出一個動作（4拍）。

	Go（音樂12拍）	Stop（休止符4拍）
1	走	跳
2	跳躍	拍身體四下
3	腳步變化	四拍拍身體不同部位
4	腳步變化	兩人同時拍身體不同部位
5	雙人組 第一人留下、第二人律動	第一人拍身體不同部位

2. 配合音樂〈Pausen Samba 2〉開始律動即興，音樂開始時走動或做出動作（12拍），音樂停止時要擺出一個漂亮的姿勢：做出延伸的動作直至音樂開始（8拍）。

	Go（音樂12拍）	Stop（休止符8拍）
1	走	跳
2	跳躍	拍身體四下（每兩拍拍一下）
3	雙人組 第一人留下、第二人律動	第一人拍身體不同部位四下 第二人模仿
4	五人組（一個小圈） 一人跳雙腳變化，其他人學習和模仿	第二人拍肢體部位四下 其他人模仿
5	五人組（一個小圈） 一人跳雙腳變化，其他人學習和模仿	第二人演奏樂器節奏 其他人用肢體模仿拍打節奏型

課程單元二 非洲音樂 Aram sam sam

- 單元分析：
音樂對應適合的肢體動作、樂器、音畫，由身體、聽覺、視覺三層次感受並表現同一首歌曲。
- 教材分析：

Aram sam sam 非洲

The image shows a musical score for the song 'Aram sam sam' in 6/8 time. The melody is written on a treble clef staff. Below the staff, the lyrics are: 'A - ram sam sam, a - ram sam sam. gul-li gul-li gul-li gul-li gul-li ram sam sam. A -'. A 'V' mark is placed above the staff at the end of the first line. Below the lyrics, there are two rows of visual representations: '音畫' (Sound Pictures) and '樂器' (Instruments). The '音畫' row uses circles of various sizes and colors (black, red) to represent the rhythm. The '樂器' row uses icons of drums and maracas to represent the instruments. The second line of the score starts with a '5' above the staff and continues with the lyrics: 'ra - fi. A - ra - fi. gul-li gul-li gul-li gul-li gul-li ram sam sam.' Below this, there are more visual representations, including a blue line with an 'X' and the word '拍' (beat) written below it, indicating a specific rhythmic pattern.

- 教學大綱：
以奧福教學為主要教學手段與方法，應用非洲音樂〈Aram sam sam〉作為主軸，先以肢體動作搭配音樂，再用樂器帶入，最後再以抽象的圖畫（音畫）來表現音樂，再透過律動的肢體動作呈現音畫的視覺圖譜作為音樂的進行方式與音樂元素的對應，深入去感受音樂之後與音樂符號的對應學習。

- 教學目標：
 1. 情意：能感受出三段旋律不同的音樂特性，並接受非洲音樂。
例如：老師拿了鈴鼓、木魚、手搖鈴三種樂器，問大家哪一段音樂適合哪種樂器。……（從活動中對應目標）
 2. 技能：能夠結合肢體動作、樂器、圖像正確對應音樂旋律。
例如：能正確將肢體動作、樂器、圖像（音畫）對應音樂段落的歌詞。……（從活動中對應目標）
 3. 認知：了解肢體動作、樂器、圖像的特性和音樂的關聯。
例如：能正確將樂器和圖像（音畫）連結對應。……（從活動中對應目標）
- 教學過程與內容：
資源：音響、CD、樂器（沙鈴、手搖鈴、木魚、三角鐵、鈴鼓等）、白板筆、白板、白紙

教學項目一	唱非洲音樂〈Aram sam sam〉結合肢體動作。
目的與重點	<ol style="list-style-type: none"> 1.將音樂搭配肢體動作，使得音樂和動作彼此連結。 2.以同樣段落的音樂做類似的動作，不只是藉音樂的歌詞記動作，也讓動作來記音樂。
教學過程	

- 1.老師先唱一遍非洲音樂〈Aram sam sam〉搭配動作，同學們再和老師一同唱且做動作，重複幾次讓大家都熟悉音樂與動作。

〈Aram sam sam〉歌詞

A ram sam sam, a ram sam sam
 Guli guli guli guli guli ram sam sam
 A ram sam sam, a ram sam sam
 Guli guli guli guli guli ram sam sam
 A rafiq, a rafiq
 Guli guli guli guli guli ram sam sam
 A rafiq, a rafiq
 Guli guli guli guli guli ram sam sam

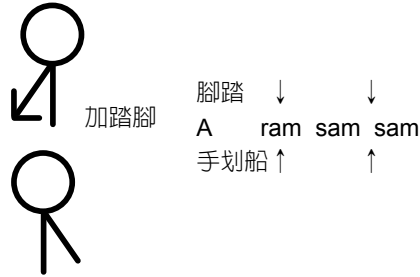
〈Aram sam sam〉動作

Aram sam sam：雙手同時拍腿三下
 Guli guli：左手右手交錯拍腿
 A rafiq：雙手舉高邊轉邊向下後拍手

- 2.老師介紹這首歌是非洲加那比亞音樂，是一首在講工作的民謠：Aram sam sam是爸媽在辛苦工作，Guli guli是小孩子在旁邊玩，A rafiq是下雨了。

〈Aram sam sam〉動作：工作版

Aram sam sam：划船的動作加踏腳



Guli guli : 左手右手交錯拍腿加轉圈

Arafiq : 雙手舉高邊轉邊向下後拍手

3. 老師將大家隨意分成兩組唱卡農，一句歌詞就接下一部，唱的時依然搭配動作。
4. 老師要大家自由走動邊唱歌邊做動作（第一版的動作），在ram sam sam時與人擊掌。
5. 回到一個圈坐下，做坐下也能做的動作搭配歌曲。

〈Aram sam sam〉動作：坐下版

Aram sam sam : 拍地板



Guli guli : 手握拳小力敲地板



A rafiq : 雙手舉高邊轉邊向下後拍手



教學項目二	唱非洲音樂〈Aram sam sam〉配上樂器。
目的與重點	<ol style="list-style-type: none"> 1.將樂器加入已經學會的音樂。 2.用樂器去對應音樂，因為對幼兒來說，玩樂器不一定要會看譜，而奧福教學是以肢體動作為主，也就是說奧福教學不會讓幼兒閒著，沒有輪到樂器的人用肢體拍打，拿到樂器的人也不是亂使用，要在該樂器要使用的時候再使用。
教學過程	

- 1.老師拿了鈴鼓、木魚、手搖鈴三種樂器，問大家哪一段音樂適合哪種樂器，經投票結果為在ram sam sam拍鈴鼓、Guli guli敲木魚、A rafiq搖手搖鈴。藉著大家一起不間斷地唱〈Aram sam sam〉並搭配動作，老師先拿起了鈴鼓，一句唱完後傳給右邊的同學，將樂器逐次傳下去，拿到樂器的同學在該時機使用樂器，沒拿到樂器的同學繼續做動作，使得每個人都
- 有事情做，此時老師並不會說明何時用什麼樂器，而是循序讓大家自己對應。



- 2.每個人有樂器後，該出現的樂器往前站一步再使用。因樂器不夠，所以將不同樂器合為同一組。

ram sam sam：鈴鼓
Guli guli：木魚、高低木魚等
A rafiq：沙鈴、手搖鈴、三角鐵



3. 輪到出現的樂器就往前，並走到下個該出現的樂器的人的前面，演奏完該樂器的那段就交換原位，換下一個樂器出去，再找下一個人。

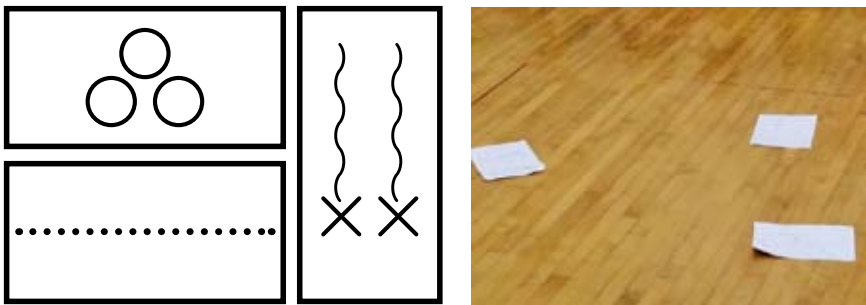
順序：鈴鼓→木魚→鈴鼓→手搖鈴→木魚→鈴鼓



4. 每個樂器持有大約兩、三首歌，就和別人交換樂器，樂器組別盡量不要和之前的一樣。

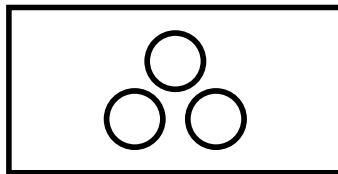
<p>教學項目三</p>	<p>唱非洲音樂〈Aram sam sam〉結合肢體動作或配上樂器再與音畫做連結。</p>
<p>目的與重點</p>	<p>1.將音樂搭配肢體動作與樂器，與音畫做連結。 2.以音畫連結音樂以及搭配的動作和樂器，讓音畫所對應的動作與樂器是自然而然地發生。</p>
<p>教學過程</p>	

1.老師拿白板筆在三張A4白紙上畫了三張圖，問大家哪一段音樂是對應哪一張圖。

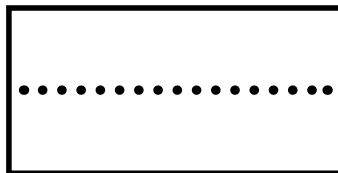


2.老師要大家唱到哪段音樂就站到對應圖案的紙上，同時肢體動作依然照做。

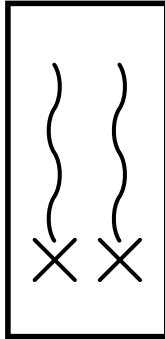
〈Aram sam sam〉動作與圖像
ram sam sam：雙手同時拍腿三下



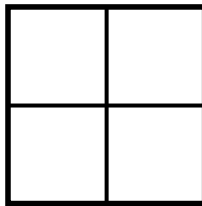
Guli guli：左手右手交錯拍腿



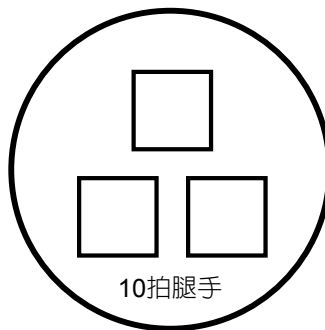
A rafiq : 雙手舉高邊轉邊向下後拍手



3.老師講解這就是音畫，音畫是透過想像的，當時教五歲的小朋友時，不是畫在A4紙上，而是把一張很大的紙分成四格。



4.老師要大家分成兩圈，內圈十個人要依照唱到的歌詞圍到對應的音畫旁，而外圈的人拿樂器伴奏。



樂器伴奏

5. 一輪結束，內圈的人邀請外圈拿樂器的同學，拿走他手上的樂器並坐走他的位置，跟他交換角色，然後再唱一次，直至全部的人都輪過。
6. 老師當指揮，大家當樂團，老師展示音畫，該音畫對應的樂器就要演奏。大家不會演奏自己沒有演奏過的型態，所以，老師要大家回想一下開始唱這首歌的時候，就是搭配動作；而且教孩子時要講故事，例如：現在我們是非洲人，我們要蓋房子。

搭配動作引導孩子：唱歌加動作（想像情節）

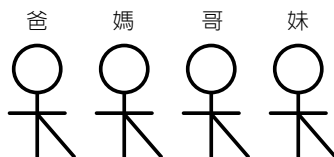
- (1) 肢體拍打
- (2) 拍地板（重要）：聽到聲音和發洩
- (3) 樂器

7. 音畫有兩種：

- (1) 對應音樂的情境：發一張白紙，讓孩子一邊聽音樂一邊畫出自己的感覺，讓孩子說為什麼他們畫那些、有什麼想法，或是畫和音樂的關係。
- (2) 對應音樂的元素：老師今天上的就是元素的音畫。

教學項目四	唱非洲音樂〈Aram sam sam〉結合肢體動作進行卡農分部。
目的與重點	<ol style="list-style-type: none"> 1. 將音樂搭配肢體動作，更生動地應用。 2. 用家庭角色來區分卡農分部，在進行卡農時需關注於自己的分部音樂，此時動作已經能直接對應在對的音樂段落上了。
教學過程	

1. 所有人把樂器全部放在中間，老師將全班分為四個人組成一個家庭，有爸爸、媽媽、哥哥、妹妹四位家庭成員，站左邊的為爸爸，向右依序為媽媽、哥哥、妹妹。



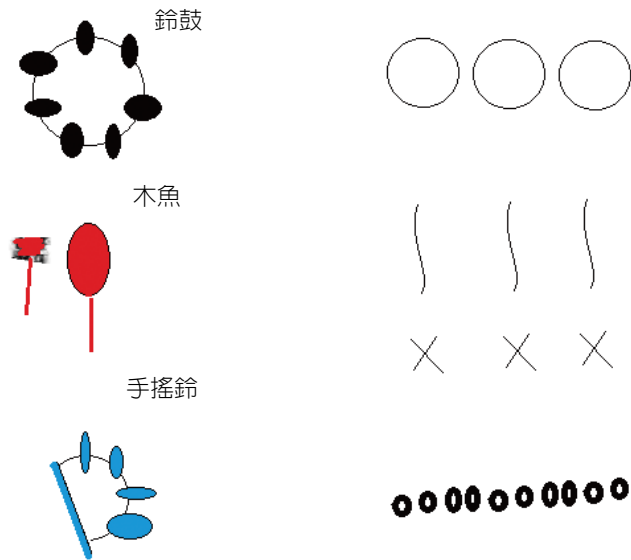
-
2. 依照同樣的順序出來做動作、唱歌，輪到時向前走出，唱完後再回原位，並且以兩句接下一部，變成四部的卡農，有合聲。



3. 老師向大家講解不是每首歌都可以唱卡農。卡農的條件：（1）五聲音階；（2）合聲在一起的。
 4. 四人順序（身分）調換，先試一次齊唱然後自由走動，邊走邊唱。
 5. 每個人依照自己的角色，按卡農的分布時機開始唱，邊唱邊找與自己一樣的角色：爸爸去找爸爸，媽媽去找媽媽，哥哥去找哥哥，妹妹去找妹妹。最後同樣的角色要在歌唱完前聚集在一起。小朋友的卡農只要兩個角色就好了，如果太多的角色，小朋友沒辦法分辨，會感到挫折。
-

<p>教學項目五</p>	<p>總結音樂對應肢體動作、樂器及音畫。</p>
<p>目的與重點</p>	<p>1.將音樂、肢體動作、樂器及音畫彼此連結。 2.以圖像連連看，以音樂對應肢體動作、樂器及音畫作結。</p>
<p>教學過程</p>	

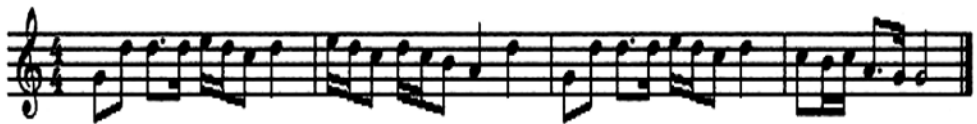
1.在白板上用三種不同顏色畫了三樣樂器和三種音畫。



2.可以再跟小朋友玩一個遊戲，分顏色把不同的樂器畫出來，也把不同的音畫不要照順序畫出來，讓兩邊的小朋友出來用比的，最後再讓他們連連看，這也是音畫對應樂器，小朋友就知道什麼音畫跟什麼樂器連在一起。

課程單元三 身體動作數拍子

- 教學理念：
本單元以主題運用在各種不同風格及速度中呈現變奏式的迴旋曲式，共有九段式（ABACADAEA）。主要目的讓學童可以感受及正確數出不同風格及速度的音樂，而教學者運用達克羅士教學法引導學童透過肢體不同方式感受及呈現不同拍數的對應，可清楚透過感知而達到認知的學習歷程。
- 教材與單元分析：
此樂曲是一首變化性豐富的迴旋曲式，藉由同個主題和拍子的轉換，延伸出九段變奏，發展出不同的曲風。




曲式：主要主題A（4/4拍子）－B主題（4/4拍子）小調－A－C主題（6/8拍子）－A－D主題（4/4拍子）Jazz－A－E主題（4/4拍子）Tango－A


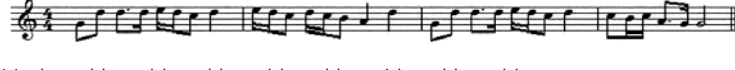
- 教學大綱：
運用達克羅士教學法，透過肢體對應各拍以不同的律動方式呈現，呈現第一拍拍手、第二拍搖擺、第三拍拍腿、第四拍踏腳，並引導運用在九段的不同音樂風格及速度上，將主題內化，透過音樂外顯在肢體律動中。運用創作休息拍，能在指定的拍子上，做出正確的對應動作。熟悉每個拍子的對應動作後，進行分組競賽，進而互相示範與觀摩。
 1. 引導活動：以拍手對應正確拍點，及雙腳踏併方式對應拍點，再將拍手與踏併腳對應拍子的律動同時協調的動作對應在各拍點上。


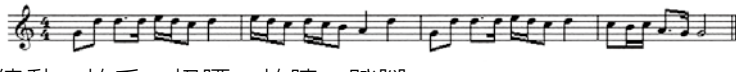
2. 發展活動：將身體四個動作對應在四拍的拍點動作上，其次每個人對應一拍動作的活動，第三個活動能抽離一拍以身體靜態對應休止符方式感受空拍，最後能透過身體對應四拍子的律動在流動的方式呈現，即每一個動作要對應腳踏出一拍的動作。
 3. 綜合活動：小組能自創及整合溝通協調創作三種以上活動的連結順序。第二活動能夠以4/3/2拍子的連結作為歌曲〈兩隻老虎〉的頑固伴奏型式，最後將4/3/2拍子的連結對應節奏樂器呈現樂器的頑固伴奏型式。
- 教學目標：
 1. 情意：
 - (1) 能接受多變化性的曲風。
 - (2) 能沉浸在不同拍子的音樂中，享受肢體音樂結合的感覺。
 - (3) 能感受主題豐富的變化性。
 - (4) 能對不同拍子的音樂有自己的見解及想法。
 2. 技能：
 - (1) 藉由多次練習，能掌握樂曲的變化速度。
 - (2) 能正確做出各拍子的肢體對應動作。
 - (3) 能透過動作，正確地做出各種不同風格音樂的複雜反應。
 3. 認知：
 - (1) 能從音樂與律動配合中知道是4/4拍子，並能從不同速度中理解音樂為變奏迴旋曲式（ABACADAEA）。
 - (2) 能應用身體對應音樂，認識音樂中各種不同拍子的曲風。
 - (3) 能了解各段不同樂曲的速度轉換。
 - (4) 能評鑑樂曲中的不同風格。
 - (5) 能透過肢體律動的過程，創作小組自己的對應音樂型式。


• 教學過程與內容：

資源：音響、CD、舞蹈教室

教學項目一	引導活動：老師示範，學生模仿打出第一拍。	
教學過程		目的與重點
<p>1. 找出第一拍</p>  <p>律動：右踏一步 右踏一步 左踏一步 左踏一步 節奏：拍手 拍手 拍手 拍手</p>	<p>1. 能在音樂律動中，找出各小節的第一拍。 2. 能在不同的樂句，改變行進方向。</p>	
<p>2. 找出第一拍、第三拍</p>  <p>律動：右踏一步 右踏一步 左踏一步 左踏一步 節奏：拍手 拍膝 拍手 拍膝</p>	<p>1. 能在音樂律動中，找出各小節的第一拍和第三拍。</p>	

教學項目二	發展活動	
教學過程		目的與重點
<p>1. 找出第一拍、第二拍、第三拍、第四拍</p>  <p>律動：拍手、扭腰、拍膝、踏腳 節奏：第一拍、第二拍、第三拍、第四拍</p>	<p>1. 當能正確地找出第一、三拍後，再加入第二、四拍的動作。</p>	
<p>2. 主題的變奏、拍子的轉換</p>  <p>節奏：第一拍、第二拍、第三拍、第四拍</p>	<p>1. 透過主題的變化，跟著旋律做出變快及變慢的律動。</p>	

教學過程	目的與重點
	2.主題的變奏： 小調、Jazz、 Tango；拍 子的轉換： 6/8、3/4、4/4 拍子。
3.休息拍  律動：拍手、休息、拍膝、踏腳（休息第二拍）  律動：拍手、扭腰、拍膝、休息（休息第四拍）	1.能在指定的拍 子上，正確地 停止動作。
4.接龍遊戲  律動：拍手、扭腰、拍膝、踏腳	1.大家輪流做出 各個拍子的動 作。 2.將全班分成兩 組，進行分組 討論設計出休 息拍和律動。

教學項目三 綜合活動：歌曲〈兩隻老虎〉。	
教學過程	目的與重點
1.分組創作  演唱〈兩隻老虎〉的同時，能拍出「4/4－3/4－2/4」不同拍子的連接作為歌曲的頑固伴奏，並且每個人拍打一小節連續為歌曲伴奏。	1.一組示範、一 組觀摩，再兩 組交換。

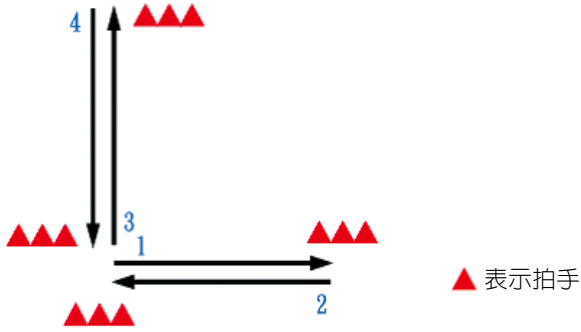


- 教學大綱：

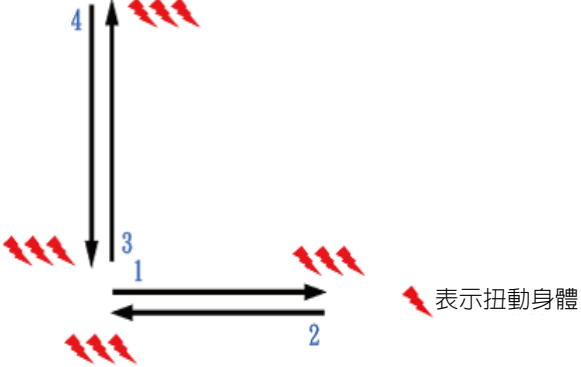
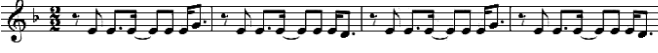
本課程以奧福教學法進行教學。透過兩個引導活動，藉由模仿老師及肢體律動，讓學生能夠在A段從感知到認知正確地拍打出三連音節奏；再藉由五個發展活動，循序漸進地活用三連音節奏進行活動，並從B段音樂中認識音高音低概念及樂句方向；最後，於綜合活動中，加入小型打擊樂器，使學生按照音樂拍點傳遞並在三連音時敲打，結合樂器操弄進行三連音的實際運用。


1. 引導活動：播放音樂，請學生模仿老師的動作，依照樂句改變行走的方向，並打出三連音。
2. 發展活動：先自由走動，在遇到三連音時於拍點上與一位同學雙手擊掌；其次於三連音拍點擊掌時，樂句的問句加上How are you、樂句的答句加上I am fine對應；第三個活動為自由走動後隨機遇到一位同學，問句時說自己的名字、答句時說對方的名字。最後圍坐在地板上，第一拍拍自己的手掌，第二拍拍右邊的人的手掌，遇到三連音時在拍點上拍自己的手掌同時說出「三連音」。
3. 綜合活動：學生熟悉三連音之後，老師根據音樂的拍點往右傳遞各種樂器，同樣在遇到三連音時敲打樂器，當學生拿到樂器的同時跟著節拍重複老師的動作。


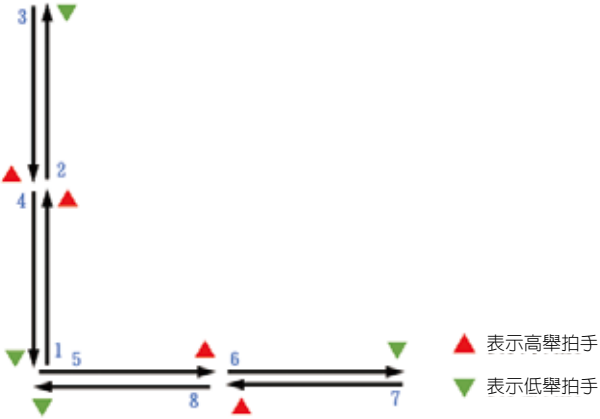
- 教學目標：



1. 情意：
 - (1) 能接受非洲音樂的曲風。
 - (2) 能感受含有三連音節奏的樂曲。
 - (3) 能享受三連音節奏與肢體律動的結合。
2. 技能：
 - (1) 能透過模仿正確打出三連音的節奏。
 - (2) 能跟著音樂的拍點正確打出節奏。

教學過程	目的與重點
 <p>▲ 表示拍手</p> <p>B段</p>  <p>律動：自由走</p>	
<p>2. 扭出三連音：學生模仿老師的動作並隨著三連音的拍點扭動身體。當B段結束後，再回到A段做相同的活動。</p> <p>A段</p>  <p>律動：往右走走走走 往左走走走走 節奏： 扭扭扭 扭扭扭 律動：往前走走走走 往後走走走走 節奏： 扭扭扭 扭扭扭</p>	<p>在沒有聽到拍拍三連音拍點的狀況下，能正確地扭出三連音的拍點。</p>

教學過程	目的與重點
 <p>B段</p>  <p>律動：自由走</p>	<p>在沒有聽到拍點的情況下，能正確地扭出三連音的拍點。</p>

教學項目二		發展活動
教學過程		目的與重點
<p>1.自由走走拍拍拍：自由走一小節後，在三連音的拍子隨機找到一位同學於拍點和對方擊掌。當B段結束後，再回到A段做相同的活動。</p>		<p>讓學生在無按照拍點走動（自由走）的情況下，能夠清楚地知道三連音的拍點何時出現並正確地打出，困難度較前述活動更高，亦為一種對學生是否已認識三連音節奏的檢視。</p>
<p>A段</p> 		
<p>律動：自由走走走走 節奏： 拍拍拍</p>	<p>自由走走走走 拍拍拍</p>	
<p>律動：自由走走走走 節奏： 拍拍拍</p>	<p>自由走走走走 拍拍拍</p>	

教學過程	目的與重點										
<p>5. 學生圍成一個圓圈，依序向前、後、右、左的方向走，一個方向代表一個樂句。在高音時，雙手於高處拍手；低音時，於低處拍手。</p> <p>B段</p>  <p>律動：</p> <table border="0" data-bbox="370 638 744 789"> <tr> <td>往前走</td> <td>往前走</td> </tr> <tr> <td>往後走</td> <td>往後走</td> </tr> <tr> <td>往右走</td> <td>往右走</td> </tr> <tr> <td>往左走</td> <td>往左走</td> </tr> </table> <p>音高：</p> <table border="0" data-bbox="480 795 892 829"> <tr> <td>往高拍一下</td> <td>往低拍一下</td> </tr> </table> 	往前走	往前走	往後走	往後走	往右走	往右走	往左走	往左走	往高拍一下	往低拍一下	<p>能夠分辨音高音低及樂句。</p>
往前走	往前走										
往後走	往後走										
往右走	往右走										
往左走	往左走										
往高拍一下	往低拍一下										

教學項目三	綜合活動	
教學過程		目的與重點
<p>1.合作力量大：圍坐之後，學生模仿老師的動作，並隨著節奏依序往右傳遞樂器，並在拍點上使用樂器敲打出三連音。當B段結束後，再回到A段做相同的活動。</p> <p>A段</p>  <p>律動： 傳、傳 傳、傳 節奏： （拍樂器）拍拍拍 （拍樂器）拍拍拍 律動： 傳、傳 傳、傳 節奏： （拍樂器）拍拍拍 （拍樂器）拍拍拍</p> <p>B段</p>  <p>律動：自由走</p>		<p>加入小型打擊樂器於課程中，跟隨音樂拍點傳遞樂器，並在三連音時敲打樂器擊出準確的三連音節拍，讓學生能夠將課程所學之拍子搭配樂器操弄進行實際運用。</p>

表演藝術之美：教師增能工作坊

- 一、課程時間：106年7月1日（星期六）
- 二、課程地點：國立臺北藝術大學 戲劇舞蹈大樓Studio A教室
- 三、課程表：

時間	課程
08:30-08:45	報到
08:45-09:00	相見歡 主持人： 國家教育研究院課程及教學研究中心 黃祺惠助理研究員 國立臺北藝術大學舞蹈學院 張中煥教授
09:00-11:00	增能工作坊與交流討論 主題：音樂教學（達克羅士教學法 Dalcroze） 講師：臺北市立景興國民中學 張巧燕教師
11:00-13:00	午餐暨參訪 參訪內容：2017世界劇場設計展（World Stage Design 2017）
13:00-14:30	增能工作坊與交流討論 主題：舞蹈創意教學（主題撰寫 Motif Writing） 講師：國立臺北藝術大學舞蹈學院 曾瑞媛教授
14:30-14:45	休息
14:45-16:15	增能工作坊與交流討論 主題：戲劇創意教學（心理演劇 Psychodrama） 講師：國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系諮商心理學組 涂繼方博士研究生
16:15-16:30	休息
16:30-17:30	綜合座談 主持人：國立臺北藝術大學舞蹈學院 張中煥教授

（主辦單位保有課程變動之權力）

四、會後活動：工作坊結束後，邀請老師一起參與「世界劇場設計展」系列活動

表演節目：《迦納傳統樂舞》

(*African Traditional Music, Dance, Drumming*)

表演地點：國立臺北藝術大學 鸞鷲草原

節目簡介：請參閱「2017世界劇場設計展」官網

<http://www.wsd2017.com/scenofest/detail/?pid=17>

106年國中小校長「美的提醒」在職專業研習班

一、課程時間：106年11月20日（星期一）至11月22日（星期三）

二、課程地點：國家教育研究院 三峽總院區

三、課程表：

日期		11/20(一)	11/21(二)	11/22(三)
		早餐		
上午	第一節	08:10 09:00	報到	校本課程發展與美感教育系統思考 講師： 國家教育研究院課程及教學研究中心 洪詠善主任、范信賢副研究員、黃祺惠助理研究員
	第二節	09:10 10:00	致歡迎詞暨課程簡介	美的提醒與覺醒：理念與案例暨生活與環境工作坊 講師： 澤輝人文實業有限公司 張寶釧董事 林碧雲建築師事務所 林碧雲建築師
	第三節	10:10 11:00	美，身體的覺醒 講師： 國立臺北藝術大學 張中煖教授	國立臺灣師範大學 陳伯璋退休教授
	第四節	11:10 12:00		綜合座談 亞太地區美感教育研究室研究團隊
地點		文薈堂2樓	傳習苑406教室	
12:30-13:30		午餐		

日期		11/20(一)	11/21(二)	11/22(三)
下午	第五節	13:30 14:20		生活與環境 案例分享 講師： 新竹縣枋寮國小 蔡懷萱校長
	第六節	14:30 15:20	由十二年國教藝術 領綱談身體聲音美 感教育之實踐 講師： 臺北市立大學 林小玉教授	生活與環境 案例分享 講師： 新竹縣仁愛國中 彭增德主任
	第七節	15:30 16:20		系統思考案例解讀 講師： 國家教育研究院課程 及教學研究中心 洪詠善主任、林佳慧 老師
	第八節	16:30 17:20	美的體驗： 拾得苑品美 講師： 板橋四三五藝文特區 進駐藝術家 周能安老師	
地點		文薈堂2樓	傳習苑406教室	賦歸
17:20-18:20		晚餐		

書後：一顆美的種子

以前總覺得「美」好大、好空泛，像是飄散在空中的棉絮，不著根又不實在；但現在覺得，「美」其實很小、很細緻，像是落在土裡的一顆種子，微微不起眼、卻默默且穩穩地扎根在我們的日常生活中。

傅安沛

亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案專任助理

「關於美，我想說的是……」

在「聲音與身體課程實驗方案」中，我們經常問一個問題，「什麼是美？」我們問了老師、也問了學生，而大家對於美的感受都迥然不同，每個人也都給出了各自獨一無二的回答，尤其以孩子們的反應最明顯。在本書「關於美，我想說的是……」單元中，可以看到同樣是國中九年級的孩子，景興國中的同學所感受到的美，大部分來自人際互動、自然景致：

像之前搭公車時，我看見幾個高中生要上車，但這時，有個老奶奶提著大包小包的雜物從車上下來，那群高中生馬上停止他們的話題，馬上幫那名奶奶提東西且慢慢扶她下車。雖然這和藝術的表現沒什麼太大的關聯，但我認為這就是生活中的美。（涂馨予）

美感是在一個下雨天，沒有帶雨傘時，有人拿出傘借你。
美感是當你傷心、難過時，朋友都來安慰你。
美感是自己一個人安安靜靜地獨自在一家咖啡店裡，聞著咖啡香，喝著咖啡。
美感是看到一幅很美的風景。（黃姿菱）

當人們互相交流、幫助的過程，這種傳達愛的方式，……那是一種很美的畫面，也就是生活中的美感。（周庭榆）

美感對我而言，可以是路邊的一朵花，也可以是天上的浮雲，更可以是人事物。（黃昱豪）

也有同學認為美與藝術創作息息相關：

無論是表演藝術、視覺藝術或是聽覺藝術都有各自的美感，讓人有各種感觸投射在內心。（林柏全）

生活中處處都可以看到「美」，不論是美勞教室的布置還是走廊上的教室布置，甚至有時也可用「聽」的，例如下課時學校播的音樂。（黃孟蘋）

對我來說美感是運用創造力創造出來的。（林宏杰）

在人際互動、自然景緻之外，關於美，戲曲學院的同學更提到了肢體表現：

美有很多種
像是學校裡花園的花朵就很美
天空的雲也很美
在練功時人的肢體表現也很美
揮灑的汗水也很美
但是我覺得最美的就是人活著時的每一次呼吸跟心跳（徐浚倫）

我們在做肢體上的舞蹈動作的一些細節也可以說很美，就像蹦腳背、腿伸直、身體柔軟。（錢佳媛）

此外，還有同學認為觀眾感受、舞臺呈現也是一種美的樣貌：

我覺得最美的是我們認真的時候，
那種在一起的時光最美，
把自己的故事用肢體發揮呈現，

讓舞臺更真實，更像一個故事。（陳郁婷）

只要是觀眾看來很美的物品就是美。（林宜萱）

我覺得我們練的表演不是只是要看起來很厲害而已，而且還要讓觀眾看起來很舒服。（倪華恩）

啓明學校的同學所體認的美，則源於其對生命的從容：

對於我來說，美，這個形容詞，不代表完美，……一個無憾的人生，不一定是成為所謂人生勝利組，有時人生是如此坎坷，但若我們活得燦爛、豐富，那才會是精彩的人生，值得回味的生命。（李昌勳）

不同的成長背景與生命經驗，形塑出每個人對於美的不同感受，這些都是美感內涵的一部分。藝術創作是美，可能來自於觀眾的欣賞經驗，或是作者的創作過程，如戲曲學院的同學所體會到的肢體表現，甚至觀眾感受、舞臺呈現；令人舒適、愉快的社會關係是美，像是同學們所感受到的人際互動，包括朋友之間的安慰、對陌生人的友善；和諧平衡、共生共榮的生態環境是美，地上的花、天上的雲、早晨的日光、傍晚的夕陽等自然景致，都是同學們心中的美；對自身的挖掘與創造、理解與探索是美，如啓明學校的同學對於生命的從容、戲曲學院的同學對於技藝的追求。

關於美，我感受到的是……

「聲音與身體課程實驗方案」希望透過觸發老師們對自己身

體與聲音的覺察，擴大到其對於所處日常的覺察，並進一步影響學生開始感覺到自己的身體、聲音與生活，因為我們相信，美來自於感受生活。

作為「聲音與身體課程實驗方案」的助理，一路從旁觀察與記錄，我也一直問自己同樣的問題，「什麼是美？」在研究室所定義的三大美感圖像論述之外（存在美學、公民美學、生態美學）、在那些別人所書寫的關於美的燦燦文字之外，我親身感受到的來自生活的美又是什麼？

還記得第一次到啓明學校幼兒園觀課，一整節課結束之後，老師宣布下課，而我的課程記錄工作也暫時告一段落，我關掉了攝影機、收拾了器材、走出教室，準備前往另一間會議室進行課後的討論，當我一邊揹著大包包、一邊低著頭在教室外面穿鞋時，教室門口傳來了一個小女孩的聲音：「你們還會再來嗎？」是剛剛那一個班級的學生，我抬起頭看著她：「會喔，我們還會再來。」這時候我的鞋子穿好了，調整了一下大包包在肩膀上的位置，想著我與小女孩的對話應該就此結束，正準備要跟她說聲掰掰，小女孩專心看著我、又問了一句：「我可以抱妳嗎？」「多麼美麗的一句情話啊！」我心想。接著，她光著腳一跛一跛地踏出教室，除了視力障礙、小女孩還有輕度的肢體障礙，她像小麻雀一樣，以雀躍的步伐走向我，給了我一個很緊很緊的擁抱。

戲曲學院的課程以身體訓練為主，這些身體訓練都很扎實，而且往往很驚險，他們膽大而心細地在高空中展現各種讓人倒抽一口氣的動作，因為驚險、所以需要非常大的專注力，同學們巨大的專注力凝結成他們額間、鼻頭的汗珠。而滴汗珠的不只是舞



看似各自做著各自的訓練，但無形中有一條名為專注力的線連結著每一個人，彼此關照、彼此支持。



景興國中參加臺北市中等學校詩歌朗誦比賽。

(照片來源：張巧燕)

臺中央身為表演者的那一位學生，處在同一個排練空間的他的同學、老師也一起流著專注的汗水。練習總有失誤的時候，在一次高椅練習中，正在高空的學生開始有點不穩，老師一邊緊拉安全繩索，一邊喊著「沒事！沒事！」旁邊負責保護的同學、原本正在自己練習基本功的同學、甚至是另一個班級的同學都衝上前幫忙穩定。在這個大排練場中，大家看似各自做著各自的訓練，但無形中有一條名為專注力的線連結著他們每一個人，高空雜技除了技巧純熟、更需要克服心理的恐懼，這一幕也許就是他們之所以能克服心理恐懼最重要的原因。

在計畫過程中，我們記錄了張巧燕老師於景興國中所設計的一學期詩歌朗誦課程，一個月一次的觀課，我們看到了詩歌朗誦節目從無到有的成形，從熟悉節拍、學習朗誦技巧開始，到編排動作、加入音樂伴奏，直到最後完成走位安排、服裝搭配，以及在舞臺上的正式彩排。學期末，景興國中以這學期的詩歌朗誦成果參加臺北市中等學校詩歌朗誦比賽，並且得到了特優。比賽當天，巧燕老師不僅特別將學生獲獎的喜事傳訊息告訴我，更傳來了同學們的比賽畫面、以及得獎的獎狀。本來我覺得我只是這個課程的「旁觀者」、「記錄者」，但那一天巧燕老師的訊息，讓我感覺我彷彿成爲了他們的一份子，不僅參與了他們一部分的練習、更有幸分享了他們全部的喜悅。

愛與關照永遠不會遲到

我在啓明學校的教室中看過這樣一句話，「親愛的寶貝／在你們生命的任何時刻裡／愛與關照永遠不會遲到」，這句話不只是對啓明學校的孩子說，我想，應該也能夠成爲一般人的信仰。給我擁抱的小女孩、互相支持的師生、分享喜訊的老師，發生在

我身上的這些美的小故事，正都是萌芽自愛與關照，也正印證了這一句話。

我所感受到的這些美，其實都不是發生在課堂之中，而是在課堂之外、是在生活裡，「課程實驗方案」也正是以課程為跳板，希望讓「美」從學校課程進入、於日常生活發芽。以前總覺得「美」好大、好空泛，像是飄散在空中的棉絮，不著根又不實在；但現在覺得，「美」其實很小、很細緻，像是落在土裡的一顆種子，微微不起眼、卻默默且穩穩地扎根在我們的日常生活中。



特別感謝

參與學校和視點教師

國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系

陳碧涵副校長、李曉蕾系主任、陳儒文副系主任、田國華老師、
洪佩玉老師、張京嵐老師、陳俊安老師、薛欣宜老師

臺北市立啓明學校

蔡明蒼校長、李昱昕教務主任、林玟君老師、李靜雯老師、簡淑
娥老師

臺北市立景興國民中學

許卓塵教務主任、張巧燕老師

陪伴圈團隊（以下依姓氏筆畫數排列）

王筑筠（國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所課程協作教
師）

余昕晏（國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所助理教授）

吳岱融（國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所助理教授）

李曉蕾（國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系副教授）

高震峰（臺北市立大學視覺藝術學系教授）

郭芳玲（臺北市立大學音樂學系助理教授）

陳美然（臺北市立大學音樂學系講師）

曾瑞媛（國立臺北藝術大學舞蹈學院教授）

趙郁玲（臺北市立大學運動藝術學系副教授）

劉錫權（國立臺北藝術大學美術學院教授）

作者群（以下依文章發表順序排列）

- 林玟君（臺北市立啓明學校表演藝術班導師）
陳儒文（國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師）
洪佩玉（國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師）
陳俊安（國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師）
薛欣宜（國立臺灣戲曲學院民俗技藝學系教師）
張巧燕（臺北市立景興國民中學教師）
王筑筠（國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所課程協作教師）
陳美然（臺北市立大學音樂學系講師）
趙郁玲（臺北市立大學運動藝術學系副教授）
劉錫權（國立臺北藝術大學美術學院教授）
張中媛（國立臺北藝術大學舞蹈學院退休教授）
林小玉（臺北市立大學音樂學系教授）
容淑華（國立臺北藝術大學藝術與人文教育研究所副教授）
傅安沛（亞太地區美感教育研究室聲音與身體課程實驗方案專任助理）

國家圖書館出版品預行編目資料

美的樂章：身體與聲音的迴旋 / 張中煖, 林小玉, 容淑華編著. -- 初版. -- 新北市：國家教育研究院, 2018.8
面；公分. -- (亞太地區美感教育研究室系列叢書；6) (十二年國民基本教育課程綱要)
ISBN 978-986-05-6493-8 (平裝)

1.美學 2.美育教學 3.文集

180.3

107013203

亞太地區美感教育研究室系列叢書 06 / 十二年國民基本教育課程綱要

美的樂章：身體與聲音的迴旋

發行人：郭工賓

指導單位：教育部

編著：張中煖、林小玉、容淑華

執行編輯：傅安沛

封面設計：韓佳陵

美術編輯：林宜潔

排版印製：長達印刷有限公司

地址：10859 臺北市西園路二段 50 巷 4 弄 21 號

電話：02-2304-0488

出版機關：國家教育研究院

地址：23703 新北市三峽區三樹路 2 號

網址：國家教育研究院 <http://www.naer.edu.tw>

亞太地區美感教育研究室 <http://apoae.naer.edu.tw/>

電話：02-7740-7269

傳真：02-7740-7261

出版日期：2018 年 8 月初版一刷

定價：新臺幣 400 元

展 / 銷售處

國家書店松江門市

地址：10485 臺北市松江路 209 號 1 樓

電話：02-2518-0207

網址：<http://www.govbooks.com.tw/>

五南文化廣場

地址：40042 臺中市區中山路 6 號

電話：04-2226-0330

網址：<http://www.wunan.com.tw/>

GPN：1010701196

ISBN：978-986-05-6493-8

©本院保有本書所有權，欲利用本書全部或部分內容者，需徵求同意或書面授權。

