

「創意音樂律動」教學成效探討

—以亞洲大學通識教育課程為例

劉斐如

亞洲大學通識教育中心專任講師

摘 要

教學的改善與創新是身為教師應該具備的基本態度。尤其在現今重視創造力的教育潮流中，教師應以身作則，積極尋求教學內容與策略上的創新，並將創造力的教學融入課程中。本研究旨在探討實施「創意音樂律動」課程之成效，研究結果希望做為研究者教學改進的參考，亦期盼為通識音樂教師提供未來教學相關資料之參考。研究者透過教學問卷調查，以瞭解實施「創意音樂律動」課程之成效，茲將研究結果歸納於下：

- (一) 本課程有助於提升學生的節奏能力
- (二) 本課程有助於學生的團隊合作與人際互動方面的能力
- (三) 本課程有助於提高學生的學習動機

基於上述結論，研究者提出對通識音樂教學的建議如下：

- (一) 實施音樂創造力教學時，需注意有關創造力教學的原則
- (二) 增加實作性課程以提升學習動機
- (三) 增加音樂互動課程以促進人際關係
- (四) 善用音樂的效能，提供休閒活動的多種選擇性

關鍵字：通識教育、創造力、創意音樂律動

壹、緒論

目前台灣各大學的通識課程大致可分為人文與自然兩大領域。從各校人文領域中所開設的課程中不乏音樂欣賞的相關課程，可見音樂欣賞課程的普遍性與重要性。音樂欣賞可強化學生美感經驗並進而提升其審美能力，同時

藉由欣賞不同音樂文化以擴大個人的文化視野，更進一步擴展其想像與創造能力。近幾十年來，世界各先進國家均強調創造力的重要性，並視創造力為提升國力及人民素養之最主要的力量。我國教育部為因應世界的變遷，於 2001 年 1 月正式提出「創造力教育白皮書」，期望透過現行教育問題之省思及未來發展之趨勢，建構現代化創造力教育機制，以實現「創造力國度」之願景。創造力的教育已成為目前台灣社會中備受關注的議題。研究者在大學同時教授幼教系音樂律動與通識教育音樂欣賞課程，在教學中有感於兩者的相關性，因此嘗試以結合創造力與音樂律動的「創意音樂律動」課程，取代以往偏重單一講授和靜態聆聽的教學方式，以進行教學的改善與創新。因此，本研究的主要目的為：（一）探討「創意音樂律動」教學的範疇與意義；（二）探討實施「創意音樂律動」課程的成效，期盼研究成果能為通識音樂教師提供未來教學相關資料之參考。

貳、文獻探討

一、通識教育的目標與趨勢

通識教育的起源可以追溯至西方的「博雅教育」，博雅教育旨在培育完整全人所需具備的素養（宋秀娟，2009）。通識教育亦是中國傳統人文教育的最高理想，其核心理念在於知識內容的連貫性。國內黃俊傑主張通識教育為「建立人的主體性，以完成人之自我解放，並與人所生存之人文與自然環境建立互為主體之關係的教育。」此即為中外教育學界所謂的「全人教育」（黃俊傑，1999）。

台灣各大學從 1985 年起全面實施通識教育課程選修制度，二十多年來，通識教育逐漸受到教育部及學者們的重視，而隨著時代與大環境改變，大學通識教育也必須面臨新的挑戰，並採用新的教學策略，研發新的課程。為了因應現今知識經濟、全球化的新時代，黃俊傑主張 1. 回歸經典的思想世界，並深耕東亞文化教育 2. 堅持「全人教育」的理想 3. 培養具備批判思考能力與創新能力的人才（黃俊傑，2004）。關於創新人才的培育，教育部通識教育推動小組已於 2000 年將「創造力」列為通識教育推動重點之一（顏鴻森，2008），自 2002 年教育部宣布「創造力教育白皮書」，宣示台灣將成為一個創造力的國度，教育部陸續在各級學校展開許多有創造力相關的計畫，經過多年的努力，已有非常豐碩之成果。身處知識經濟時代，個人的創新與創造能力成為

未來知識工作者的競爭力所在，故創造力的培養與認識應成爲大學通識教育中重要的一環。

二、創造力的意涵

創造力是推動人類社會進步的主要動力，杜佛勒（Alvin Toffler）在他的名著「未來的衝擊」書中指出，未來的社會將具有新奇性、多樣性、暫時性三種特性。因此，如何培養學生勇於探索和創新的能力來適應未來多元、日新月異的社會是現今教育學家非常重視的課題（陳英豪、吳鐵雄、簡真真，1994）。

（一）創造力的定義

根據中文及英文辭典對創造力的解釋爲發明或製成前所未有之事物的能力。它所涵蓋的範圍包括科學、藝術、文學、音樂等及其他有價值有意義的事物。舉凡一個機器的發明，一幅圖的創作，一首詩的產生或一首樂曲的創作都可視爲創造力的表現。有關創造的定義因學者著眼點而有所不同，最早提出創造力一說的戈爾福（Guilford, 1950）博士指出具創造力之人格在認知性行爲方面，應包括敏感性、變通性、流暢性、獨創性、精進性等五種特質。美國學者威廉斯（Williams）提出創造力是結合知、性、意多種不同思考並用的結果，其在情意行爲方面的表現好奇心、冒險性、挑戰性、想像力的特質（陳龍安，1988）。Margolin 則在研究中提出，教師若很用心的在創造性活動中培養學生反應的獨特性和原創性，就能增加學生回應的變化性和差異性（林翠湄、王雪貞、歐姿秀、謝瑩慧譯，1995）。許多研究指出，創造力並不一定與智商有關，只要教師在創造性活動過程中鼓勵學生表現獨特性和原創性，即有助學生創造力的培養。

（二）音樂與創造力

創造力是藝術領域中不可或缺的元素，舉凡美術、音樂、舞蹈、戲劇的展演都是創意的表現。任何藝術的欣賞都離不開一定的聯想與想像，音樂也不例外，方銘健（2008）指出，人們無論在演奏、作曲甚至聆聽都是音樂的創造反應，透過聯想與想像能豐富樂曲的內涵並增強美感的效果，而聯想與想像力則爲創造力的動力。

在音樂創造的教學中，作曲是高度的音樂創造，但對於一般非音樂專業領域的學生，范檢民（1990）提出更多創作的音樂活動，例如：節奏問答、節奏伴奏、自製樂器與節奏合奏、即興歌唱、錄音創作活動、結合音樂與舞

蹈創作、音樂戲劇化創作、歌唱或演奏的再創造等。

聯合國教科文組織理事長梅爾(Federico Mayor)在1999年11月，第三十屆年會中，首度提出藝術教育宣言，而提升創造力之鑰，就在藝術教育。在教科文組織的規劃裡，學校藝術教育的課程，內容從詩、視覺藝術、音樂、戲劇一直到舞蹈與電影，試圖透過各種藝術型態，傳達不同的美感經驗，而所有藝術教育的目的，都不在於讓學生成為藝術家，而在開啓他們的創造力(洪懿妍，2001)。在一項有十六個國家參與的調查中顯示，看到許多政府對音樂教育的重視。參與調查的國家表示，在學校實施的藝術教育課程中，幾乎每個學生必修以音樂為主的藝術類學分，這些課程強調學生的表達能力，並養成學生獨立思考與批判思考的習慣，以及與人合作的能力。從藝術活動中體會獨特且豐富多變的經驗，正是當今經營創意產業所必須的，因此許多民間企業或公營組織均大力鼓吹創意教學法，以培養善於團隊合作與解決問題的人才(王瑞青譯，2007)。

台灣近年來在許多學者努力及政府政策的鼓勵下，大學通識人文藝術類的課程日漸受到重視，而音樂欣賞相關課程更是其中一門重要的學科。音樂欣賞教學的目標旨在啓發學生對古今中外的音樂創作之認知，進一步培養國際性的音樂觀。雖然音樂本身有其獨特性，但從藝術的宏觀性而言，藝術的各種不同領域是具有共通性，大學通識教育既是跨科際的學門，教學內容也應適當結合其他藝術領域，同時銜接目前九年一貫國民教育中的「藝術與人文」課程，建立一個完整的教學體系，而這也是目前藝術教育的新趨勢(宋秀娟，2008)。教授通識音樂課程的老師若能呼應當今創造力教學的趨勢，設計結合其他藝術領域、多元活潑的音樂欣賞方式，必能激發學生想像力並啓發其創造力，同時可促進教學的效率並豐富教學的內涵。

三、「創意音樂律動」的意義與目標

「律即是音、動即是舞蹈」，律動即是音樂與舞蹈，律動即是音樂與舞蹈的結合(郭芳玲，2006，)。綜合李宗芹(2002)與陳淑文(2003)研究者歸納創意音樂律動的意涵在於教育者創造一個學習情境，藉由音樂的節奏、旋律、樂句、強弱及速度等帶動肢體的創造活動以學習音樂的基本概念，而在律動的探索經驗中可幫助學生透過自我表現技巧，並充分發展內在知覺能力，且經由創造性律動元素的體驗，對發展學生的高層思考以及與人溝通互動能力也有相當的助益。

有關創意音樂律動的相關理論簡述於下：

(一) 肢體動作教育

倡導「多元智能論」的美國哈佛大學教授迦納 (Howard Gardner) 認為人類的智力並非單指某一種能力，而是由數種能力而組成的，這些能力包括：語文智能、邏輯－數學智能、空間智能、音樂智能、肢體動覺智能、人際智能、內省智能、自然觀察智能。「多元智能論」主要的概念在於突破傳統狹隘的智能一元論，並能以個人的性向、能力為導向，提供更多元的學習管道。多元智能中的肢體動覺智能為聯合「身」和「心」來使身體表現完美的能力，從控制「自動的」和「有意的」動作開始，動覺智慧的運作是用高度分化和技巧化的方式來運用我們的身體，它是源自我們體驗生活時所獲得的感官動作經驗，是人類認知的基礎，迦納認為此與這與希臘時代講究「身心和諧、訓練心智始能適切地使用身體，也訓練身體來反應心智的表現力量」的理想不謀而合。對學生而言，在課堂上，身體的活動有助於提升注意力，透過身體的神經肌肉來編碼也可以促進記憶；而當學習變得愈來愈內在化，也愈少外顯的學習，由於少有機會來活動、參與學習，當在進行被動且抽象的學習歷程時，許多學生都不再那麼有動機。但是對所有的學習者，動覺學習卻是經常提供最有效、最有樂趣、最值得記憶的教育經驗。舞蹈理論家如拉邦 (Rudolf Laban) 和伯格森 (Henri Bergson)，都強調非語文動作經驗和抽象符號思考間的關係。透過動作，我們不僅可以知曉，也可表達自身經驗的意義。在教室內結合創意動作，可以要求學生以肢體動作的方式來解題和進行分析，同時能在過程中引發創意的想像，其與現今盛行的達克羅士與奧福音樂教學均強調透過肢體動作形成音樂意識的基本理念不謀而合且相輔相成。以下簡略介紹兩者的教學理念 (郭俊賢、陳淑惠譯，1998)。

(二) 達克羅士音樂教學理念

達克羅士畢生致力於音樂教育的改革，且集音樂教育家、作曲家、指揮家、鋼琴即興演奏家、聲樂家、演員及詩人為一身，可謂全方位的音樂家。達克羅士於音樂院任教時發現鋼琴彈奏技巧高超的學生卻缺乏音樂的感性能力，於是開始著手找尋改善之道。經過多次觀察學生身體動作與音樂表達之關係以及運用「肌肉運動知覺」的理論，他發現人的身體本身就是一個樂器，於是他開始進行實驗教學，嘗試將肢體回應結合聽音訓練、歌唱與識譜寫作的訓練，並藉此發展學生內在感受能力，進而發展學生音調及調性感的能力。簡言之，達克羅士基於「以身體經驗形成音樂意識」的核心理念，使知性結

合身體的體驗後，以培養進一步的創作（即興）能力，以提升日後在音樂、舞蹈與戲劇的表演能力（謝鴻鳴，2006）。歸納達克羅士教學法內容為歌唱、說白、律動、即興創作，其教學目標為藉由律動教學訓練學生表達個人內在情感，提升其對音樂的理解和感應，以達到音樂創作的最終目標（鄭方靖，2002）。

（三）奧福音樂教學理念

德國作曲家兼音樂教育家卡爾·奧福(Carl Orff)從年輕時即由希臘古文字得到音樂、語言、動作密不可分的啓示，因此，音樂對他而言是一種綜合的藝術表現（Sigrid Abel-Struth，1985）。奧福教學非常強調原始、自然、基礎的音樂元素，內容從簡單的節奏、唸謠、身體拍打、簡易童謠、卡農、頑固伴奏、輪旋曲到樂器合奏，甚至延伸至戲劇的表現。

奧福教學強調以「經驗」為學習音樂的唯一方法，藉由「探索」和「體驗」來累積音樂經驗，在教學過程中，學生透過實際操作去感受與探索最簡單的音樂元素，進而探索更複雜精細的音樂要素。換言之，即從感性學習導入認知的學習（鄭方靖，2002）。此外，奧福教學的另一目標為激發孩子的創造力，教師應順應孩子的天性，多鼓勵他們探索及創作，發揮自己的潛力並從其中獲得滿足感。歸納奧福音樂教學的內容包括肢體律動、歌唱、樂器、說白或唸謠、聽力訓練，注重「做中學」與創造力的啓發，不以訓練職業音樂家為目的，而是透過綜合藝術的陶冶，以達到「全人教育」的目的（Sigrid Abel-Struth，1985）。

綜合上述，研究者歸納創意音樂律動的意義與目標如下：

1. 律動的探索經驗可幫助學生透過自我表現技巧，並充分發展內在知覺能力，對發展學生的高層思考以及與人溝通互動能力也有相當的助益
2. 身體的活動有助於提升注意力，增強學習動機。動覺學習能提供最有效、最有樂趣、最值得記憶的學習經驗。
3. 藉由音樂律動教學訓練學生表達個人內在情感，提升其對音樂的理解和感應，以達到音樂創作的最終目標。
4. 透過藝術的統整教學，達到「全人教育」的最終目標

基於通識教育的意義、創造力的趨勢以及音樂與創造力的相關性，在通識課程實施以肢體動作教育、達克羅士與奧福音樂教學為活動設計理念的「創

意音樂律動」課程為可行且具有意義的嘗試。

參、研究方法

本研究採文獻內容分析和問卷調查方法，以下說明研究對象、研究場域與設備和研究工具。

一、研究對象

本研究的研究對象為亞洲大學 97 學年度下學期選修「創意音樂律動」通識課程的兩班學生，學生來自不同系所與年級。由於課程屬性，課程人數上限為 50 人，期初兩班人數均額滿，共 100 名學生選修。期中以後，因有身體不適合動態學習或因課業負擔過多，兩班共退選 6 人，合計兩班共 94 人選修此課程。

二、研究場域與設備

研究場域為亞洲大學幼教系的音樂律動教室，教室為木板地（學生上課必須脫鞋），有一整面牆的鏡櫃，鏡櫃裡擺放各式的節奏樂器（包括各式鼓類）與各音域的木琴和鐵琴，另有一套音響、一架鋼琴、一個五線譜板與投影設備。

三、研究工具

本研究的研究工具為研究者自編的「創意音樂律動」教學問卷（附件一），問卷調查的內容共有 8 題：

1. 選擇本課程的原因。
2. 本課程的內容幫助你提升音樂哪些方面的能力？
3. 除了音樂能力的提升，本課程的內容還幫助你提升以下哪些方面的能力？
4. 你對於本課程的內容滿意度如何？
5. 請勾出以下你喜歡的課程內容（最多五個）。請寫出原因。
6. 請勾出以下你不喜歡的課程內容（最多五個）。請寫出原因。
7. 你贊成期末考試的方式嗎？
8. 對於本課程的建議

本問卷採不記名方式填寫，並於最後一次上課時填寫。研究者將所有回收之有效問卷，將資料譯碼及編輯後，以 SPSS12.0 版進行統計分析處理，並採用下列統計方法進行分析：

1. 次數統計及百分比

將所有受測者問卷調查結果的資料用次數統計以瞭解分佈狀況，利用百分比分配得之各項變數所占的比率。

2. 無母數獨立二組比較(Wilcoxon test)

探討受測者之性別和問卷內容題目 1、2、3、5、6 的選項結果是否有顯著性差異； $p < 0.05$ 時，即表示具有顯著性差異。

肆、教學設計與實施

(一) 教學設計理論

本課程的設計主要是依據前所述達克羅士與奧福音樂教學的理論，結合音樂、律動、舞蹈、歌唱與樂器合奏的教學內容，以及其所強調創造力與從感性進入認知學習的教學理念。

(二) 教學內容與實施

本課程的教學大綱為 1.結合聽覺與肢體回應的訓練 2.肢體探索與造型創作 3.節奏遊戲與身體樂器的運用 4.語言節奏之運用與創作 5.音樂聆賞與樂句的分辨 6.巴洛克舞曲介紹 7.各國傳統舞蹈之介紹 8.人聲的探索與運用 9.世界歌謠與舞蹈 10.世界歌謠與伴奏 11.樂器合奏（附件二）。茲將每週課程實施之情形略述於下：

1. 第一週

主要介紹上課大綱、規則與評量方式。

2. 第二週

首先藉由配合節奏拍打的名字遊戲讓學生彼此認識。在此活動中將節奏穩定性的

訓練融入遊戲中，也同時提供學生互動的機會，以增進人際關係。課程最後跳一首以色列的「漫步之舞」，此首樂曲節奏清晰，舞步的設計能提供學生更多互動的機會，也考驗學生的聽力與節奏的穩定性。

3. 第三週

本堂課程重點在於結合聽覺與肢體回應的訓練。藉由迅速準確的肢體的動作回應所聽到的鼓聲(不同的節奏或速度)，以增進學生的聽力以及對節奏的靈敏度。另外，從肢體的造型活動中，去探索身體動作的可能性以及其與空間的關係。從個人延伸至團體的肢體造型，以激發學生的創意。

最後的「賓果之舞」則讓學生充分表現個人肢體造型的創意，也增進團體合作的能力。

4. 第四週

課程從四拍節奏的模仿開始，而後讓學生做四拍的即興創作。接著，介紹何謂「身體樂器」(Body Percussion)。首先引導學生探索身體各部位發出聲音的可能性，然後運用所發現的拍手、拍腿、踏地、彈指、彈舌、拍肚…等「身體樂器」，練習一些組合的「身體樂器」拍打與創作。

5. 第五週

課程從 8 小節的節奏接力練習開始，而後分組做創作，將 8 小節的節奏配上自編的詞，最後是小組的創作分享。

6. 第六週

本堂課藉由欣賞樂曲「天鵝」引導學生認識樂句。在聆賞「天鵝」時，讓學生躺臥在教室的木地板上，先做一些引導放鬆的動作，然後請學生閉上眼睛，專注聆聽音樂。之後運用兩人一組互拉童軍繩的力量去感受樂句的張力與線條，以及樂句的變換。

7. 第七週

課程以三拍子的律動練習為開始，學生配合老師擊鼓做出三拍子的擺盪動作，然後老師交錯拍打四拍或三拍，學生要迅速與正確地用肢體的律動反應出來。隨後介紹巴洛克時代宮廷小步舞曲之相關背景，然後一男一女互為舞伴，學跳十七世紀的小步舞曲。

8. 第八週

本堂課程重點在於藉由美國大會舞與俄羅斯三人舞讓學生感受異國音樂風格，並從實際舞蹈中認識與感受曲式。美國大會舞的旋律為美國多首傳統民謠的組曲，其舞法為傳統歐洲社會的社交舞，其中包含多種舞蹈隊形的變化；俄羅斯三人舞則為風格強烈、節奏快速的三人舞，其舞法變化豐富，為三段式曲式。

9. 第九週

接續上週的舞蹈教學，藉由以色列與義大利西西里舞蹈感受不同曲式

與音樂風格。以色列舞蹈是一首全體圍成圈的遊戲舞蹈；義大利西西里舞蹈則是一首節奏輕快的四人舞。前者為兩段式，後者為四段式的曲式。

10. 第十週

本週開始進入歌唱的主題。首先由探索人聲開始，每人拿一條絲巾，運用想像力將絲巾想像成日常生活或大自然的用品或事物，然後配合相關律動與發出相對應的聲音。接著為聲音劇場的創作，先學唱一首以義大利母音發音的簡短曲子，然後三人為一組，設計一分鐘的劇情，並只能以歌曲中的歌詞做為對話的語言，在每組輪流呈現時，其他同學不能看只能聽，並根據聲音的表情來猜劇情為何。

11. 第十一週

先引導學生聆賞聲樂家波伽利的聲樂演唱，然後介紹歌唱基本技巧。從腹式呼吸開始並練習橫膈膜的運用，然後實際演練幫助發聲的歌曲。

12. 第十二週

接續上一週，本堂課實際演練一些簡易的世界歌謠，其中學唱一首四部輪唱的歌曲，讓學生體驗和聲之美。

13. 第十三週

本堂課仍以世界歌謠為主，並加入當地的舞蹈或歌唱遊戲以及樂器伴奏。

14. 第十四週

本堂課開始先介紹各種節奏樂器與各式鼓類，然後玩樂器接力的遊戲與創意指揮遊戲。樂器接力遊戲考驗學生的節奏穩定性與及時反應能力，創意指揮遊戲要求指揮者不能用手指揮而要運用其他肢體動作來指揮，目的在於激發學生的肢體創意與培養團體的默契。

15. 第十五週

本堂課以不規則節奏配合身體拍打的練習為開始，然後進行各式鼓類的合奏練習，最後以一首非洲迦納歌曲為主，配合遊戲、舞蹈，並練習樂器合奏。

16. 第十六週

本堂課以介紹片樂器（木琴、鐵琴）為開始，然後介紹其基本打擊技巧，而後認

識並實際演練所謂的奧福頑固伴奏，最後練習一首巴西歌曲，配合舞蹈與樂器合奏，在樂器合奏中並鼓勵學生做即興的節奏創作。歌曲與樂器頑固伴奏。

17. 第十七週

本堂課為小組創作與練習，7 至 8 人為一組，每一組選定一首歌，歌曲必須結合

自創的肢體律動與樂器伴奏，或結合其他本學期課程中所學習的內容。創作的成果為本學期期末的評量分數。

18. 第十八週

最後一堂課為小組的創作成果展現，並請學生填寫教學問卷調查表。

伍、問卷結果與討論

本研究的樣本為本校 97 學年度下學期兩班選修通識教育「創意音樂律動」課程的學生。期初兩班合計共有 100 名學生選修此課程，期中以後，因有身體不適合動態學習或因課業負擔過多，兩班共退選 6 人，合計共 94 人。由於有 15 位大四學生提早考完，故填寫問卷當天兩班共出席 79 人。研究者發出問卷 79 份，回收 79 份，扣除資料填寫不全及問卷回答不實者共 4 人，有效問卷為 75 份，所以最終有效問卷回收率為 94.9%。

一、受測者的基本資料

受測者的基本背景特色呈現於表 1。受測者共有 75 位，其中有男生 33 人(44%)及女生 42 人(56%)。所有受測者的學院分布狀況為：健康學院 9 位，資訊學院 14 位，管理學院 20 位，人文學院 18 位及創意設計學院 14 位。

表 1 受測者基本資料¹

學院別	總計	男生	女生
健康學院	9(12.0%)	5(15.2%)	4(9.5%) ²
資訊學院	14(17.7%)	10(30.3%)	4(9.5%)
管理學院	20(26.6%)	8(24.2%)	12(28.6%)
人文學院	18(24.0%)	7(21.2%)	11(26.2%)
創意設計學院	14(17.7%)	3(9.1%)	11(26.2%)

總計	75(100%)	33(44%)	42(56%)
----	----------	---------	---------

¹樣本數 75 人

²人數(百分比)

二、選擇本課程的原因

從表 2 得知同學選擇本課程的原因大多數為好奇(50.6%)，其次為同學推薦(22.9%)，再其次為興趣(20.5%)。

表 2 選擇本課程的原因¹

項目	總計	男生	女生	p 值
興趣	17(20.5%)	5(14.3%)	12(25.0%)	0.17 ²
好奇	42(50.6%)	21(60.0%)	21(43.8%)	0.24
同學推薦	19(22.9%)	6(17.1%)	13(27.1%)	0.21
必選修	2(2.4%)	1(5.7%)	1(2.1%)	0.86
其他	3(3.6%)	2(2.9%)	1(2.1%)	0.42

¹樣本數 75 人

²數值為 p 值，*=<0.05，**=<0.01

三、本課程的內容幫助你提升音樂哪方面的能力？

從表 3 得知同學選擇節奏能力提升佔最大比例(29.3%)，其次為合奏(17.9%)，再其次為旋律(16.8%)。此題經由無母數獨立比較結果得知，在性別間以提升節奏能力有顯著性差異($P \leq 0.05$)，分析結果得知女生認為在節奏能力的提升上高於男生。

表 3 本課程的內容幫助你提升音樂哪方面的能力？¹

項目	總計	男生	女生	p 值
節奏	54(29.3%)	20(24.7%)	34(33.0%)	0.05* ²
旋律	31(16.8%)	14(17.3%)	17(16.5%)	0.87
曲式	13(7.1%)	7(8.6%)	6(5.8%)	0.43
欣賞	28(15.2%)	14(17.3%)	14(13.6%)	0.42
歌唱技巧	17(9.2%)	6(7.4%)	11(10.7%)	0.41
合奏	33(17.9%)	15(18.5%)	18(17.5%)	0.82
其他	8(4.3%)	5(6.2%)	3(2.9%)	0.27

¹樣本數 75 人

²數值為 p 值，*= <0.05 ，**= <0.01

四、除了音樂能力的提升，本課程內容還幫助你提升以下哪些方面的能力：

從表 4 得知同學選擇團隊合作能力提升比例最高(24.1%)，其次為人際互動(22.5%)，再其次為肢體表現(20.9%)。此題經由無母數獨立比較結果得知，在性別間以自信心提升有顯著性差異存在($P<=0.05$)，分析結果得知男生認為自信心提升方面高於女生。

表 4 除了音樂能力的提升，本課程內容還幫助你提升以下哪些方面的能力¹

項目	總計	男生	女生	p 值
人際互動	43(22.5%)	18(19.8%)	25(25.0%)	0.67 ²
團隊合作	46(24.1%)	22(24.2%)	24(24.0%)	0.40
肢體表現	40(20.9%)	19(20.9%)	21(21.0%)	0.51
自信心	24(12.6%)	15(16.5%)	9(9.0%)	0.03*
創造力	35(18.3%)	15(16.5%)	20(20.1%)	0.85
其他	3(1.6%)	2(2.2%)	1(1.0%)	0.42

¹樣本數 75 人

²數值為 p 值，*= <0.05 ，**= <0.01

五、你對於本課程的內容滿意度如何？

對於課程內容滿意度，同學選擇滿意比例最高（52.0%），非常滿意（44.0%），不滿意佔（3.0%），無意見佔（1.0%）。

表 5 你對於本課程的內容滿意度如何？¹

項目	總計	男生	女生
非常滿意	33(44.0%)	16(48.5%)	17(40.5%)
滿意	39(52.0%)	16(48.5%)	23(54.8%)
不滿意	2(3.0%)	1(3.0%)	1(2.4%)
非常不滿意	0(0.0%)	0(0.0%)	0(0.0%)
無意見	1(1.0%)	0(0.0%)	1(2.4%)

¹樣本數 75 人

六、請勾出以下你喜歡的課程內容(最多五個)，並寫出原因。

從表 6 顯示同學喜歡的課程為樂器合奏(65.3%)，其次為俄國三人舞(38.7%)，再其次為美國大會舞(36.0%)。選擇樂器合奏的原因大多數為可以訓練自己的節奏感、能玩很多樂器，選擇俄國三人舞則以能夠認識更多朋友及提升肢體協調度為主因，選擇美國大會舞的原因則是增加與人互動性以及可以活動肢體。由上可見，同學喜歡樂器合奏以及具有互動性的舞蹈。

表 6 請勾出以下你喜歡的課程內容(最多五個)¹

項目	總計	男生	女生	p 值
名字遊戲	22(29.3%)	9(27.3%)	13(31.0%)	0.73 ²
漫步之舞	18(24.0%)	7(21.2%)	11(26.2%)	0.62
賓果之舞(輪流做五個肢體造型)	20(26.7%)	10(30.3%)	10(23.8%)	0.53
美國大會舞	27(36.0%)	12(36.4%)	15(35.7%)	0.95
博物館的肢體造型(組合造型)	22(29.3%)	10(39.3%)	12(28.6%)	0.87
節奏語言的創作	16(21.3%)	5(15.2%)	11(26.2%)	0.25
小步舞曲	20(26.7%)	11(33.3%)	9(21.4%)	0.25
天鵝	16(21.3%)	7(21.2%)	9(21.4%)	0.98
卡農	9(12.0%)	5(15.2%)	4(9.5%)	0.40
俄國三人舞	29(38.7%)	12(36.4%)	17(40.5%)	0.72
不規則節奏的練習	21(28.0%)	8(24.2%)	13(31.0%)	0.52
歌唱技巧	22(29.3%)	8(24.2%)	14(33.3%)	0.39
樂器合奏	49(65.3%)	21(63.6%)	28(66.7%)	0.79
其他	3(4.0%)	1(3.0%)	2(4.8%)	0.71

¹樣本數 75 人

²數值為 p 值，*=<0.05，**=<0.01

七、請勾出以下你不喜歡的課程內容(最多五個)，並寫出原因。

針對此題有 34 位同學表示沒有不喜歡的課程。其餘同學最不喜歡的課程依序為節奏語言創作(17.3%)，不規則節奏的練習(16.0%)，再其次為博物館的肢體造型(13.3%)。同學選擇節奏語言創作與不規則節奏練習的原因大多為練習時會因感覺太難跟不上同學而有壓力，而選擇博物館的肢體造型創作則是感覺尷尬或不好意思。

表 7 請勾出以下你不喜歡的課程內容(最多五個)¹

項目	總計	男生	女生	<i>p</i> 值
名字遊戲	5(6.7%)	3(9.1%)	2(4.8%)	0.46 ²
漫步之舞	4(5.3%)	1(3.0%)	3(7.1%)	0.43
賓果之舞(輪流坐五個肢體造型)	7(9.3%)	2(6.1%)	5(11.9%)	0.39
Polonaise(大會舞)	8(10.7%)	4(12.1%)	4(9.5%)	0.72
博物館的肢體造型	10(13.3%)	4(12.1%)	6(14.3%)	0.78
節奏語言的創作	13(17.3%)	5(15.2%)	8(19.0%)	0.66
小步舞曲	4(5.3%)	1(3.0%)	3(7.1%)	0.43
天鵝	5(6.7%)	1(3.0%)	4(9.5%)	0.17
卡農	1(1.3%)	0(0.0%)	1(2.4%)	0.38
俄國三人舞	3(4.0%)	0(0.0%)	3(7.1%)	0.12
不規則節奏的練習	12(16.0%)	5(15.2%)	7(16.7%)	0.87
歌唱技巧	4(5.3%)	1(3.0%)	3(7.1%)	0.43
樂器合奏	4(5.3%)	3(9.1%)	1(2.4%)	0.20
其他	0(0.0%)	0(0.0%)	0(0.0%)	0.99

¹樣本數 75 人²數值為 *p* 值，*= <0.05 ，**= <0.01

八、你贊成期末考試的方式嗎？請寫出建議

由表 8 得知絕大多數同學贊成期末考試佔 90.7%，不贊成的佔 9.3%。對於期末考的建議大多數為希望期末考試準備時間多一點、希望早一點告知期末考的形式。

表 8 你贊成期末考試的方式嗎？請寫出建議¹

項目	總計	男生	女生
贊成	68(90.7%)	32(97.0%)	36(85.7%)
不贊成	7(9.3%)	1(3.0%)	6(14.3%)

¹樣本數 75 人

九、對於課程的建議

研究者歸納同學對於課程的建議如下：

(一) 沒有意見，非常好，可以再繼續

「創意音樂律動」教學成效探討－以亞洲大學通識教育課程為例

- (二) 樂器的部分可以更多
- (三) 希望歌唱的部分可以多一點
- (四) 給我們更多自我創作、發揮自己的時間跟機會
- (五) 希望可以介紹更多不一樣的曲風以及欣賞更多不一樣的表演和音樂
- (六) 可以播放更多不同類型的音樂或影片，吸收更多知識
- (七) 希望多一點時間準備期末的小組創作

根據上述問卷調查結果研究者歸納結論如下：

- (一) 本課程有助於提升學生的節奏能力
- (二) 本課程有助於學生的團隊合作與人際互動方面的能力
- (三) 學生喜歡樂器合奏與增進人際互動的舞蹈課程
- (四) 學生因為感覺困難或尷尬而較不喜歡創作類（節奏與肢體）的課程
- (五) 學生對課程感到滿意，並感覺課程活潑、輕鬆、有趣
- (六) 學生贊成期末考以小組創作表演的方式來呈現

陸、結論與建議

研究者根據以上的文獻分析與教學問卷結果，實施「創意音樂律動」課程的成效如下：

一、本課程有助於提升學生的節奏能力

節奏是音樂最基本要素。柏拉圖曾說節奏與旋律有最強烈的力量進入心靈深處（曾焜宗，1997）。由於本課程主要以奧福和達克羅士的教學理念為設計依據，而兩者均強調節奏重要性，問卷調查的結果顯示「創意音樂律動」課程有助節奏能力的提升，符合兩者的教學理念與目標。

二、本課程有助於學生的團隊合作與人際互動方面的能力

從先前的文獻探討曾提及律動的探索經驗可幫助學生透過自我表現技巧，並充分發展內在知覺能力，對發展學生的高層思考以及與人溝通互動能力也有相當的助益。從問卷調查的結果可以印證「創意音樂律動」課程確實能提升學生團體互動與溝通的能力。

三、本課程有助於提高學生學習動機

當學生的學習變得愈來愈內在化，且進行被動和抽象的學習歷程時，由於學生也愈少有機會來活動、參與學習，許多學生都不再那麼有動機。但是對所有的學習者，動覺學習卻是經常提供最有效、最有樂趣教育經驗。由於

「創意音樂律動」課程注重動覺與「做中學」的學習，且從上述的問卷調查中得知學生普遍對這樣課程感覺活潑、輕鬆、有趣，相對地學習動機也為之增強。

基於上述結論，研究者提出對通識音樂教學提出建議如下：

一、實施音樂創造力的課程時，需注意有關創造力教學的原則

從研究調查結果得知，本課程對於學生的創造力並無顯著提升，而針對節奏與肢體創作類的課程，學生也因感覺困難或尷尬而表示不喜歡。因此，實施創造性的課程時，教師必須熟悉有關創造力的教學策略，以營造有利創造力的教學情境。研究者綜合國內外學者如賈馥茗、魏明通、陳龍安、托倫斯、克拉克、畢夏普、費爾遜、寇爾漢等意見，將有關創造力教學的原則歸納如下：

- (一) 提供自由、安全、民主、互動、合作、和諧、相互尊重的氣氛
- (二) 善於激發學生的創造性學習動機，提供學生豐富多變的環境與情境
- (三) 運用發問技巧，提供開放性的問題，鼓勵學生獨立思考
- (四) 允許學生有時間思考
- (五) 善於發展彈性且豐富的教材，並具備統整課程與教材的能力，以設計出富有創造性的活動（陳龍安，1999、盧美貴，2005）

有關創造力的教學策略，除了以上五項要點以外，研究者根據問卷結果發現，對於來自不同系所的通識課程選修生，需要更多的時間熟悉彼此，以便在安全、信任的氣氛中自由地表現自己的創意。另外，在音樂創作方面，需要考慮學生的音樂先備能力，研究者建議先從節奏模仿開始，再進行簡易的節奏創作，因此，建議創意音樂律動的課程可以考慮做一學年的課程規劃。

二、增加實作性課程以提升學習動機

從問卷結果顯示出學生最喜愛的課程為樂器合奏與增進人際互動的舞蹈課程，這些課程均具有實作、體驗的特性，因此，教師若能於課程中提供此類的活動，必然有助於提高學生的學習動機。

三、增加音樂互動課程以促進人際關係

音樂中「和諧」的特性是使音樂具有社會功能的主要因素。和諧的音樂可以培養和諧的氣氛，進而形成和諧的人際關係。藝術訴諸著人類最普遍的

情感，在美感的共感共鳴中，建立人與人之間的關係，並進而融合在一起（曾焜宗）。本研究結果顯示學生最喜愛樂器合奏與互動性高的舞蹈課程，而原因之一為平常和同學很少互動或是很少有這類的課程。音樂原具有溝通與分享的特性，因此，研究者建議通識音樂教師於課程中增添一些團體互動的課程，以彌補現今人際關係漸行疏離與冷漠的負面影響。

四、善用音樂的效能，提供休閒活動的多種選擇性

音樂在古希臘的生活即扮演重要角色，柏拉圖和亞理斯多德均認為音樂對於人們的身心健康有重要的影響（張初穗等，2002）。許多研究亦指出音樂具有抒壓及預防疾病的功效。宮芳辰（2006）在一份針對大學生對音樂欣賞課程內容設計的期待調查中，發現學生希望藉由音樂欣賞課程達到抒解壓力、放鬆心情的人數比例最高。研究者從問卷結果中亦發現學生對本課程感到滿意的原因多半是因為課程輕鬆、有趣。因此，研究者建議教師在引導學生音樂欣賞時，可以配合一些放鬆或遊戲化的活動，如此不但能提高學生學習動機，亦能藉由聆賞過程中體認音樂帶來的愉悅和放鬆，進而培養音樂的興趣，讓音樂走入其生活，提供學生休閒活動的多種選擇性。

為了均衡科技與人文、理性與感性，世界重要的國家中無不致力於藝術教育的推廣。藝術教育的價值在於提升美的鑑賞力與創造力的啟發，音樂欣賞為通識藝術教育中相當重要的一門課程，然而基於音樂欣賞普遍存在「播放音樂，昏昏欲睡」的現象感同身受（宮芳辰，2006），研究者期望藉由結合音樂與律動並融入創造力的「創意音樂律動」課程，進行教學的改善與創新，期盼藉由多元的課程設計，增進學生的學習動機，並擴大其音樂文化的視野，進而啟發其創造力。同時亦期盼研究之結果能做為研究者日後教學的參考，亦期盼為通識音樂教師提供未來教學相關資料之參考。

參考文獻

一、中文部份

方銘健（2008），〈探討音樂聆賞的過程〉，《國民教育》，49-2。

- 王瑞青譯（2007），Jere T. HUMRHREYS 著，〈音樂教育中創造力之重建觀點〉，《美育》，158。
- 李宗芹（2002），《非常愛跳舞》，台北：心靈工坊。
- 李映慧（1997），〈關照生命的發展過程－奧福教育理念與蒙特梭利思想的相關聯〉，《奧福教育年刊》，4。
- 宋秀娟（2008），〈通識音樂欣賞課程與創造力教學法的關係與運用〉，《研究與動態》，16。
- 宋秀娟（2009），《大學通識音樂課程教學成效之研究》，台北：新文京出版社。
- 林翠湄、王雪貞、歐姿秀、謝瑩慧譯（1995），Hendrick, J. (1992)著，《幼兒的全人教育》，台北：心理出版社。
- 范儉明（1990），《音樂教學法》，台北：五南圖書出版社。
- 宮芳辰（2006），〈通識音樂教育的趨勢〉，《通識學刊》，1-1。
- 郭芳玲（2004），〈探討奧福教學之哲理運用於藝術與人文課程領域之方法〉，《音樂藝術學刊》，3，台北教育大學。
- 郭芳玲（2006），〈律動教學對身心障礙兒童學習之影響〉，《音樂藝術學刊》4，台北教育大學。
- 郭俊賢、陳淑惠譯（1998），Pica R 著，《多元智慧的的教與學》，台北：遠流出版社。
- 許月貴、鄭欣欣、黃澗瑩譯（2000），Rae Pica 著，《幼兒音樂與肢體活動》，台北心理出版社。
- 陳淑文（2003），〈進入「音樂與律動」的世界〉，《奧福教育年刊》，8。
- 陳英豪、吳鐵雄、簡真真（1994），《創造思考與情意的教學》，高雄：復文圖書出版社。
- 陳龍安（1988），《創造思考教學的理論與實際》，台北：心理出版社。
- 張初穗（2002），〈音樂治療的起源〉，取自汪彥青、林芳蘭、吳佳慧、張乃文、張初穗、蔡安悌、蕭斐璘、章華、徐綺萃、陳綺慧、謝學恕、謝馥年合著《音樂治療》，台北：先知文化。
- 黃麗卿（1998），《創意的音樂律動遊戲》，台北：心理出版社。
- 黃麗卿（2006），〈建構理論運用於幼兒音樂律動教學〉，《奧福教育年刊》，8。

「創意音樂律動」教學成效探討－以亞洲大學通識教育課程為例

- 黃俊傑（1999），《大學通識教育的理念與實踐》，台北：中華民國通識教育學會。
- 黃俊傑（2004），《全球化時代大學通識教育的新挑戰》，台北：中華民國通識教育學會。
- 盧美貴（2005），《幼兒教育概論》（二版），台北：五南圖書出版。
- 謝鴻鳴（2003），《達克羅士音樂教學法》，台北：鴻鳴－達克羅士藝術顧問有限公司。
- 洪懿妍（2001），〈世界向美走〉，《天下雜誌》，26，台北：天下雜誌股份有限公司。
- 鄭方靖（2002），《當代四大音樂教學法之比較與運用》，高雄：復文圖書出版社。
- 顏鴻森（2008），〈我和教育部創造力教育計畫〉，取自曾志朗、范巽綠、吳靜吉、顏鴻森、鍾蔚文、吳思華等合著《風乎雨零－「教育部顧問室創造力教育中程計畫」推動實錄》，台北：教育部顧問室創造力教育中程發展計畫推動辦公室。
- 蕭奕燦（1996），〈論「音樂創造」教育〉，《奧福教育年刊》，3。

二、德文部份

Abel-Struth, S. (1985) *Grundriss der Musikpaedagogik*, Mainz : Schott.

附件一 「創意音樂律動」課程問卷調查表

一、基本資料

1. 本人就讀

- (1)健康學院 (2)資訊學院 (3)管理學院 (4)人文社會學院
 (5)創意設計學院

2. 性別

- (1)男 (2)女

二、問卷內容

1. 選擇本課程的原因

- (1)興趣 (2)好奇 (3)同學推薦 (4)必選修 (5)其他_____

2. 本課程的內容幫助你提升音樂哪些方面的能力？

- (1)節奏 (2)旋律 (3)曲式 (4)欣賞 (5)歌唱技巧 (6)合奏 (7)其他

3. 除了音樂能力的提升，本課程的內容還幫助你提升以下哪些方面的能力？

- (1)人際互動 (2)團隊合作 (3)肢體表現 (4)自信心 (5)創造力 (6)其他

4. 你對於本課程的內容滿意度如何？

- (1)非常滿意 (2)滿意 (3)不滿意 (4)非常不滿意 (5)無意見

5. 請勾出以下你喜歡的課程內容（最多五個）

- (1)名字遊戲 (2)漫步之舞 (3)賓果之舞（輪流做五個肢體造型） (4)Polonaise（大會舞）
 (5)博物館的肢體造型 (6)節奏語言的創作 (7)小步舞曲 (8)天鵝
 (9)卡農 (10)俄國三人舞 (11)不規則節奏的練習 (12)歌唱技巧
 (13)樂器合奏 (14)其他

請寫出原因_____

6. 請勾出以下你不喜歡的課程內容（最多五個）

- (1)名字遊戲 (2)漫步之舞 (3)賓果之舞 (4)Polonaise（大會舞） (5)博物館的肢體造型
 (6)節奏語言的創作 (7)小步舞曲 (8)天鵝 (9)卡農 (10)俄國三人舞
 (11)不規則節奏的練習 (12)歌唱技巧 (13)樂器合奏 (14)其他

請寫出原因_____

7. 你贊成期末考試的方式嗎？

- (1)贊成 (2)不贊成

建議:_____

8. 對於本課程的建議

附件二 課程大綱

科目名稱	創意音樂律動		英文名稱	Creative Music and Movement
授課教師	劉斐如		Email : shenlu @asia.edu.tw	
教學目標	1.藉由肢體律動、節奏活動、舞蹈、歌唱、樂器合奏、即興創作，讓學生從實際操作中感受並認知音樂的元素以及音樂的表現形式，並進而啟發學生的創作能力 2.藉由世界音樂舞蹈認識不同國家之音樂舞蹈文化 3.藉由團體的舞蹈或小組創作激發創意與增進人際互動的能力 4.藉由活潑、遊戲的方式去除學生上課的拘束感，使其能於輕鬆的氣氛下自由的表現自己			
科目綱要及進度內容	週別	主 題	內 容	
	一	課程大綱說明	說明上課規則與評量方式	
	二	彼此認識	1.名字遊戲 2.暖身舞蹈	
	三	結合聽覺與肢體回應訓練	1.以肢體回應鼓的節奏變化 2.節奏即興創作	
	四	肢體探索與造型創作	1.賓果之舞肢體動作的即興創作 2.博物館雕像與肢體造型創作	
	五	節奏遊戲與身體樂器運用	1.四拍的即興節奏創作 2.身體樂器的探索與節奏創作	
	六	語言節奏之運用與創作	1.8 小節的語言節奏創作 2. 小組創作分享	
	七	音樂聆賞與樂句的分辨	1.「天鵝」樂曲聆聽 2.感受樂句的線條與樂句的變換	
	八	各國傳統舞蹈之介紹（一）	藉由異國舞蹈（美國、俄羅斯）感受不同音樂風格	
	九	期中考		
	十	各國傳統舞蹈之介紹（二）	藉由異國舞蹈（以色列、義大利舞曲）感受不同音樂風格	
	十一	人聲的探索與運用	1.探索人聲與聲音表情的開發 2. 聲音劇場的創作	
	十二	聲樂欣賞與歌唱技巧介紹	1.聲樂聆賞 2.歌唱基本技巧介紹與演練	
	十三	世界歌謠與舞蹈	1.義大利歌曲練習 2.認識歌唱卡農（輪唱）的形式	
	十四	世界歌謠與伴奏	1.千里達島歌謠練習與節奏伴奏 2.歌唱與節奏樂器的伴奏	
	十五	樂器合奏	1.各式鼓類的合奏練習 2.非洲迦納歌曲的鼓類伴奏與舞蹈	
	十六	樂器合奏	1.片樂器（木琴、鐵琴）基本打擊技巧 2.巴西歌曲與樂器頑固伴奏	
	十七	期末小組創作與演練	自選主題，結合歌唱、律動、樂器合奏做小組創作與演練	
十八	期末考			
參考書目	1. 達克羅士音樂教學法，謝鴻鳴著，鴻鳴－達克羅士藝術顧問有限公司 2. 當代四大音樂教學法之比較與運用，鄭方靖著，高雄：復文圖書出版社			
評分標準	1.出席率與課程參與度，佔 30%。 2.課堂中的小組創作，佔 30%。3.期末分組的創作，佔 40%。			

Exploration of the Teaching Effect of “Creative Music and Movement” – A Case study –

Fei-Ju Liu, Lecturer
Center of General Education, Asia University

Abstract

The improvement and innovation of teaching method should be a teacher's fundamental skill. Particularly, nowadays, in such an educational trend where creativity is greatly emphasized, teachers should seek the innovation of teaching content and strategy, and to integrate creative teaching into their courses. The purpose of this study is to explore the teaching effect of “Creative Music and Movement” course. The result of this study is expected to serve as a reference for improvement in teaching and to offer some relevant information for general education music teachers in the future. Through a teaching survey using questionnaires, the researcher of this study would like to know the effect of “Creative Music and Movement” course. The findings of the survey are as follows:

- (1) This course enhances the students' rhythmic ability.
- (2) This course enhances the students' teamwork and interpersonal relationships.
- (3) This course enhances the students' learning motivation.

Based on the above-mentioned conclusions, the researcher the following suggestions for music teaching in general education:

- (1) While implementing creative music courses, the teachers should focus on the principles about creativity instruction
- (2) Hands-on courses are suggested in order to boost students' learning motivation.

「創意音樂律動」教學成效探討－以亞洲大學通識教育課程為例

- (3) Interactive music courses are recommended in order to promote interpersonal relationships.
- (4) Teachers should utilize the efficiency of music in order to provide students with a wide variety of selections of leisure activities.

Key words: General Education, Creativity, Creative Music and Movement