

主編刊訊

SEL vs. Symposium

吳舜文

p.1

專論

STEAM和SEL融入藝術教學之探討
——臺灣藝術教育的演變脈絡

吳望如

p.2-3

藝術新知

音樂藥理學——當旋律成為處方箋

張韶儒

p.4-6

「五感共好」藝術展

簡俊成

p.7-9

縮小後的身體大視界：

論嬰幼兒劇場中的動覺共感

鄭伊雯

p.10-12

藝才專欄

音樂專欄

從時事講音樂——巴黎奧運開幕式

張韶儒

p.13-15

美術專欄

指尖的冥想－觸摸心靈的形狀：

從「萌樣」雕塑探索社會情緒

學習 (SEL) 的創意旅程

簡俊成

p.16-18

舞蹈專欄

拉邦動作分析之動力融入現代舞課程

賴欣倫

p.19-21

藝才簡介

國立嘉義高級中學音樂班

國立嘉義高級中學美術班

嘉義縣立竹崎高級中學美術班

國立嘉義女子高級中學舞蹈班

嘉義縣立民雄國民中學音樂班

嘉義縣立民雄國民中學美術班

嘉義縣立民雄國民中學舞蹈班

嘉義縣民雄鄉民雄國民小學美術班

嘉義市東區崇文國民小學音樂班

嘉義市東區崇文國民小學舞蹈班

p.22-27

動態資訊

教育部藝術才能專長領域輔導團

動態資訊

p.28-30



- 指導單位：教育部師資培育及藝術教育司
- 發行單位：教育部藝術才能專長領域輔導團
- 主編：吳舜文
- 副主編：郭炎煌
- 執行編輯：張韶儒、簡俊成、賴欣倫
- 行政編輯：黃映娣、李威廷、劉懿霖
- 輔導團臉書專頁：
<https://reurl.cc/XWd0og>
- 藝術教育推動資源中心網站輔導團專區：
<https://artistic.finearts.ntnu.edu.tw/type/5>

主編刊訊

SEL vs. Symposium

忙碌的每天，很難停下腳步，給自己一個決定，來參加研討會吧！

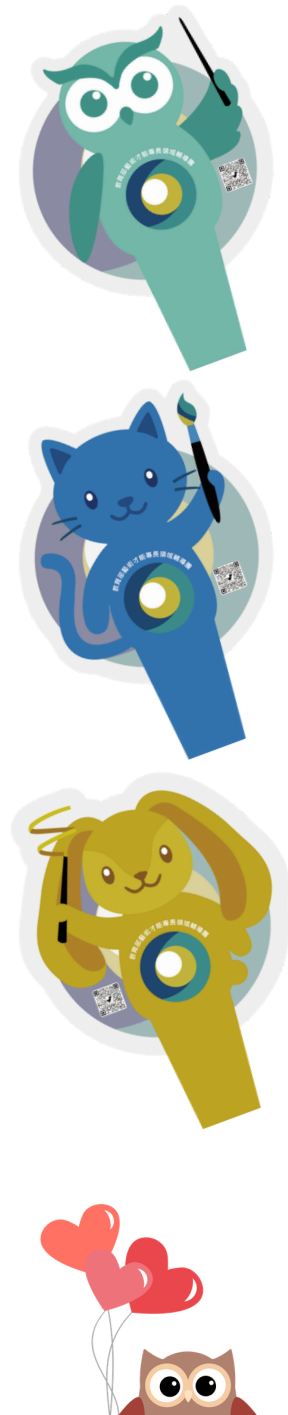
SEL，社會情緒學習，看似嚴肅的教育與社會議題，在藝術裡，其實她一直都在，停下腳步，回想自己與藝術的關聯，是否情緒課題可解？！

SEL，由自我到人際再進社會，一系列作為形成最終抉擇，是一段深思熟慮且快而未達的歷程，這令我聯想與藝術為伴的時刻，當親炙作品之時，往往過時而未察，投注的當下，油然而生無比的滿足感，對應SEL，不就是其所言的「幸福」！

來參加研討會，我們為您準備豐采主題，專家現身說法分享由藝術衍生的幸福感，到現場更能感受，邀請您共襄盛舉。

現場有幸福的小物等您來喔！

| 2026 藝術才能專長領域輔導團年度研討會議程 | | |
|--|--|--|
| 民國 115 年 06 月 15 日 (週一) 09:00~17:30 國立臺灣師範大學教育大樓/線上會議室 | | |
| 09:00~09:20 (20分鐘) | 報到 | |
| 09:20~09:30 (10分鐘) | 第一場 開幕式-同聚藝堂 (致詞暨合影) 地點: 2樓 202 國際會議廳 主持人: 吳舜文 國立臺灣師範大學音樂學系副教授暨輔導團召集人 貴賓: 教育部代表、國立臺灣師範大學代表、藝術教育專家學者 司儀: 鍾政岳 國立花蓮高級中學教師輔導團召集人 | |
| 09:30~10:20 (50分鐘) | 第二場 主題演講-藝才理念 地點: 2樓 202 國際會議廳 講題: 藝術教育與幸福美感人生 主講人: 陳郁秀 前文化建設委員會主任委員/公視暨華視董事長/國立臺灣師範大學教授兼藝術學院院長暨音樂學系主任/現任國立臺灣大學及成功大學兼任教授 主持人: 陳學志 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系教授兼副團長 | |
| 10:20~10:50 (30分鐘) | 第三場 海報發表-藝論紛紛 地點: 2樓川廊 主持人: 尤曉晴 新北市立清水高級中等學校教師輔導團召集人 | 茶敘及交流 地點: 2樓川廊 *海報展覽 9:00-17:30 |
| 10:50~11:00 (10分鐘) | 轉場*線上參與人員 10 時 55 分前進入分組會議室 | |
| 11:00~12:00 (60分鐘) | 第四場 年度成果-藝點藝滴 | |
| | 音樂組 2樓 202 國際會議廳 講題: 樂聲揚處共前行 主講人: 蔡慧芬 國立臺灣師範大學附屬高級中學教師輔導團召集人 協講人: 簡杏羽 彰化縣立彰化藝術高級中學國中教師輔導團音樂組組員 張詔儒 雲林縣私立弘光高級中學國中教師輔導團音樂組組員 連瑞淇 苗栗縣竹南鎮竹南國民小學教師輔導團音樂組組員 柯逸凡 澎湖縣馬公市馬公國民小學教師輔導團音樂組組員 主持人: 陳沁紅 國立臺灣師範大學音樂學系教授暨輔導團召集人 與談人: 江淑君 臺北師範大學音樂學系教授暨輔導團召集人 | 美術組 3樓 310 教室 講題: 藝才美術忙什麼 主講人: 鍾政岳 國立花蓮高級中學教師輔導團召集人 協講人: 鍾兆慧 臺中市西區大同國民小學教師輔導團美術組組員 簡俊成 臺北市立復興高級中學教師輔導團美術組組員 莊浩志 澎湖縣立馬公國民小學教師輔導團美術組組員 郭炎煌 新北市淡水區淡水國民小學教師輔導團美術組組員 主持人: 丘永福 前東方設計大學專業教授暨輔導團召集人 與談人: 盧福壽 國立高雄師範大學美術學系兼任副教授暨輔導團諮詢委員 |
| 12:00~13:30 (90分鐘) | 輔導團全體團員第二次會議 地點: 3樓 310 教室 主持人: 吳舜文 國立臺灣師範大學音樂學系副教授暨輔導團召集人 | 餐敘: 藝起食刻 地點: 2樓川廊 |
| 13:30~13:40 (10分鐘) | 轉場*線上參與於 13 時 35 分前進入分組會議室 | |
| 13:40~15:40 (120分鐘) | 第五場 藝才工作坊-藝享天地 | |
| | 音樂組 2樓 202 國際會議廳 講題: 指揮棒下的精準感性-關於情緒力度、共感與領導力的音樂實踐 主講人: 廖嘉弘 國立臺灣師範大學音樂學系教授 主持人: 蔡慧芬 國立臺灣師範大學附屬高級中學教師輔導團召集人 與談人: 徐政玲 輔仁大學音樂學系教授暨輔導團諮詢委員 | 美術組 3樓 310 教室 講題: 多元藝才教學分享 主講人: 謝明栖 新北市板橋區大觀國民小學教師、蔡善閔 臺中市立五基國民中學教師、陳美萍 桃園市立南段高級中等學校教師 主持人: 鍾兆慧 臺中市西區大同國民小學教師輔導團美術組組員 與談人: 趙惠玲 國立臺灣師範大學音樂學系教授暨輔導團諮詢委員 |
| 15:40~15:50 (10分鐘) | 轉場*線上參與於 15 時 45 分前進入主會議室 | |
| 15:50~17:00 (70分鐘) | 第六場 圓桌論壇-藝風堂 地點: 2樓 202 國際會議廳 講題: 我思故我在一-藝術才能生涯選擇與輔導 引言人: 蔡慧芬 國立臺灣師範大學附屬高級中學教師輔導團召集人、鍾政岳 國立花蓮高級中學教師輔導團召集人、尤曉晴 新北市立清水高級中等學校教師輔導團召集人 分享人: 王子鈞 國立臺灣師範大學附屬高級中學音樂學生、曾于喬 國立彰化師範大學美術系學生、趙蒼灼 新北市立清水高級中學舞蹈學生 主持人: 吳舜文 國立臺灣師範大學音樂學系副教授暨輔導團召集人 | |
| 17:00~17:30 (30分鐘) | 第七場 綜合座談/閉幕式 (結語暨合影) 地點: 2樓 202 國際會議廳 主持人: 蔡慧芬 國立臺灣師範大學附屬高級中學教師輔導團召集人 | |
| 17:30~ | 賦歸-藝路平安 領取參與證明/明年再見 | |



專論

STEAM和SEL融入藝術教學之探討 ——臺灣藝術教育的演變脈絡

臺灣藝術教育歷經近60年的變革，從早期由「工具論」主導的創造導向時期（民國64年），強調教師為輔導者並順應兒童心理；逐步走向受「本質論」影響、兼顧教學品質與學科系統的學科導向時期（民國83年），引進DBAE（Discipline-Based Art Education）學科本位藝術教育教學模式，將藝術視為包含藝術創作、藝術欣賞、美學與藝術史的主要學科。

隨後民國92年進入統整導向的「藝術與人文」領域，強調生活化與多元文化經驗。到了民國103年「十二年國教」時代，則進化為素養導向，鼓勵教師結合新科技（如雷雕、3D 列印、AI）設計課程，促使STEAM教學模式正式進入藝術領域。

STEAM教育：以藝術為核心的跨學科統整

1. STEAM的起源與演化

STEAM演變自2009年由美國國家科學基金會（NSF）在一次跨領域科學教育會議提出的STEM（科學、科技、工程、數學），旨在應對現代社會複雜的挑戰，培養解決問題的能力。2011年起，約翰·前田（John Maeda）等學者主張加入藝術（Art），強調全人教育，避免教育淪為冰冷的科技傳遞。

2. 藝術在STEAM中的主導地位

若ART只是用來美化STEM，其結果只是被窄化「用藝術來包裝科技產品」。筆者強調，藝術不應只是美化科技的工具。教師應以ART為軸心，將科學、科技、數學與工程的精神融入藝術創作中，展現「實用性」與「創造性」兼具的設計思考。

3. 統整教學模式

教學精神：

具備「跨領域、動手做、生活應用、解決問題、五感學習」等五大特點。

DDMT模式：

由清華大學開發，包含「發現（Discover）、定義（Define）、模型與建模（Model modelling）、遷移（Transfer）」四個階段，引導學生藉由「探究」、「設計思考」與「親手實作」的過程解決生活問題。

評量工具：

建議將STEAM與DBAE模式結合，設計包含科學向度與藝術向度（點、線、面、空間、美學等）的評量表。

表1 結合STEAM的教學和DBAE教學模式參考評量表
資料來源：筆者整理提供

| ○○國小○○學年度○學期藝術課（視覺）個人評量表 | | | | | | |
|-------------------------------|------------|---------------|------------------|-------------------|-------------------|----|
| 姓名： | | 班級： | | 單元名稱： | | |
| 評量表現 | STEM 向度 | 科學 Science | 技術 Technology | 工程 Engineering | 數學 Mathematics | 評語 |
| 藝術向度 | | | | | | |
| 藝術 創作 | 點 | | | | | |
| | 線 | | | | | |
| | 面 | | | | | |
| | 構圖 | | | | | |
| | 空間 | | | | | |
| | 質感 | | | | | |
| 藝術 欣賞 | 完成度 | | | | | |
| | 色彩 | | | | | |
| | 創意 | | | | | |
| | 結構 | | | | | |
| | 表達 | | | | | |
| | 應用 | | | | | |
| ART 應用 DBAE 四個 主軸 | 臺灣 | | | | | |
| | 西洋 | | | | | |
| | 中國 | | | | | |
| | 反覆 | | | | | |
| | 漸層 | | | | | |
| | 對稱 | | | | | |
| | 均衡 | | | | | |
| | 調和 | | | | | |
| 美學 | 對比 | | | | | |
| | 比例 | | | | | |
| | 節奏 | | | | | |
| 純調 | | | | | | |
| 單純 | | | | | | |





SEL融入：建立幸福學習的根基

1. SEL的核心價值

「社會情緒學習」(SEL)旨在培養自我覺察、自我管理、社會覺察(同理心)、人際技巧、責任感五大能力。教育部已訂定民國114至118年為第一期計劃，推動融入各科教學。

2. 為何藝術需要SEL?

在數位焦慮、網路霸凌與疏離感嚴重的現狀下，良好的情緒是學習的基礎(即「先滿足馬斯洛需求，再進行布魯姆認知學習」)。藝術教學中，學生可透過創作表達想法、建立價值觀，並在團隊合作中學習溝通與解決衝突。

| 核心要素 | 概念 | 具體目標 |
|----------|-----------|--|
| 一、自我覺察 | 1.情緒 | 能瞭解自己在創作中的情緒表現。 |
| | 2.想法 | 能透過作品表現表達出自己的創作想法。 |
| | 3.價值觀 | 能發現創作的目的與價值。 |
| | 4.特點 | 能探索自己作品的特質。 |
| | 5.優勢 | 能比較自己作品和同學作品之間的不同並找出自己的創意。 |
| | 6.劣勢 | 能在創作中感受到自己的不足進而學習別人的優點。 |
| 二、自我管理 | 1.想法 | 創作時能展現自己的獨特想法與思維。 |
| | 2.行為 | 創作時能仔細聆聽教師講解與示範，並正確的使用各種工具材料。 |
| | 3.生活實踐 | 在學習時能和同儕做好各種互動，團隊互助合作建立良好的關係。 |
| | 4.目標達成 | 創作時能完成每個歷程，並未自己的作品負責。 |
| | 5.壓力管理 | 創作時遇到困境能自我解決或尋求他人幫助。 |
| | 6.規劃能力 | 創作時能依自己的想法訂定執行步驟，按部就班的去完成工作，並建立起自己的規劃能力。 |
| | 7.自我管理 | 能建立起正確有效的學習態度，工具材料的保管與使用，熟悉各種素材的探索與學習。 |
| 社會覺察 | 1.理解他人的想法 | 在創作時能瞭解、尊重、欣賞別人的想法，所表現出來的作品。 |
| | 2.同理心 | 對於創作能力較不佳或工具未帶的同學，能展現同理心，給予主動幫助。 |
| | 3.關懷 | 創作時能主動關懷進度落後或遭遇瓶頸或困難的同學。 |
| | 4.文化理解 | 能透過創作認識在地文化或傳統文化的特色，同時也能尊重不同文化上的差異。 |
| | 5.價值觀 | 能透過創作建立正確的價值觀。 |
| 四、人際關係技巧 | 1.溝通 | 創作時能與教師或同學建立並保持良好的溝通態度。 |
| | 2.聆聽 | 創作時能專注的聆聽並仔細的觀察教師每個示範動作。 |
| | 3.共同解決問題 | 能和同學共同解決創作時的問題或尋解決困境的方法與策略。 |
| | 4.解決衝突 | 創作時若和同學有衝突現象發生時，能找到解決方法平息紛爭。 |
| | 5.領導能力 | 創作時能展現作品的特色，形成示範作品建立起創作領頭羊的地位。 |
| 五、負責任的決定 | 1.倫理道德 | 重視倫理道德建立良好行為。 |
| | 2.規範 | 能遵守各種的行為規範養成良好習慣。 |
| | 3.負責 | 能愛惜尊重自己的作品妥善保有、展示，為自己作品做好負責任的態度。 |

表2 SEL五大核心概念列表
資料來源：筆者整理提供

表3 融入SEL之教學參考評量表
資料來源：筆者整理提供

| 姓名: | | 班級: | 單元名稱: | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|----------|-----|-------|---|---|----|----|----|----|----|----|----|------|------|-----|------|------|----|----|----|--|--|
| 評量表現 | 創作 向度 | 表現於 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 技法 | | | | 知識 | | | | 態度 | | | | | | | | | | | | |
| 社會情緒 | | 構圖 | 空間 | 質 | 色 | 線 | 創意 | 聆聽 | 發問 | 回答 | 預習 | 理解 | 人際互動 | 想法表達 | 行為管 | 目標達成 | 關懷他人 | 溝通 | 負責 | 特質 | | |
| 自我覺察 | 情緒 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 想法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 價值觀 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 特點 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 優勢 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 劣勢 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 想法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 自我管理 | 行為 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 生活實踐 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 目標達成 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 壓力管理 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 規劃能力 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 自我管理 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 理解他人想法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 社會覺察 | 同理心 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 關懷 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 文化理解 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 價值觀 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 溝通 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 聆聽 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 共同解決問題 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 人際關係技巧 | 衝突解決 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

SEL融入：建立幸福學習的根基

藝術教育正不斷融入創客、3D列印及SEL等新元素，事實上教學的歷程是不變的，SEL的各項核心指標也早就融入教學之中，只是要將只重視知識和技能的觀念做改變，深化落實情意的教學。為因應此趨勢，教師應具備以下素養：

- 1. 跨域學習：** 多多涉獵各方面的知識，主動涉獵科學、工程、數學知識並參與相關研習。
- 2. 深化情意：** 結合藝術治療觀點關照自身以及學生的身心，落實以人為本的教學。
- 3. 社群協作：** 學校應組成讀書會研發教材，建立評估回饋機制，並利用AI建立跨系統連結，營造友善校園文化。



藝術新知

音樂藥理學——當旋律成為處方箋

音樂自古以來在人類文化中便扮演著調節精神與身體的重要角色。德國哲學家叔本華（Arthur Schopenhauer）曾指出，音樂呈現的是生活的精華與內在本質而非表象，這使得音樂具備了跨越語言、直接觸動內在意志的普同性。

在現代醫學中，音樂不再僅是藝術欣賞，而逐漸演化為一門跨領域的專業——音樂治療。根據世界音樂治療聯合會（World Federation of Music Therapy, WFMT）的定義，這是一項運用音樂元素（如聲音、節奏、旋律）來優化生理、心理、社交與認知功能的專業介入方式。當傳統藥物在治療阿茲海默症等退化性疾病遇到限制時，旋律便成為了一張強而有力的「非藥物處方箋」。

忘了你，但卻記得旋律……

這歸功於大腦處理聲音與記憶的獨特生理機制：

阿茲海默症專家理查德·卡塞利（Richard J. Caselli）揭示腦區受損的先後順序，在輕度至中度的病程中，受損最深的是負責短期記憶的區域，而與音樂記憶密切相關的腦區（如前扣帶皮質（Anterior Cingulate Cortex）與腹側前輔助運動區（Ventral Pre-supplementary Motor Area）通常在失智症晚期才會受到影響（許家銘，2026）。此外，音樂能活化與記憶密切相關的「海馬迴」，刺激神經增生（Neurogenesis），甚至能減少或逆轉因老化或失智症導致的腦區萎縮趨勢（Anna Matziorinis、Stefan Koelsch，2022）。這解釋了為什麼中重度失智症患者即便忘記家人的姓名，卻能不自覺地哼唱起年輕時的歌曲。音樂就像是一把「溫暖的鑰匙」，能夠打開那扇逐漸關閉的心門。

音樂訓練能有效活化大腦的語言與記憶網絡，甚至促使連結不同腦區的「白質」產生結構性改變，提升訊息傳導效率。對於高齡者而言，受過音樂訓練的大腦具備更強的辨識力，即使在噪音環境中也能清晰捕捉語言，維持認知的敏銳度。此外，音樂介入能刺激神經荷爾蒙（如褪黑激素、正腎上腺素）的活化，進而改善睡眠品質並穩定情緒，發揮實質的生理調節作用（賴秋蓮、李建勳，2014；Anna Matziorinis、Stefan Koelsch，2022）。





臨床實務——從「此時此刻」到「連結」

音樂治療的藥理成效在失智症照顧中表現尤為顯著，其核心在於 McDermott 音樂心理社會模式（張雨晴，2022）：

- 此時此刻（Here and now）：幫助長輩專注於當下的感官刺激，減少躁動與焦慮。
- 自己是誰（Who you are）：透過歌曲喚起「自傳式記憶」，讓長輩在記憶迷霧中重拾自我認同。
- 共通性的連結（Connectedness）：透過旋律與他人建立非語言的社會連結，減少社交孤立。

在臨床應用中，其成效主要體現在改善失智症的精神行為症狀：

- 改善憂鬱與焦慮：研究證實團體音樂治療能顯著改善高齡者的憂鬱情緒。音樂比話語更能撫平不安定感。
- 減少躁動與攻擊行為：帕海貝爾的《卡農》等樂曲被證實能有效減少護理之家失智症住民的激動行為。
- 語言與社交功能的提升：透過歌唱與歌詞創作，個案能訴說個人故事，提升口語表達的流暢性與內容豐富度。

在臨床觀察中，音樂總創造令人感動的時刻（洪蘭，2023）：

鋼琴家陳郁秀曾分享，其母親晚年虛弱且幾乎不與外界溝通，但當聽到小時候常聽的搖擺曲時，手指竟不自覺地在棉被上跟著打起節拍。

一位失智母親雖已認不出女兒，但在聽到聖誕歌曲時竟張開了嘴唱了起來，並短暫和女兒進行對話，顯示音樂帶回了部分的記憶。

在練唱《掌聲響起》時，患者主動分享這首歌是已故丈夫的最愛，並表達出內心深處的辛酸與思念。透過歌曲提取過往記憶，完成深刻的自我表達。

音樂學子的藍海——從「演奏家」到「療癒者」

隨著高齡社會到來，音樂的價值已從音樂廳內的精緻藝術轉向走入社群與醫療。這無疑為音樂班學子提供了多樣化的職涯路徑，同學們除了教學與演奏，也可進入醫院復健科、安寧病房、早療中心、日間照顧機構擔任音樂治療師或社區音樂教師。從小到大的音樂班訓練，使得同學們除了演奏能力外，亦具備節奏感、音感等能力，這些能力在臨床中能轉化為治療工具，如運用樂器的「模仿、襯托、抽離」技巧引導病患表達情緒。

雖然臺灣目前尚未有國家級音樂治療師證照，但臺灣音樂治療學會（Taiwan Certified Music Therapist，簡稱TCMT）已開始推動專業認證制度，且越來越多醫療機構主動聘請相關人才。對於有志投入此領域的學子，臺灣目前已有多所學校提供相關類組與學程，協助學生銜接專業：

東海大學音樂學系

113學年度首創學士班「音樂治療組」、碩士班音樂治療組，並開設相關學分學程，致力於培養臨床專業實作能力。

輔仁大學音樂學系

開設「音樂治療組碩士在職專班」與「音樂治療學分學程」，強調心理學與音樂專業的跨領域整合。

國立屏東大學音樂學系

開設「碩士班音樂教育暨音樂治療組」與「音樂治療學分學程」，並與特教、心理輔導等學系合作，提供學生多元的就業視野。

國立臺灣師範大學音樂學系

開設「音樂輔導與特教學分學程」，內容涵蓋「音樂理論」、「特教及輔導理論」、「創造力與教學實作」、「樂器應用」、「生理與心理學」等五大領域，俾利學生畢業後可順利銜接國內外相關專業領域進修與相關職涯發展。

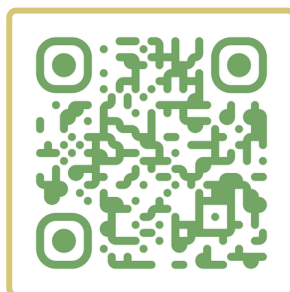
讓旋律成為最溫暖的陪伴

音樂記憶就像藏在心靈深處的寶藏，即使歲月帶走了語言，旋律依然能承載愛與陪伴。透過熟悉的旋律，這些專業介入讓失智者在人生的黃昏時刻，依然能在旋律中，眼神發亮地找回自己。

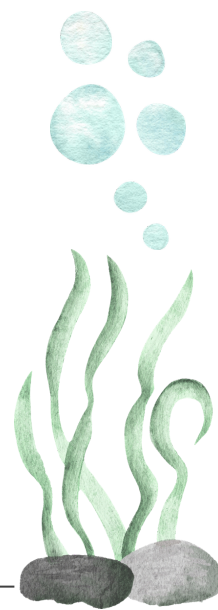
只要具備感知的潛能，音樂訓練與介入永遠不嫌晚。我們期待更多具備深厚音樂底蘊的學子投入「音樂治療」的隊伍，這份特殊的「處方箋」不僅療癒病患，更為社會帶來愛、尊嚴與專業的新可能。



圖1 音樂治療活動示意圖 資料來源：筆者提供 (AI生成)



社團法人臺灣音樂治療學會官方網站
資料來源：社團法人臺灣音樂治療學會



參考文獻：

- 洪蘭 (2023)。《大腦這樣「聽」》洪蘭教授推薦——多說話可以防止阿茲海默症，音樂也可以訓練大腦對聲音的覺識。天下文化。<https://bookzone.cwgy.com.tw/article/26768>
- 張雨晴 (2023)。音樂治療運用於失智症照顧之介入歷程：以團體音樂治療促進失智症者的社會互動及自我表達為例。國立臺灣大學社會科學院社會工作學系碩士論文。<https://doi.org/10.6342/NTU202304130>
- 許家銘 (2026)。「我不記得你，但我記得這首歌」阿姆斯特丹音樂廳裡的特別合唱團，讓失智症家庭重拾笑容。地球圖輯隊。https://dq.yam.com/post/16818#v1_dq_doc_168186
- 賴秋蓮、李建勳 (2014)。阿茲海默症(五)：音樂如何治療阿茲海默症？。科技大觀園。<https://scitechvista.nat.gov.tw/Article/C000003/detail?ID=615a2594-2dc5-482c-bc10-a938b45b9fc9>
- Matziorinis, Anna, and Stefan Koelsch. "The promise of music therapy for Alzheimer's disease: a review." *Annals of the New York Academy of Sciences* 1516.1 (2022): 11-17. <https://doi.org/10.1111/nyas.14864>

藝術新知

「五感共好」藝術展

「五感共好」的藝術，是當代藝術從「純粹視覺」轉向「全人感知」的一場革命。

在藝才班的教學語境下，這不僅僅是多種感官的疊加，更是一種透過感官的共融（Inclusive）與連結（Connection），達成個體與社會、環境「共好」的實踐。此外「五感共好」的藝術不再追求孤高的形式美，而是追求感官的對話。它讓藝術從「客體」變成了「媒介」，引導師生在參觀展覽時，不只是在「看」藝術，而是在「體驗」一種更具包容性、更溫暖的人間關係。

以下推薦三個國內外展覽供參考：

1. 國立臺灣美術館

國立臺灣美術館於2026年3月28日推出主題展《無限副本與瞄準器》，由策展人陳湘汶策劃。展覽以電玩遊戲與戰爭之間的歷史發展與概念關係為切入點，探討射擊與策略類遊戲與軍事科技、戰爭模擬之間的關聯，並進一步延伸至虛擬世界與現實社會在資訊、資本與權力運作上的相似性。展覽嘗試從線上遊戲式世界觀，思考科技競技化的社會結構與文化系統。

此外，國美館與美國原住民藝術機構 IAIA MoCNA 合作之《破土—臺灣當代原住民藝術與行動主義》，曾於美國展出並獲得當地迴響。2026年4月至8月，館方將於文化部一樓藝廊展出該計畫之交流成果與代表性作品，透過不同世代原住民藝術家的創作，探討殖民政策對文化與環境的影響，涵蓋語言流失、文化斷裂、社群連結與身分認同等議題。

2026年，亞洲藝術雙年展將迎來第十屆。國立臺灣美術館指出，本屆雙年展將邀請策展人呂佩怡共同策劃，並以「共織」（Co-Weaving）作為核心策展概念，將展覽視為一種知識生產與生成關係的過程，提出「織知」（Woven Knowledge）的策展方法。展覽將透過「集體」、「合作」、「社群」與「互助」等實踐形式，關注主流當代藝術敘事中長期被忽略或排除的議題與視角，特別是女性、原住民與酷兒等邊緣位置所帶來的認識論轉向。

- **時間**：2026年3月28日至2026年12月。
- **五感特色**：由國立臺灣美術館主辦，本屆規模龐大，內容將涵蓋多元觀點、性別、甚至探討戰爭與生死等議題。
- **教學亮點**：引導藝才班學生觀察亞洲當代藝術，如何透過複合媒材呈現社會共好議題。



《無限副本與瞄準器》場次資料
展覽日期 | 2026年03月28日至2026年06月28日
展覽時間 | 週二至週五 09:00-17:00、週六、週日 09:00-18:00
展覽地點 | 國立臺灣美術館 103-107展覽室、美術街
資料來源：國立臺灣美術館官方網站



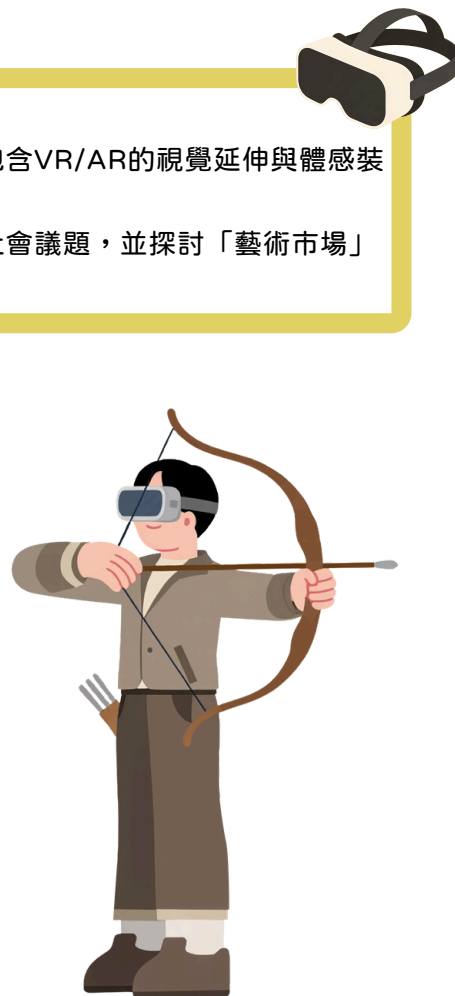
2. ART TAIPEI 2026 台北國際藝術博覽會

ART TAIPEI 台北國際藝術博覽會，每年透過邀請海內外畫廊的參展，帶來許多國際藝壇的重要作品，增進海內外藝術交流，並且推廣藝術生活和全民收藏。ART TAIPEI 台北國際藝術博覽會已是各畫廊和亞洲地區重要收藏家、畫廊、媒體互動的重要管道。有鑑於此，畫廊協會將會抱持著對藝術熱愛的精神，持續為臺灣藝術產業努力，不僅提供藝術家與藝術市場創造平台，更協助亞洲畫廊與國際畫廊多元交流。

- **時間**：2026年10月30日至11月2日。
- **五感特色**：作為亞洲指標性藝博會，近年強調科技與藝術的融合，包含VR/AR的視覺延伸與體感裝置，提供極致的視覺與體感體驗。
- **教學亮點**：引導藝才班學生觀察當代藝術，如何透過多樣媒材表達社會議題，並探討「藝術市場」與「文化影響力」的平衡。



ART TAIPEI 2026 台北國際藝術博覽會官方網站
展覽日期 | 2026年10月30日至2026年11月2日
展覽時間 | 週五 14:00-19:00、週六日 11:00-19:00、週一 11:00-18:00
展覽地點 | 台北世界貿易中心展覽大樓-世貿一館
資料來源：台北國際藝術博覽會官方網站



3. 曼谷藝術雙年展 (Bangkok Art Biennale, BAB 2026)

第5屆「曼谷藝術雙年展」(Bangkok Art Biennale, BAB 2026)將於2026年10月29日至2027年2月28日舉行，本屆以「天使與魔羅」(Angels and Mara)為核心概念，策展團隊將於曼谷多處地標展出逾200件藝術作品，包括臥佛寺(Wat Pho)、黎明寺(Wat Arun)、國家博物館、曼谷藝術文化中心(BACC)及Museum Siam等地。展覽將邀集來自全球60位知名藝術家參與，讓觀眾在宗教、歷史與現代空間的交融中體驗藝術的多重意涵。

藝術總監阿披楠(Apinan Poshyananda)表示，本屆雙年展的使命在於「以藝術為語言，探索人類共處與心靈的平衡」。「曼谷正轉變為文化創意的樞紐，而BAB不只是展覽，更是對社會議題的反思平台。」，象徵希望與衝突、秩序與混沌在現代世界中的對峙與共存。(節錄自台泰時報2025年10月5日報導)

- **時間**：2026年10月29日至2027年2月28日。
- **五感特色**：東南亞重要的當代藝術盛事，作品常結合宗教空間與城市街道，涉及強烈的視覺色彩與多樣媒材的文化碰撞。
- **教學亮點**：帶領藝才班國際交流，並引導學生探討多元文化、性別與信仰在當代藝術中的表現方式。



第五屆曼谷藝術雙年展 (Bangkok Art Biennale, BAB 2026) 官方網站
展覽日期 | 2026年10月30日至2027年2月28日
展覽地點 | 曼谷，泰國
資料來源：Bangkok Art Biennale (BAB) 官方網站



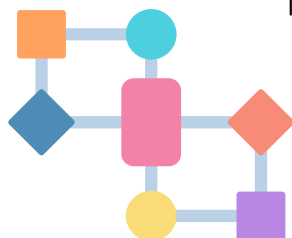
延伸閱讀：
〈天使對話魔羅 曼谷藝術雙年展2026揭幕〉
資料來源：台泰時報2025年10月5日



給藝才班學生的教學引導心法：五感轉譯

在引導藝才班學生時，可以運用「感官聯覺 (Synesthesia)」的訓練作為教學核心：

1. **聲畫轉譯**：聽一段音樂 (聽覺)，嘗試用色彩的筆觸表現音頻的粗細與節奏 (視覺)。
2. **質地敘事**：觸摸一塊粗糙的樹皮 (觸覺)，引導學生寫出一首關於「時間感」的短詩 (文學/語感)。
3. **場域共鳴**：分析展場燈光、氣味與動線如何影響觀眾的互動情緒，學習「整體藝術 (Gesamtkunstwerk)」的營造。
4. **策展模組實作**：參考「亞洲藝術雙年展」的模組化概念，讓學生嘗試在教室內策劃一場可拆卸、可移動的小型五感展覽。
5. **異業合作探索**：參考「台北國際藝術博覽會」的概念，鼓勵學生觀察藝術如何與科技、文資、商業……結合，發想出具有「共好」精神的跨領域創作。



縮小後的身體大視界：論嬰幼兒劇場中的動覺共感

前言：感知深度的細緻實踐

在當代舞蹈的訓練中，我們已跨越了單純肢體技巧的堆疊。在身心覺察、即興引導與人性關照的介入下，專業舞者的身體被塑造成高度自覺且充滿感知力的媒介，能在精準的動態中展現細膩的人文質地。然而，當這套成熟的感知語彙進入0-3歲嬰幼兒甚至學齡前孩童為核心的空間時，舞蹈的對話方式面臨了另一種層次的轉化。這藝術審美上的交流回歸更原始生物本能、關於「被感受」的能量建構。

在寶寶劇場的實踐中，舞蹈專業從「有意識的感知展現」進一步精煉為「感官場域的交互對位」。當我們將身體高度降至與孩子齊平，甚至更低的水平線時，那片「縮小降低」後的世界反而展現出前所未有的遼闊視野。本文將探討這場域中的核心機制——「動覺共感」，以及它如何透過身體與聲音，擴展表演者與觀眾之間的連結緊密度。

一、動覺共感：跨越語言的多重感官生理連結

對於尚未學習語言的嬰幼兒而言，身體動能可說是他們理解世界的第一本字典。在劇場中，你可以經常發現，當舞者進行重心的劇烈移轉或細微的肌肉收縮時，觀眾的身體也會隨之微微晃動或緊縮，小觀眾亦然，這便是學理上所稱的「動覺共感」。

這並非單純的視覺觀察，而是一種全身心的生理對位。這份共感更包含著聽覺與動覺的深度聯結。我在第一現場觀察到，寶寶極其容易受到聲音單位的驅使，當音樂的節奏流動，或舞者發出具律動性的呼吸與人聲時，寶寶常會不由自主地產生身體律動，甚至試圖在空間中尋找對應的動作。

這是一種跨越符號與邏輯的原始對話。大腦鏡像神經元正帶領孩子在體內「同步」這份動作感與聲音能量。可以說是話語誕生之前，表演者與觀眾已經透過身體與聽覺的生理共鳴，完成了一次深度的生命能量傳遞。



圖1 & 圖2 《馬麻，房子為什麼在飛？》演出劇照
影像提供：人尹合作社





二、從「形式」到「能量」：專業舞者的解構與重塑

進入寶寶劇場，對舞蹈工作者而言是一場「去專業化」後的「再專業化」。我們必須卸下炫技的武裝，重新審視身體與聲音的細微變化。

1、身心的誠實性與聲音的質地：

寶寶是世界上最敏銳的觀察者。他們不看你的舞蹈動作是否優美，但在意表演者的真誠。同時，他們對聲音的質地極其敏感。舞者發出的每一個聲響，透過身體共振發出的物理性聲音，到伴隨肢體延展而產生的呼吸聲，只要具有情感張力，通常都會直接的驅動著寶寶感官。

2、微觀動能的爆發：

在成人劇場中，微小的手指觸碰或足尖摩擦容易被忽略；但在近距離的嬰幼兒劇場中，這些看似微小的「爬行、伸展與觸碰」，在孩子眼中都是巨大的感官事件。舞者必須精煉每一吋肌理的變化，並精準控制聲音與肢體的同步率，將動能濃縮在細膩的純粹中。這種轉變讓表演的核心從「視覺形式的呈現」轉向了「感官場域的維持」。我們不再是表演「給」他們看，而是邀請他們「進入」這個由肢體動態與聲音律動所編織的能量網絡。



圖3 《馬麻，房子為什麼在飛？》演出劇照
演出者：袁以婕 影像提供：人尹合作社

三、縮小後的視界：重構空間與聲音的美學邏輯

當我們將視角降低到 60 公分的高度，劇場的空間與聲學邏輯被徹底翻轉。地毯的紋理、光影在地面上的投射、聲音在地面反射後的頻率，都成為了構成「大視界」的重要元素。在這樣的視野中，舞蹈不再是單向的演出，而是一種環境的營造。專業舞者利用重心移轉帶動空氣的流動，透過身體張力改變空間的密度。當音樂節奏響起，舞者與空間、聲音共同構成了一個有機的生態系統，引導寶寶在這個場域中自然地看、自然地聽、自然地隨之起舞。這不僅是表演，更是一種感官裝置的動態呈現。



圖4 《馬麻，地球塑膠了！》演出劇照
影像提供：人尹合作社

四、藝術教育的轉化與延伸：藝才教育的多重視角

身為藝術才能教育的推動者，寶寶劇場的實踐為我提供了珍貴的養分，讓我得以在既有的專業教學架構下，延伸出更具感官深度的對話空間。這並非對技術訓練的捨棄，而是強化原始核心，透過下方的路徑，相信能豐厚藝才教育的生命力：

1、深耕肢體原動力與視聽連結：

透過動覺共感的觀點，我們能引導學生在追求高難度技巧的同時，同步連結身體最原始的敏銳度。在專業訓練中的「感官啟發」，讓學生探索聲音如何物理性地驅動肌肉張力等。這不僅能提升動作的質感，更能讓技巧學習從視覺的模仿，昇華為內在聽覺與動覺的深度整合。

2、建構「能量共振」的教學現場：

寶寶劇場教給我最重要的一課，是藝術溝通的本質在於「共感」。這份認知進入教室，教學將不只是單向的指令傳遞，而是一種師生間能量的精準流動。教師必須更細膩地察覺學生的身體狀態，透過非語言的引導建立起默契，讓藝術教育成為一種更具生命力的交會。

3、守護感官啟蒙的驚奇感：

寶寶劇場提醒我，藝術創作的初心往往源自你對世界第一次的驚奇感。身為表演者的我們雖然已經有無數的表演、排練經驗，但在寶寶的世界中，這場演出也許是他人生中的第一次進劇場經驗，那些發亮的眼睛、對新事物抱持恐懼的不安、對所看見的給予最誠實且直接的回饋，皆是教育社會化前的直覺反應。在藝才教育中，若能持續保有這份「回歸本能」的實踐，將能協助學生在嚴謹的專業訓練中，依然保有敏銳的感官直覺。這份直覺，正是支撐藝術家走得長久、創作得更具靈魂的核心關鍵。



圖5 《馬麻，我什麼時候可以長大？》演出劇照 圖6 《馬麻，房子為什麼在飛？》演出劇照
演出者：莊秉衡 影像提供：人尹合作社 影像提供：人尹合作社

結語：在微細處見廣袤

《縮小後的身體大視界》所顯露出的，並非感官規模的縮限，而是透過更微觀、更純粹的視角，展現身體與生命原力連結的巨大可能。在嬰幼兒劇場的方寸之間，那份最原始的「動覺共感」讓我們看見了藝術啟蒙的真正本質——它不再受限於符號的解讀或敘事的完整，而是關乎於當下的感受、關乎於聲音與身體的物理性連結。

身為當代舞蹈的實踐者，這段創作歷程更像「感官的歸位」。它提醒我們，無論技術如何演進、訓練如何人性化，藝術的核心競爭力最終仍回歸到那份「對生命的敏銳觀察體會」。當我們願意彎下腰、甚至貼近地面，與這群最純粹的觀眾共同律動時，我們所獲得的不僅是新的創作靈感，更是一份對「人」與「藝術」關係的靠近與完整。

這份來自嬰幼兒劇場的禮物，不僅僅屬於創作者，更應屬於每一位致力於藝術才能教育的專業工作者。在追求專業卓越的道路中，若能時常回望這份「前語言」的純粹力量，我們能為藝才教育注入更具生命力的身體實踐，讓美的種子在最細微的震動中，開展出屬於孩子、也屬於我們的浩瀚世界。





從時事講音樂——巴黎奧運開幕式

設計理念

2024年的盛夏，塞納河畔的波光不再只是詩人的草稿，而化身為全球矚目的動態舞台。筆者秉持「生活即藝術，時事即教材」的精神，特以奧運為題設計本課程，引導同學了解巴黎奧運的展場美學，當巴黎奧運打破了傳統體育場館的圍欄，將整座城市轉化為流動的藝術館時，這不僅是體育競技的巔峰，更是一場關於國家美學底蘊、文化外交與音樂敘事的絕佳教學契機，藉以認識對於法國人來說，足以代表法國的重要音樂家，及其代表的法國音樂風格與文化背景。

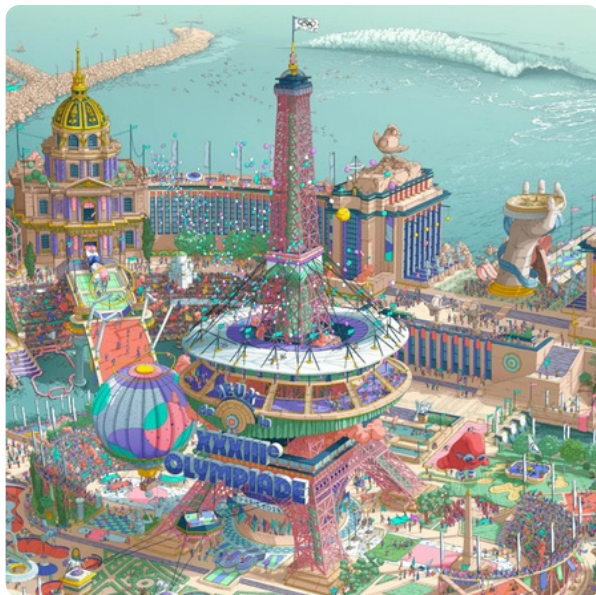
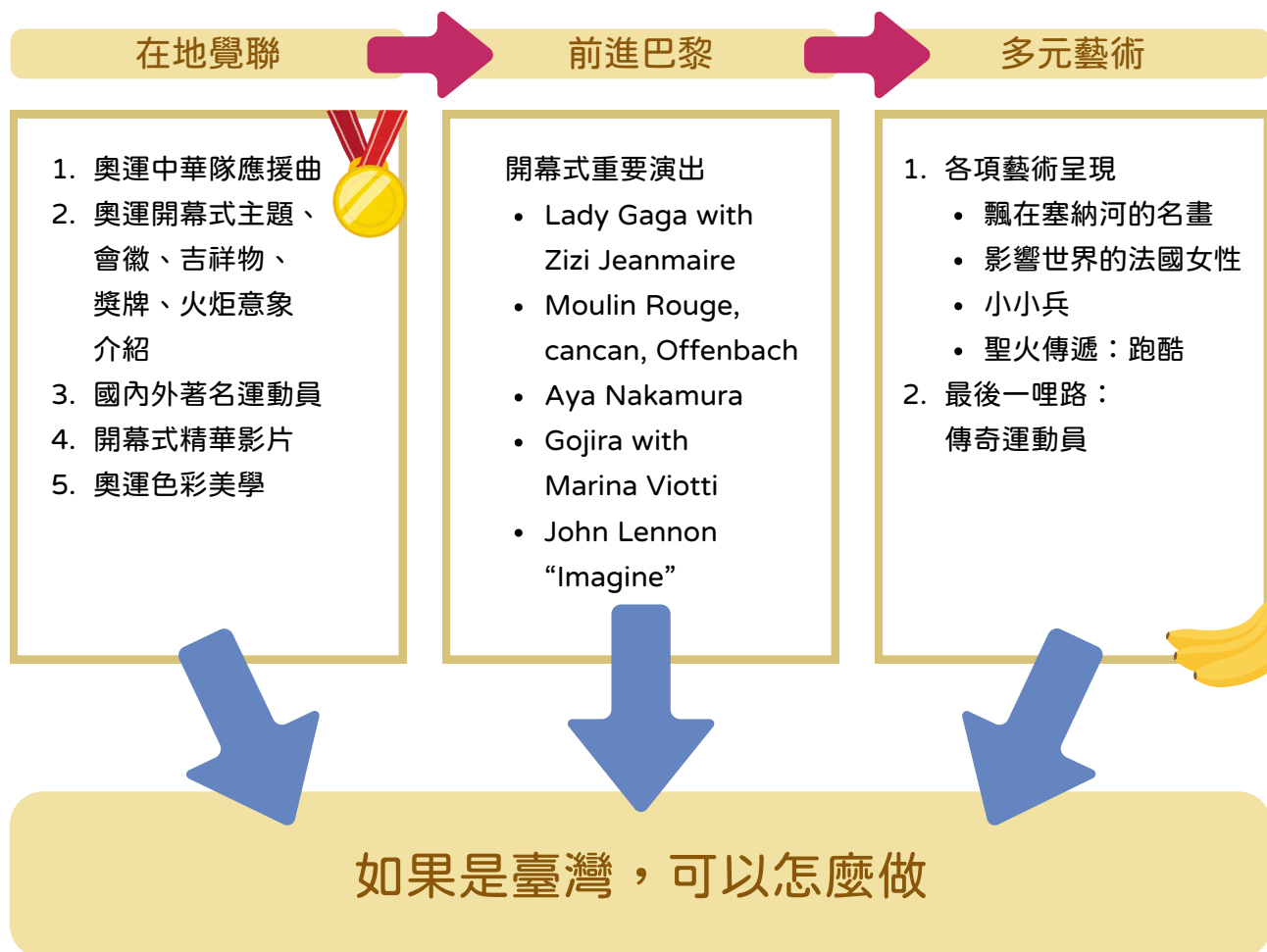


圖1 2024巴黎奧運海報
資料來源：[Olympic Games Paris 2024](https://olympicgamesparis2024.com)

課程架構



學習目標對應學習重點及核心素養

| 學習目標 | 學習重點及核心素養 | | |
|-------------------------------------|---|--|--|
| | 學習內容 | 學習表現 | 核心素養 |
| 學生能區分香頌、歌劇到當代重金屬等不同演出型態的音樂作品，並發表看法。 | 音才IV-C1-1 不同演出型態音樂作品的分析與比較及各演出型態特性的探討。 | 音才IV-C1 設定主題，進行音樂簡史及樂器概論的相關分析與比較，培養審美的基礎知能。 | 藝才J-C3 理解在地與國際藝術展演的內涵，尊重與欣賞多元文化的殊異。 |
| 學生能反思足以代表台灣的在地音樂與文化，並提出具體建議。 | 音才IV-L3-2 國內外音樂相關時事或報導的摘要與看法。 | 音才IV-L3 觀察生活中與音樂相關的事件，並發表個人看法。 | |

建立與國際接軌的情感連結

「中華隊應援曲」中獻聲的我國運動員、在地歌手與導演，在學生心中種下一顆種子：當我們為自己的文化歡呼時，運用了什麼樣的聲音與畫面？

會徽、獎牌與色彩的視覺語言

巴黎的「軟文化」符號：

1. 會徽中的三位一體——
聖火、女性（瑪麗安娜）、獎牌
2. 獎牌與巴黎鐵塔
3. 運動場的視覺美學

此外，亦引入「跳水王子」Tom Daley 的案例。除了提及他在賽場邊編織毛衣的趣味話題，更引導學生思考他如何透過這項嗜好，在追求極致成績與心理健康間取得平衡。並藉由其生命經歷，進一步討論人生規劃、目標設定，以及作為生命教育與性別平等議題的延伸。



圖2 2024巴黎奧運主視覺
資料來源：[Olympic Games Paris 2024](#)



圖3 課堂剪影 資料來源：筆者提供（AI後製）





一場多元音樂風格的碰撞

• 經典的重新定義：Lady Gaga 與 Zizi Jeanmaire

Lady Gaga 身著粉色羽毛裝以鴛鴦毛扇舞開場，致敬法國傳奇舞者 Zizi Jeanmaire，並藉此延伸至法國「紅磨坊」（Moulin Rouge）的繁華美學。

• 傳統與反叛的激盪：Gojira 與歌劇的跨界

重金屬樂團 Gojira 與聲樂家 Marina Viotti 在曾作為監獄的巴黎古監獄窗台演出。當斷頭台的紅色彩帶噴發、合唱團團員們裝扮「斷頭的瑪麗皇后」演唱融合重金屬音樂風格的法語革命歌曲《Ah! Ça Ira》，詭異又熱血的效果讓課堂氣氛瞬間熱鬧起來。

• 法式幽默與現代流行：從康康舞到小小兵

從充滿活力的康康舞、作曲家奧芬巴赫及其在法式輕歌劇中的重要地位，到「小小兵」搶奪名畫，在潛水艇中搗亂的動畫段落，再到穿插在各處以「跑酷（Parkour）」傳遞聖火的過程，讓學生領悟到：高級藝術不一定非要嚴肅，當代通俗文化的融入，反而能讓歷史悠久的國家顯得更有活力。

• 多元文化與普世價值

以Aya Nakamura的演出探討其移民背景與現代流行樂對法語文化的衝擊與融合。再透過塞納河上漂浮的十位法國傑出女性畫像及名畫，探討至性別平等與文化傳承。最後，以每次奧運賽事中，John Lennon 《Imagine》不同形式的演出，引導學生感受跨越國界的和平訴求。

• Celine Dion 的絕美回歸

結尾，Celine Dion在巴黎鐵塔上演唱Edith Piaf《Hymne à l'amour》，以紀錄片片段了解歌手的病史及其對演出的堅持與永不放棄的精神。



圖4 & 圖5 課堂剪影 資料來源：筆者提供（AI後製）

如果奧運在臺灣？

代表特產如珍奶、雞排、藍白拖、茄芷袋，地點如大甲溪、廟前廣場、101，藝術文化如布袋戲、電音三太子、八部合音、陣頭文化、在地音樂家，色彩如喜慶的紅金配、經典的藍白配。透過這次的課程，學生認真的盤點在地特色並思考如何將傳統現代化，嘗試將其與國際展演標準進行對接。

結語

音樂班學生的學習不僅止步於演奏，更需兼具人文素養。透過觀察這類國際時事，學生能學會如何將藝術、歷史、社會與自我目標進行結合。巴黎奧運的聖火或許已經熄滅，但這堂課帶給學生的美感啟示與文化認同，將在他們的生涯持續發酵。



藝才專欄

指尖的冥想－觸摸心靈的形狀： 從「萌樣」雕塑探索社會情緒學習（SEL）的創意旅程

術科測驗只是起點，天賦真正顯現的地方在課堂

在當代繁忙且充滿壓力的社會環境中，「療癒（Healing）」已不再僅是心理學的專有名詞，更是大眾追求心靈平衡的一種渴望。本次課程「社會設計的 SEL 學習——『萌樣』療癒系雕塑」，不僅是一門關於立體造型的技術課，更是一場關於自我覺察、情感調節與同理心建立的社會情緒學習（Social Emotional Learning, SEL）實驗。

我們透過捏塑、翻模與媒材轉換，在手與土捏塑間的靈魂牽動，在加、減、拍、擠、揉之中，感受黏土造型下**揉動**的力量，魔術般地變成**一**視覺饗宴，洞察自我情緒，尋找藝術療癒性質之可能性，這樣的作品既是藝術創作，也是作為情緒抒發的出口，並透過具體物件感受平靜、療癒之自我安定的力量。在課程中，我們將透過「萌」這個跨越文化的審美語言，引導學生在雕塑的過程中與內在自我對話，最終創作出具備療癒力量的立體作品。



圖1 療癒系雕塑示範
資料來源：筆者提供



一、藝術的療癒語彙——認識大師與「萌」的藝術

課程的第一步，是引領學生認識三位在「療癒」領域各具代表性的藝術家，觀察他們如何透過造型與色彩，撫慰觀者的心靈。

1. 幾米 (Jimmy Liao)：敘事性的溫暖

幾米的作品雖多為平面繪圖，但其空間感與孤獨卻溫暖的氣息，為雕塑提供了極佳的「敘事情境」。學生將學習如何將內心的情感碎片，轉化為具有故事張力的立體場景。

幾米官方網頁「公共藝術」
資料來源：幾米官方網頁



2. 黃品彤：擬人化的自然靈性

黃品彤擅長將人體肢體與自然（如植物、果實）結合，展現出一種純真、胖嘟嘟、充滿生命力的「萌」感。她的作品示範了如何透過比例的縮放與圓潤的線條，創造出令人想親近的藝術形象。

〈洋溢在日常生活中豐富的生命力：黃品彤專訪〉
資料來源：WHITESTONE GALLERY



3. 中村萌 (Moe Nakamura)：靜謐的自我探索

中村萌的作品帶有一種神祕的森林氣息。那些半人半物的精靈，反映了人類內心深處的純粹。透過她的木雕語彙，學生可以學習如何將「情感」物化為一種靜謐的守護者。

〈從中村萌的上彩木雕《GROWTH》看見神祕與自然的生生不息〉
資料來源：非池中



SEL核心學習點：透過欣賞藝術，引發學生對他人情感的感同身受（同理心），並藉此反思自己的情緒狀態。

二、從平面到立體的跨越——萌樣雕塑的設計與構思

在進入實作前，學生必須先學會如何「看」與「想」。

1. 設計圖的「萌樣」轉化：

我們將教導學生如何運用「大頭、短肢、圓潤邊緣」等美學要素，設計出具備療癒感的原型草圖。這個過程是自我表達的練習，鼓勵學生將壓力或焦慮「圖像化」，再將其轉化為可愛、可觸碰的實體。

2. 浮雕造型思維 (Relief Design)：

浮雕是平面走向立體的橋樑。透過層次的重疊與起伏，學生學習如何在有限的厚度中創造空間感。這不僅是技術磨練，更是思維邏輯的訓練——學習在框架中尋求最大的表達可能。



圖2 充滿生命力的「萌」感
資料來源：筆者提供

圖3 將壓力或焦慮「圖像化」
資料來源：筆者提供

三、指尖下的心流——泥塑成型與材質探索

這是課程的核心實作階段，強調感官與媒材的互動。



圖4 在手與土捏塑間的靈魂牽動 資料來源：筆者提供



圖5 創造出令人想親近的藝術形象 資料來源：筆者提供

1. 油土與泥塑 (捏塑的療癒感)：

油土溫潤的質地能即時回應手指的力度。當學生沉浸在揉捏、抹平、刻劃的動作中，容易進入心流 (Flow) 狀態。在這種專注中，時間感會消失，壓力隨之釋放，達成「動態冥想」的效果。

2. 材質運用的美感實驗：

多元媒材的引入是為了拓展藝術視野：

- 石膏與石膏繃帶：體現材質的「包覆性」與「凝固感」。
- 矽膠與保利膠 (樹脂)：學習模具技術 (Mold-making)，體驗作品從「一」到「多」的轉換，理解工業製造中「精確」與「複製」的美學。
- 複合媒材：鼓勵學生混用異材質，如透明樹脂與粗糙石膏的對比，這象徵著情緒的多樣性與複雜度。

3. 製造程序知能：

從製作原型、製造模具到灌注成品，每一步都是對耐心與解決問題能力的考驗，這正是 SEL 中「負責任的決策」與「自我管理」的具體實踐。



四、光影下的最後拼圖——展覽空間與心靈對話

藝術創作的終點並非作品完成，而是作品與環境的互動。

1. 光的參與：

不同的光源（如冷光、暖光、側光）會徹底改變雕塑的氛圍。在展場佈置中，學生將學習如何利用光影強化「療癒」效果，例如運用柔和的側光，讓「萌樣」雕塑的曲線產生溫柔的陰影，進而與觀者產生情感聯結。

2. 空間的敘事：

作品如何擺放？是單獨陳列還是集體呈現？這引領學生開發出更全面的藝術視野，理解藝術創作在社會環境中的定位。

結語：成就多元媒材的療癒力量

這門課的終極目標，不在於培養專業的雕塑家，而是透過「社會設計」的眼光，賦予每位學生情感自癒的能力。當學生手中握著親手翻模而成的「萌樣」雕塑時，那份沈甸甸的重量，象徵著他們已經學會了如何將無形的情緒（壓力），轉化為有形的、美好的、具備社會價值的藝術存在。

在「萌」的語境下，我們學習對世界溫柔；在「雕塑」的勞動中，我們學習對自己誠實。這是一場藝術的修煉，也是一次社會情緒學習的深刻實踐。



圖6 學生沉浸在揉捏平靜時刻 資料來源：筆者提供



藝才專欄

拉邦動作分析之動力融入現代舞課程

在動作之中思考——現代舞課程的再深化

在當代舞蹈教育的脈絡中，技術的精進已不再只是動作的精準展現，而是進一步走向「身體質地」與「動作意識」的整合。本次課程以高一現代舞技巧訓練為核心場域，結合學生既有的動作組合經驗，並導入拉邦動作分析（Laban Movement Analysis, LMA）中的Effort動力元素，試圖突破傳統僅強調「動作」的學習模式。

課程設計的關鍵，在於引導學生從「做動作」轉向至「理解如何做動作」，讓身體不僅是執行工具，更成為感知與思考的載體。透過這樣的教學轉化，學生得以在動作流動中建立更細緻的身體控制能力，並逐步培養思考與身體同步運作的認知歷程。

拉邦Effort動力元素的身體語言

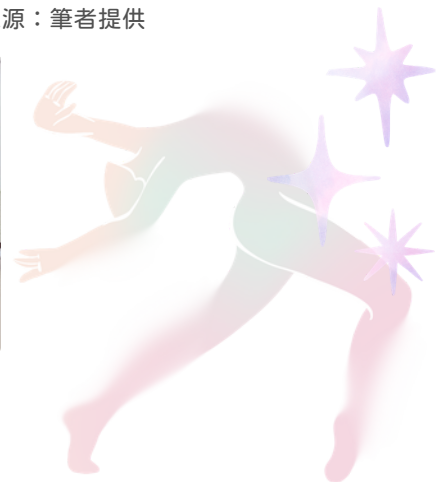
拉邦動作分析理論中的Effort系統，主要從四個向度來解析動作質地：重量（Weight）、時間（Time）、空間（Space）與流動（Flow）。這四個面向並非孤立存在，而是在舞者的動作中交織形成多樣化的動作質感。

在本課程中，Effort的導入不僅作為分析工具，更是一種教學策略。透過對動作動力的辨識與調整，學生能夠理解同一動作在不同能量狀態下的變化，進而提升其詮釋能力，這同時也呼應了課綱學習表現「舞優V-P1」中所強調的「詮釋舞作並表現個人的動作特色」，及學習內容「舞優V-P1-1」中所述「舞蹈技藝的仿作、精緻化與再創造」。

此外，Effort理論亦與身心學（Somatics）有密切關聯。當學生開始意識到動作中的重量轉移、時間節奏與空間路徑時，便能更有效地預防運動傷害，並優化身體使用效率。這正體現課程所欲達到之「善用動作元素與肢體調整」的教學目標。



圖1 & 圖2 & 圖3 教師引導學生思考如何執行動作 資料來源：筆者提供



課程實施：從分解到整合的動作歷程

本課程採取由局部到整體、由穩定到動態的結構安排，使學生逐步建構完整的身體控制系統。

首先，在地板組合中，課程以躺姿、坐姿與趴姿為起點，強調脊椎的靈活運用與中軸啟動。這一階段對應Effort中的「重量」與「流動」元素，學生需感受身體與地面的關係，並在支撐與釋放之間找到平衡。透過核心肌群的喚醒，不僅提升穩定性，也為後續動作奠定基礎。

接續的中間組合，首先聚焦於下肢動作，包括Plié、Tendu與Jeté等基本技術。此階段組合強調關節之間的協調與細緻控制，並透過小幅度重心轉移，引導學生體會「空間」與「時間」的精準運用。學生在此不僅學習動作形式，更開始調整動作的速度與方向，進一步深化Effort的理解。



圖3 & 圖4
教師引導學生調整身體使用方式
資料來源：筆者提供

課程進一步整合全身動作之組合，加入倒立與翻滾等元素，並擴展至中幅度空間移動。這一階段強調動作之間的連續性與轉換，對應Effort中多面向的交互運作。學生需在動態中維持身體中軸的穩定，同時調整力量輸出，使動作呈現更具層次的質感。

隨後的小跳躍組合，則以爆發力與敏捷性為核心。透過快速的重心切換與旋轉動作，學生需在短時間內完成力量的聚集與釋放，這對應Effort中的「時間」與「重量」之極端值（快與重）。此階段不僅提升身體反應能力，也強化動作決策的即時性。

最後的流動組合，將所有動作元素串聯，形成大範圍的空間移動。學生需在持續流動中整合身體各部位的協調性，並同時考量舞台空間配置。此時，Effort的四個向度不再被單獨討論，而是自然融合於動作之中，展現出完整的身體語言系統。





從技術訓練走向身體覺察

透過本次課程的實施，可以明顯觀察到學生在身體控制與動作理解上的轉變。從最初依賴模仿與直覺反應，到逐漸能夠分析並調整動作質地，學生的學習已由外在形式轉向內在感知。

拉邦Effort理論的融入，使課程不停留在技術層次，更提升至動作思維的培養。學生在執行動作組合時，能同步思考「何時用力」、「如何用力」以及「用多少力」，這正是舞蹈教育中極為關鍵的能力轉化。

此外，課堂中的實作評量與即時回饋機制，也有效促進學生的反思能力。透過觀察與問答，教師得以引導學生將其身體經驗語言化，使隱性且抽象的身體感知，轉化為可傳遞的論述。

總體而言，本課程嘗試一種結合技術訓練與理論應用的可能，未來若能進一步延伸、統整至不同舞蹈類型的整合，將有助於學生建立更具效能的舞蹈學習脈絡，並在身體與思維間，發展出更具深度與彈性的藝術表現能力。



圖6 教師觀察學生肢體展現情形 資料來源：筆者提供



藝才簡介

資料來源藝術教育推動資源中心各校課程填報系統。

國立嘉義高級中學

嘉義市 + 嘉義縣

音樂班

臺灣在音樂資優教育上的努力，從全國各地國、高中音樂班以及大學音樂系如雨後春筍般成立的現象，就可以看到在質、量上的進步。本校在民國86年應地方需求以及中央應允，成立嘉義第一所高級中等學校音樂資優班，串聯並暢通了嘉義地區音樂資優學童的升學管道。民國90年新式美輪美奐之音樂資優班教學大樓落成啟用後，全校師生共同擁有一座宏偉兼顧美感與專業的巴洛克式音樂館大樓，一座可容納4百人的中大型專業古典音樂表演場館。

音樂班在行政與教學上的運作，除了上級長官在行政支持與設備充實添購方面給予充分奧援、音樂班家長的無私奉獻、齊心齊力成立家長後援會，給予音樂班學生實習音樂會經費後盾及作為師生間的溝通橋樑外，均一色具有碩士以上學歷之音樂班專任教師群更是整體音樂班運作與教學的靈魂人物。音樂班老師對學生無論在生活、教學以及課內課外活動的照顧無微不至，除具備豐富學養外，課餘更熱衷於在職進修，並不時相互切磋，交換並策進教學技術與策略，提供學生最新的音樂資訊與知識。也因此，本校音樂資優班學生無論是參加全國音樂比賽或是升學都展現出相當亮眼的教學成果，不負家長與學生的期望，也讓音樂班成為醫學系外，本校另一項重要的升學指標之一。

音樂班的學生在課業之餘，亦積極參與學校所舉辦的活動，舉凡聖誕晚會、合唱比賽、啦啦隊、運動會聯合表演……等，都能看到音樂班的同學賣力的演出與參賽。而每年的「雨豆琴笙」及「旭陵情深」等音樂班師生成果發表會，以及班級音樂會，都成為音樂班傳承優良傳統，除了充分給予學生彼此砥礪切磋的觀摩機會，也帶給全體市民與全校師生高水準的音樂饗宴。



美術班

嘉義為一個具有優良傳統的「畫都」，陳澄波、林玉山等美術大師都出身嘉義，嘉義藝文風氣興盛，本校美術班在此承接此一傳統與美術教育之責。

本校自79學年度成立第一屆美術班，招收國內國中畢業之美術資賦優異學生，施以計畫性之美術教育與培育美術人才，並得與大學美術及設計相關科系相銜接，透過專業美術藝術教育並提供優良之美術學習環境與優秀之美術師資，以激發學生最大之美術潛能。本校美術班設立之目的，大前提是在使台灣北中南區美術水準平行，而當務之急則是國中美術班之延續，與大學美術設計院系之銜接工作，並提供對發展美術有志趣之國中畢業生，優良的美術學習環境，讓他們能在有計劃的教育中接受培育。

本校提供專業美術師資及充實之軟、硬體設備供學生學習，校園優美、交通便捷，鄰近嘉義縣市、雲林縣、臺中市、彰化縣各大學美術或設計類別科系。



竹崎高中高中部藝術才能美術班成立於民國107年，是縣府依藝術教育法核定設立之美術班，依據教育部頒定藝術才能班課程基準發展特色創意課程，每週安排8-12節專門課程，課程多元包含素描、彩繪技法、水墨（國畫）、創意表現、書法、陶藝、版畫、藝術概論、美術鑑賞、基本設計、文創設計（電腦繪圖）、策展理論與實務（畢業製作）、當代藝術趨勢（藝術職涯探索）等課程。除美術班的純藝術思考外，亦兼容了應用美術（設計）方面的課程，學生在多方面的試探下能清楚瞭解自己的興趣所在，找到適性發展的天空。

竹崎高中美術班教育4大特色：

1. 嘉義縣藝術育才基地

竹崎高中在99學年設立國中美術藝才班，107學年設立高中美術藝才班，竹崎國小110學年度設立國小美術藝才班，與竹崎國小共同以10年育才美術推展教育。

2. 課程多元、適性發展

教師為各大專美術系與研究所之專業教師，術科教師資歷完整，術科教師積極參與藝術相關研習與進修，累積豐沛的教學能量及增進專業知識技能。

3. 師資專業、共備精進

教師為各大專美術系與研究所之專業教師，術科教師資歷完整，術科教師積極參與藝術相關研習與進修，累積豐沛的教學能量及增進專業知識技能。

4. 素養教學、美感養成

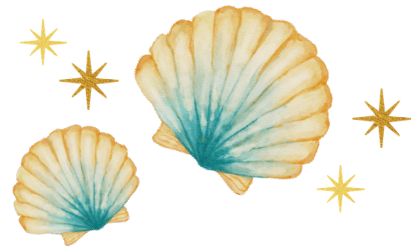
從「手、腦、心」的外在到思考與內在的涵養。基礎技能的培養，多元創造的能力到美學素養的生活應用，將美術教育學以致用與專業發展。

教學目標：

1. 強調以多元媒材為出發點的創作型態，注重手、腦、心互動的創作方式，培養當代創作新生代。
2. 將傳統術科的技術價值融合當代時空元素，轉化為各類型創作的養分。
3. 為文化創意領域提供創作人力，提升社會創意欣賞與美學生活的水準。
4. 著重創作與思維並重的特色與表現。帶領自身技術的提升。

藝術相關活動：

1. 大專院校、美術館校外參訪
2. 國際交流參訪活動
3. 參與全國學生美術比賽
4. 藝文中心安排檔期個展或聯展作品發表
5. 每學期術科模擬測驗
6. 美術營隊服務學習營交流體驗

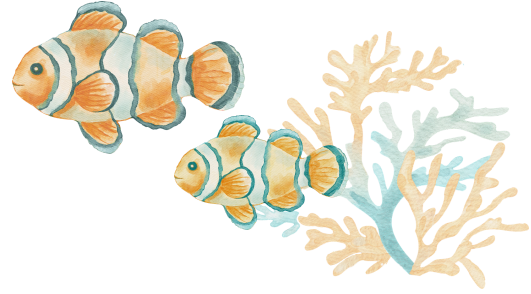


一、設班緣起：

在民國70-80年左右，國小國中而至高中，舞蹈資賦優異教育實驗班設班數呈遞減狀，且嘉義地區國小國中皆設有舞蹈資賦優異教育實驗班，而獨高中尚付諸闕如，使本地區舞蹈資賦優異教育未能連貫。台灣省政府教育廳囑咐本校籌辦舞蹈資賦優異教育實驗班，以建立完整之舞蹈資賦優異教育體系，遂於民國80年本校舞蹈班成立。

二、教學目標：

1. 奠定舞蹈專業之能基礎，培育優秀舞蹈人才。
2. 發展思考創造及解決問題的能力。
3. 增進藝術欣賞的興趣與能力，陶冶生活情趣。
4. 發抒內在情感，發展表現能力。
5. 培養互助合作團結負責等團體精神。

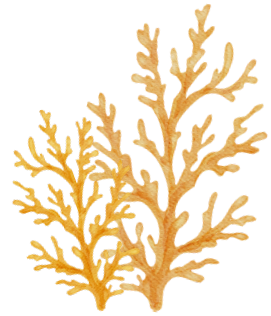


三、課程簡介：

1. 因應108新課綱上路，本校除一般部定必修含藝術才能資賦優異專長領域之芭蕾舞、現代舞、中國舞、選修課程、團體活動與彈性學習課程之外，另開設有資賦優異相關特殊需求領域課程，如即興與創作專題、中西舞蹈史、舞蹈科技，多元選修課程如劇場實務實習、行政製作實習、肢體調整、技·藝·記憶，以及肢體開發與動作分析、文學舞舞蹈創作、當代舞蹈等充實增廣課程。舞蹈專業課程更積極融入跨領域元素，結合文學、戲劇、音樂、資訊科技等。
2. 教學方式：小班制上課方式進行，除專業科目肢體技巧訓練外，尤其著重文化藝術精神之陶養，並加強欣賞教學及自學輔導，藉以提昇舞蹈之表現能力。
3. 每學年舉辦校內外舞展，除提升地方文化之藝文水平外，更朝培養全方位的舞者而努力。自民國80年創班迄今已演出二十九屆，除在嘉義本地演出，更遠赴外縣市演出。
4. 與在地社區活動結合，長年受嘉義市各廟宇邀請在重要場合演出祈福舞碼。同時力求跨校合作，參與嘉義市各級學校聯合舞展活動。
5. 不定期安排國內外大學舞蹈系、舞蹈專業團體及國內外舞蹈大師示範教學、集訓、講座、研習等，以刺激學生更多元的學習，並開拓視野。
6. 高三舉辦術科模擬考，也為升學做萬全的準備。

四、本校舞蹈班特色

1. 課程多元而專業，學術並重。
2. 學術師資專業一流，極富教學熱誠。
3. 管理人性化，尊重學生個別特色和差異，予以適性教學和個別輔導。
4. 培養學生思考創造和解決問題的能力。
5. 備有宿舍並有專責舍監和教官管理，提供在外學子寄宿，就讀安心。
6. 地處中小型城市，民風純樸，生活單純，學子均能專心於學業充實。



音樂班成立於2020年，聚集了一群對音樂有興趣並且品學兼優的孩子。我們更將音樂班的同學集結成民中管樂團，展演經驗豐富。學校禮聘有經驗與熱忱的教練們擔任指導老師，讓孩子們在學術科兼顧的原則下，透過樂器的學習與團隊合作，陶冶孩子們藝術的鑑賞能力，並積極開發與培養自己的興趣與潛能，更造就出孩子們自信、自發、互助的好品格。



美術班

本校美術班擁有完整的師資、設備與課程規劃，課堂教學除重視基礎功夫琢磨，也採用分組及多元教學方法，依學生個人之學習需求隨時作適當調整，增進學生之學習興趣與效果。

而每學年定期舉辦的各項活動，如：藝才班親師座談，針對學生學習狀況進行意見交流；校際交流及觀摩畫展，藉此開拓學生視野；規劃校內外各項美展，提供作品展示舞台鼓勵參加各項美術競賽，累積創作經驗。以上種種皆希冀學生在三年美術學習上，除提升自身人文素養並能持續深化美育內涵。



舞蹈班

民雄國中在美感教育上推動多年，自102學年度設立舞蹈班，目前國一至國三各一班，男女學生兼收。課程安排有芭蕾舞、民俗舞、即興舞、現代舞，每天都有術科課程的學習，學生在動靜之間的學習更能有加乘的效果。另利用課餘時間，規劃學生欣賞優質舞蹈團體演出，提升學生舞蹈藝術的知能。積極參與相關優質活動---學生舞蹈工作坊、全縣舞蹈班聯展、年度成果展，學期中並規劃校際交流、課後活動，讓舞蹈班學生多元學習、拓展視野，協助孩子們在自我追夢的過程中有更多鼓勵與亮點。



嘉義縣民雄鄉民雄國民小學

美術班

嘉義縣民雄國小於民國95年成立藝術才能美術班，99學年度依特教法轉型為美術資優資源班運作至今，在美術教育的領域裡深具教學經驗並且累積了豐厚的社區資源，專業課程多元並擁有優質的師資團隊。校內學生每年配合在地之「大士爺文化季」、「鵝肉節」等活動參與展演，並與民雄國中管樂隊、校內鼓棒樂旗隊相互映襯，呈現出濃厚的在地藝文特色。每年配合校慶舉辦美術成果展，校內設置有一大一小兩處展示櫥窗，可依學生需求申請個展與聯展，作品樣式、技巧不拘呈現多元的風格樣貌，並培養孩子自主規劃與獨立思考的能力。



嘉義市東區崇文國民小學

音樂班

本校創設於民國前十四年西元1898年，已有一百多年歷史，作育英才無數。目前設有普通班、啟智班、啟聰班、資源班、舞蹈才能班、音樂才能班，是一所注重全人教育，培育英才的搖籃。民國八十八年崇文創設音樂班。三至六年級各一班，每班約24人。為了奠定學生的音樂藝術基本能力，我們每週安排了六堂的共同術科課程：音樂基礎、合唱、合奏、音樂欣賞、肢體律動與專長樂器學習。

本校音樂班的特色之一，是成立管絃樂團。學生在合奏過程中，除了呈現自己平日辛苦所學的成果外，更能從中學習合作精神，了解不同樂器的特性及其合奏時所產生之合諧美妙樂音，以涵蘊音樂素養。在設備方面，除四間共同術科的音樂教室，在新音樂大樓設有24間琴三樓特別規劃一間較大空間之室內合奏教室，提供學生演練的地方。

每年嘉義市音樂比賽及南區音樂決賽，都獲得優等以上的佳績。除了參與校內外的活動外，對於一年一度的成果展，學生個個摩拳擦掌卯足了勁，將平日所學發揮，展現自己最佳的一面。



崇文舞蹈班為第一批由教育部奉准成立的舞蹈實驗學校，自民國七十年設班以來，一直致力於舞蹈教育的奠基工作，至今已歷經37個寒暑。在歷任校長的支持與老師們的辛勤經營下，為崇文締造了許多輝煌的成績，獲得各方的好評與肯定。而今更是業務蒸蒸日上，呈現一片蓬勃的新氣象。

舞蹈班目前共有四個班級，分別是三到六年級各一班。男女生合計111人。不論學、術科方面，均聘請學有專長、教學經驗豐富以及具備舞蹈專業素養之教師擔任教學，用心引導每位學生，期望讓每一顆喜愛舞蹈藝術的種子，在此根萌芽，進而成長茁壯。

本校藝術才能舞蹈班經營方向係依舞蹈藝術才能優異學生之學習需求進行規劃，透過優良師資之專業教學，提升藝術專長與創意思考能力，兼重品德陶冶及生活教育，以培育專業藝術教育所需之基礎人才。

舞蹈班依據〈國民中小學藝術才能班課程基準〉與〈高級中等以下學校藝術才能班空間設備及經費基準〉，進行課程與教學之規劃，每年度按程序呈送年度課程計畫書；課程發展機制由輔導室專責處理，依規定設置舞蹈班課程發展工作小組，定期召開會議，並參與校內課程發展相關組織如課程發展委員會、等。以下分述本校課程相關組織結構。

為完備舞蹈班之課程規劃，舞蹈班課程發展工作小組於每學年度結束前，檢討該學年度課程實施情形並提出次學年度課程計畫書，依縣市政府規定期限完成校內審查程序暨報府備查。且為精進舞蹈班之課程品質，亦定期召開藝術專長課程教學研討會，以分科或分組方式邀集校內外擔任授課之教師與會，針對學生學習情形充分討論與提出問題暨解決策略，必要時也邀請專家學者諮詢與指導。

舞蹈班課程發展工作小組：依據〈國民中小學藝術才能班課程基準〉，以「探索、創作與展演」、「知識與概念」、「藝術與文化」、「藝術與生活」與「專題學習」為教材內容綱要，設置舞蹈班藝術專長科目其類別為芭蕾舞、民族舞、現代舞及即興創作等四類課程，融合校本課程與學校發展特色，設計適才適教的課程，逐步達成十二年國民基本教育課程綱要總綱核心素養—「藝術涵養與美感素養」具體內涵。





動態資訊

公開授課

舞知所行

舞蹈組 2026年04月30日



諮詢服務



國立新營高級中學 美術組 2026年5月4日



金門縣立金城國民中學 美術組 2026年5月7日



嘉義縣竹崎鄉竹崎國民小學 美術組 2026年5月13日



屏東縣潮州鎮光春國民小學 音樂組 2026年5月13日



雲林縣政府教育處 音樂組 2026年5月20日



臺北市士林區天母國民小學 美術組 2026年5月22日



雲林縣政府教育處 舞蹈組 2026年5月25日



活動預告

年度研討會

SELs： 藝術×才能×覺察×幸福感

時間 | 115年06月15日（一）09:00-17:00

地點 | 國立臺灣師範大學

指導 | 本輔導團團長武曉霞司長

主持 | 國立臺灣師範大學音樂學系吳舜文副教授



藝術教育推動資源中心
輔導團專區【研習活動】



輔導團電子報可以訂閱囉！



藝術教育推動資源中心
【電子報】

1



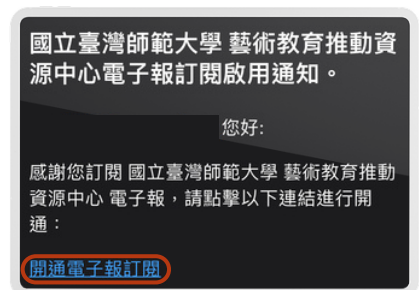
- 至藝術教育推動資源中心官網點選輔導團「電子報」進入②。
- 或點選此[連結](#)，進入②的頁面。

2



- 輸入您的信箱後，本中心將寄送訂閱啟用通知至您信箱。

3



- 請您至填寫之信箱點選此信件，並按「開通電子報訂閱」即可成功訂閱！！

summertime



2026年05月 | 第二十六期
共好的藝術實踐

電
子
報



專論/新知/專欄為作者個人觀點
※本電子報歡迎分享及賜稿

教育部藝術才能專長領域輔導團