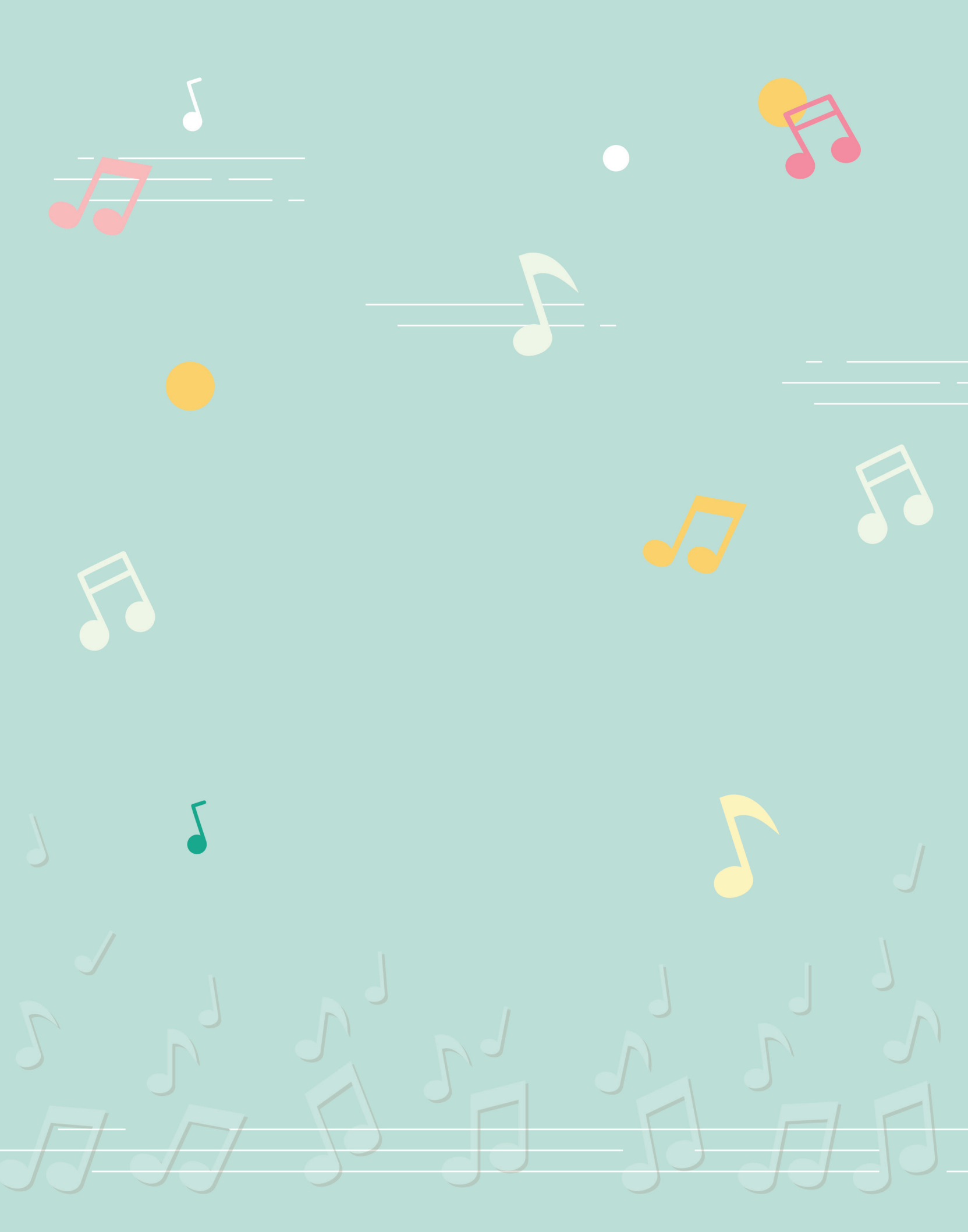
สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ

หลักสูตรการอบรม ผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔

ดนตรีสร้างสุข



หลักสูตรการอบรม ผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔

ผู้เขียน
รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์
ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิทยา ไล้ทอง
อาจารย์พัฒนา สุขเกษม
นางสาวณัชชา เตชะอาภรณ์ชัย
นายศักดิ์ระพี รักตประจิต
นางสาวศศินันท์ วิภูษิฑิมากูล
นางสาวศิรารัตน์ สุขชัย

ออกแบบหน้าปก และจัดวางรูปเล่ม
พงศธร ศรีวิเศษ

จัดพิมพ์โดย
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

พิมพ์ครั้งที่ 4

จำนวนพิมพ์ : 50 เล่ม

พิมพ์ที่
บริษัท พรรณีพริ้นติ้งเซ็นเตอร์ จำกัด อาคาร 3 ตึกชวนชม หอพักนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 02 455 2777

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. 2564.-- พิมพ์ครั้งที่ 4.--
กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), 2564.
126 หน้า.

1. ดนตรี. 2. ดนตรีกับผู้สูงอายุ. 3. กิจกรรมดนตรี. I. ณรุทธ์ สุทธจิตต์. II. พงศธร ศรีวิเศษ, ผู้วาดภาพประกอบ. III. ชื่อเรื่อง.

780.7
ISBN 978-616-393-359-1

คำนำ

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔ นำเสนอรายละเอียดเกี่ยวกับสาระสำหรับผู้เข้าอบรม ซึ่งจะเป็นผู้นำกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยสาระในเล่มประกอบด้วยหลักการ แนวทาง สาระดนตรี และบทเพลงที่ใช้ในการจัดกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ตามแนวทางของอาจารย์พัฒนา สุขเกษม ซึ่งเป็นผู้พัฒนารูปแบบการสอนดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยใช้การเล่นอังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีสำคัญ อาจารย์พัฒนา สุขเกษม ได้เขียนบทความเรื่องดนตรีเพื่อสุขภาวะผู้สูงอายุ อันเป็นประโยชน์ยิ่งสำหรับผู้ต้องการศึกษาตามแนวทางของอาจารย์ นอกจากนี้ เอกสารฉบับนี้ ได้นำเสนอสาระสำคัญทางดนตรีศึกษา การสอนดนตรีที่เกี่ยวข้องกับแนวทางที่อาจารย์พัฒนาใช้เป็นหลัก คือ การสอนแบบโคดาย ออร์ฟ และหลักการสำคัญทางดนตรีศึกษา เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับผู้เข้าอบรมในการนำไปใช้เป็นแนวทางสำหรับการพัฒนาการจัดกิจกรรมให้เป็นไปตามหลักการทางดนตรีศึกษา

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔ เป็นส่วนหนึ่งของโครงการดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ในการดำเนินงานจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุในพื้นที่ภาคเหนือตอนบน ระหว่างวันที่ 4 - 7 สิงหาคม พ.ศ. 2563 ณ ห้องเบญจรงค์ โรงแรมพะเยาเกทเวย์ จังหวัดพะเยา และจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุในพื้นที่กรุงเทพ ฯ และปริมณฑล ระหว่างวันที่ 2 – 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 ณ โรงแรมมณเฑียร ริเวอร์ไซด์ กรุงเทพมหานคร โดยโครงการดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุนี้ เป็นการดำเนินโครงการที่พัฒนาต่อยอดมาจากงานวิจัยเรื่อง การถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา อาจารย์พัฒนา สุขเกษม ครูใหญ่โฮงเฮียนผู้สูงอายุพะเยา ที่ได้ทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ในปี พ.ศ. 2560

ทั้งนี้ ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์ในการศึกษาสาระเกี่ยวกับดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุตามแนวทางของอาจารย์พัฒนา สุขเกษม และหลักการทางดนตรีศึกษา ทำให้ผู้เข้าอบรมสามารถพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมได้ด้วยตนเอง เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะของผู้สูงอายุมีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุตรงตามบริบทของกลุ่มชุมชน หรือสังคมที่มีความแตกต่างกัน ทำให้การจัดกิจกรรมดนตรีมีคุณค่า เป็นที่สนใจสำหรับผู้สูงอายุที่มาร่วมทำกิจกรรม และส่งผลให้ผู้สูงอายุมีทักษะในการเล่นอังกะลุง และมีสุขภาวะที่ดี ซึ่งเป็นจุดประสงค์สำคัญของการจัดกิจกรรมดนตรีตามแนวทางของ อาจารย์พัฒนา สุขเกษม คือ ดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ

รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์ และคณะ

หมายเหตุ : ผู้อ่านสามารถชมวีดิทัศน์การอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุจากลิงค์หรือคิวอาร์โคดที่หน้าสุดท้ายและปกหลังของหลักสูตรฯ

สารบัญ

คำนำ ก

สารบัญ ข

สารบัญภาพ ง

สารบัญตาราง จ

สารบัญแผนภูมิ ฉ

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔ 1

ความนำ 2

วิสัยทัศน์ 3

หลักการ 3

จุดมุ่งหมาย 3

วัตถุประสงค์ 3

ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ **5**

ดนตรีและผู้สูงอายุ 5

อังกะลุงสร้างสุขภาวะ 7

ดนตรีสร้างสุขภาวะ 9

ผู้อำนวยเพลงดนตรีสร้างสุขภาวะ 12

การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (Kodály) **19**

หลักทั่วไปในการสอนดนตรี 19

การสอนดนตรีตามแนวคิดของโคดาย 20

ตัวอย่างโน้ต 31

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff Schulwerk) **35**

แนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ 37

วรรณคดีออร์ฟ 45

การคลอทำนองเพลงด้วยโดรน 46

พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ **51**
ดนตรีศึกษา 51
สาระดนตรี 56
วิธีการสอนดนตรี 62
จิตวิทยาและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ 66

แผนการสอนการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ **69**
ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 70
การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย 72
การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ 74
พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ 76
สุขภาวะผู้สูงอายุ 77
การพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข 78
การประเมินผลการอบรม 81

บรรณานุกรม **83**

ภาคผนวก **87**
ภาคผนวก 1 ตัวอย่างแผนการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ 88
ภาคผนวก 2 ตัวอย่างโน้ตและสัญลักษณ์มือตามแนวทาง อาจารย์พัฒนา สุขเกษม 104
ภาคผนวก 3 ตัวอย่างโน้ตเพลงสากล 106
ภาคผนวก 4 ตัวอย่างตารางการวัดและประเมินผลผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม 109
ภาคผนวก 5 แบบฝึกหัดผู้อำนวยเพลง 110
ภาคผนวก 6 โครงการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ 112

คณะดำเนินงานโครงการดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ **119**

สารบัญภาพ

ภาพที่ 1 เครื่องพลีกรรม 7

ภาพที่ 2 การใช้องค์ประกอบอังกะลุงเปรียบเทียบสภาพสังคม 12

ภาพที่ 3 สัญลักษณ์มือที่ผู้เขียนพัฒนามาจากโคดาย 13

ภาพที่ 4 โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály) 21

ภาพที่ 5 สัญญาณมือ (โคดาย) 27

ภาพที่ 6 สัญลักษณ์เป็นภาพ 28

ภาพที่ 7 สัญลักษณ์และเสียงเกี่ยวกับจังหวะ 28

ภาพที่ 8 คาร์ล ออร์ฟ (Carl Orff) 36

ภาพที่ 9 แทมบูรีนที่ประดิษฐ์เองจากฟิวเจอร์บอร์ดและฝาขวดน้ำอัดลม 40

ภาพที่ 10 มาราคัสที่ประดิษฐ์เองจากกะลามะพร้าวใส่เม็ดกรวดข้างใน 40

ภาพที่ 11 โซปราโนไซโลโฟน อัลโตไซโลโฟน และเบสไซโลโฟน 41

ภาพที่ 12 โซปราโนเมทัลโลโฟน อัลโตเมทัลโลโฟน และเบสเมทัลโลโฟน 42

ภาพที่ 13 โซปราโนกล็อกเคนสปีล และอัลโตกล็อกเคนสปีล 42

ภาพที่ 14 เครื่องดนตรีออร์ฟที่ถอดลูกระนาดบางลูกออก 43

ภาพที่ 15 เอมิล ชาคส์-ดาลโครซ (Emile Jaques - Dalcroze) 63

ภาพที่ 16 โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály) 64

ภาพที่ 17 คาร์ล ออร์ฟ (Carl Orff) 65

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 ตัวโน้ต สี ตัวเลข และการเปรียบเทียบสัญลักษณ์มือตามแนวทาง
ของอาจารย์พัฒนา สุขเกษม และสัญลักษณ์มือของโคดาย 10
ตารางที่ 2 แบบฝึกหัดอ่านโน้ต 11

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่ 1 แผนภูมิแสดงช่วงเสียงของเครื่องดนตรีออร์ฟ 43
แผนภูมิที่ 2 แสดงระบบย่อยของการศึกษา 53
แผนภูมิที่ 3 โครงสร้างทางจิตวิญญาณ 53
แผนภูมิที่ 4 รูปแบบทางความคิดของพุทธิปัญญา 53
แผนภูมิที่ 5 รูปแบบทางความคิดเชิงปริมาณของพุทธิปัญญา 54
แผนภูมิที่ 6 รูปแบบทางความคิดเชิงคุณภาพของพุทธิปัญญา 54
แผนภูมิที่ 7 รูปแบบทางความคิดเชิงการกระทำของพุทธิปัญญา 54
แผนภูมิที่ 8 ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบในระบบการศึกษา 55
แผนภูมิที่ 9 ส่วนประกอบของสาระดนตรี 56
แผนภูมิที่ 10 ส่วนประกอบขององค์ประกอบดนตรี 57
แผนภูมิที่ 11 ลักษณะของจังหวะ 57
แผนภูมิที่ 12 ส่วนประกอบของรูปพรรณ 57
แผนภูมิที่ 13 องค์ประกอบของสีสัน 58
แผนภูมิที่ 14 องค์ประกอบของลักษณะของเสียง 58
แผนภูมิที่ 15 องค์ประกอบของลักษณะของรูปแบบ 58
แผนภูมิที่ 16 องค์ประกอบของวรรณคดีดนตรี 58
แผนภูมิที่ 17 องค์ความรู้ของบทเพลง 59
แผนภูมิที่ 18 ประเภทของทักษะดนตรี 59
แผนภูมิที่ 19 ประเภทของการฟัง 59
แผนภูมิที่ 20 ประเภทของการเคลื่อนไหว 60
แผนภูมิที่ 21 ประเภทของการสร้างสรรค์ 60
แผนภูมิที่ 22 แผนภูมิสาระดนตรี 61

หลักสูตรการอบรม ผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔

ความนำ

ปัจจุบันประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ การเตรียมความพร้อมในด้านการสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีสำหรับผู้สูงอายุเป็นเรื่องหนึ่งที่มีความจำเป็นอย่างยิ่ง ในปี พ.ศ. 2560 สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ให้ทุนสนับสนุนการดำเนินโครงการวิจัยการถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา อาจารย์พัฒนา สุขเกษม ครูใหญ่โฮงเฮียนผู้สูงอายุพะเยา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ ภายใต้แนวคิด หนักการ และวิธีการของอาจารย์พัฒนา สุขเกษม เพื่อนำองค์ความรู้ที่ได้จากโครงการวิจัยดังกล่าว มาพัฒนาต่อยอดเป็นกิจกรรมเสริมสร้างความพร้อมให้กับสังคมไทยที่กำลังก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์” (Complete Aging Society) ซึ่งคาดการว่าจะเกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2564 ตามแผนสุขภาวะประชากรกลุ่มเฉพาะ “ผู้สูงอายุ” แผนงานหลักของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ระหว่างปี พ.ศ. 2561 - 2563

ดังนั้น เพื่อขยายผลจากโครงการวิจัยดังกล่าว คณะดำเนินงานได้นำองค์ความรู้ที่ได้ มาจัดทำเป็นโครงการดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยวางแผนพัฒนาหลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ และพัฒนาหลักสูตรการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุขึ้น จากข้อมูลหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตรการถอดบทเรียน อาจารย์พัฒนา สุขเกษม (ณรุทธ์ สุทธจิตต์ และคณะ, 2561) อีกทั้งนำเสนอแนวคิด หลักการ กระบวนการทางดนตรีศึกษา และการสอนดนตรีที่มีชื่อเสียงได้รับการยอมรับในระดับสากล อาทิ การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (Kodály) และการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff Schulwerk) (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2561) เพื่อพัฒนาเป็น *หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔* และ *หลักสูตรการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔*

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔ จึงเป็นสื่อกลางที่สำคัญสำหรับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่มุ่งหมายจะนำหลักสูตรนี้ ไปขยายผลการจัดกิจกรรมดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ โดยใช้ดนตรีเพื่อดำรงรักษาสุขภาวะของผู้สูงอายุ ตลอดจนเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดี สร้างสังคมผู้สูงวัยที่มีความสุขให้พร้อมกับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงวัยต่อไปในอนาคต

วิสัยทัศน์

ผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ จำเป็นต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถทั้งในเชิงทฤษฎี และการปฏิบัติการสอน เพื่อให้การสอนมีประสิทธิภาพสูงสุด ทำให้ดนตรีมีส่วนช่วยในการพัฒนาและส่งเสริมผู้สูงอายุให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดีเข้มแข็ง ใช้ชีวิตอยู่ในสังคม และครอบครัวอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และเป็นสุข

หลักการ

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔ พัฒนามาจากงานวิจัยเรื่อง ดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ โดยกำหนดหลักการของหลักสูตรไว้ดังนี้

1. เป็นหลักสูตรที่พัฒนาศักยภาพผู้นำกิจกรรมดนตรีที่ต้องการสอนดนตรีผู้สูงอายุ
2. เป็นหลักสูตรที่เสริมความรู้ทางด้านการสอนดนตรีทั้งทางด้านทฤษฎี และด้านการปฏิบัติ

จุดมุ่งหมาย

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔ มุ่งส่งเสริมศักยภาพผู้นำกิจกรรมที่จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุ ทั้งทางด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และสุขภาพที่เหมาะสม ให้เป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุทั้งด้านทฤษฎีและปฏิบัติ ตามหลักการทางดนตรีศึกษา การสอนด้วยเครื่องดนตรีอังกะลุง การออกแบบแผนการสอน รวมไปถึงการวัดและประเมินผลทางดนตรีอย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมมีความรู้ และสามารถพัฒนารูปแบบการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ
2. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมมีความรู้ และสามารถจัดกิจกรรมดนตรีตามแนวทางขั้นพื้นฐานของการสอนดนตรีแบบโคดาย และออร์ฟ
3. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมมีความรู้ และสามารถทำสัญลักษณ์มือ รวมไปถึงสามารถร้องเพลงเสียงเดียวและประสานเสียง
4. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมมีความรู้ และสามารถสร้างสรรค์การเล่นดนตรีแบบฉับพลัน
5. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมมีความรู้ และสามารถเล่นอังกะลุงรวมวง รวมถึงการเป็นผู้นำในการเล่นอังกะลุงรวมวงได้
6. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมสามารถพัฒนาแผนการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ
7. เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมสามารถสอนดนตรีตามแนวทางการสอนดนตรีเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ

ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ

อาจารย์พัฒนา สุขเกษม (ครูเอ๊ด อังกะลุง)
ครูใหญ่โฮงเฮียนผู้สูงอายุพะเยา
ผู้อำนวยการศูนย์การดนตรีสร้างสุขผู้สูงอายุพะเยา

ดนตรีและผู้สูงอายุ

จากสถานการณ์การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของอัตราประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย ซึ่งคาดการว่าในปี พ.ศ. 2568 จะมีประชากรผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ 21.5 และมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องถึงร้อยละ 25 ในปี พ.ศ. 2576 จากสถานการณ์ดังกล่าว ทางการแพทย์ได้ศึกษาปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อประชากรผู้สูงอายุ โดยพบปัจจัยที่สำคัญคือ ปัจจัยทางด้านปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ความรู้สึกเครียด วิตกกังวล ว้าเหว่ และความรู้สึกเปล่าเปลี่ยวของผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ส่งผลให้เกิดความเสื่อมของสมองที่ไม่ได้รับการกระตุ้นให้ใช้งาน (passive brain) ที่เป็นปัจจัยหนึ่งในการนำไปสู่โรคความจำเสื่อม หรือโรคอัลไซเมอร์ (Alzheimer's Disease) (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 2559)

ทางการแพทย์ได้ให้ข้อสรุปว่า ยังไม่สามารถระบุถึงสาเหตุของการเกิดโรคความจำเสื่อมได้อย่างชัดเจน แต่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติกิจกรรมที่เกิดประโยชน์ ทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่า หรือได้สร้างสรรค์บางสิ่งบางอย่างขึ้น เพื่อกระตุ้นให้สมองได้ทำงาน (active brain) ซึ่งเป็นวิธีการป้องกันโรคความจำเสื่อมได้ดีที่สุด (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์, 2559) การปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ สามารถป้องกันไม่ให้เกิดโรคความจำเสื่อมกับตัวเรา ครอบครัว หรือคนใกล้ชิด เช่น การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การอ่านหนังสือ หรือการฝึกใช้สมองคิดในเรื่องต่าง ๆ การพักผ่อนให้เพียงพอ การพบปะพูดคุยร่วมกับผู้อื่น การละเว้นจากการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา และของมึนเมา อีกทั้งควรทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ และเน้นอาหารประเภทกากใยและผลไม้ เนื่องจากมีผลการวิจัยพบว่า สาเหตุของโรคนี้ส่วนหนึ่งมาจากการมีสารอนุมูลอิสระในร่างกายเป็นปริมาณสูง ซึ่งผักและผลไม้มีฤทธิ์ช่วยต้านสารอนุมูลอิสระในร่างกายได้

นอกจากนี้ นายแพทย์อุดม เพชรสังหาร ได้กล่าวถึงกิจกรรมดนตรีว่า สามารถช่วยป้องกันโรคความจำเสื่อมได้ เช่น การฟังเพลง ร้องเพลง เล่นดนตรี หรือการเต้นรำไปกับเสียงดนตรีนั้น ๆ ประกอบกับผู้เขียนได้ศึกษางานวิจัยต่าง ๆ และพบว่า ดนตรีสามารถช่วยป้องกันอาการของโรคความจำเสื่อมได้ ประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

ประการแรก ดนตรีช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองในส่วนที่เกี่ยวข้องกับสมาธิ ความคิด ความจำ และการใช้ภาษาให้คงอยู่ แม้ว่าในความเป็นจริงดนตรีไม่สามารถช่วยให้เซลล์สมองส่วนที่ถูกโรคนี้ทำลายกลับมาเป็นปกติได้ เพียงแต่กระตุ้นให้เซลล์สมองส่วนอื่น ๆ แข็งแรงขึ้น และทำหน้าที่ทดแทนส่วนที่เสียไป

ประการที่สอง ดนตรีมีผลต่อการทำงานของส่วนของสมองควบคุมความรู้สึกยินดี หรือมีความสุขในสมอง (Reward Circuit) ซึ่งช่วยให้คนไข้ดีขึ้นจากอาการซึมเศร้า เนื่องด้วยคนไข้โรคความจำเสื่อมมักจะมีอาการซึมเศร้าร่วมด้วย อาการซึมเศร้านี้ยิ่งส่งผลให้อาการความจำเสื่อมแย่ลง

ประการที่สาม จังหวะของดนตรีทำให้กลไกต่าง ๆ ที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายทำงานประสานกันได้ดีขึ้น ซึ่งมีผลต่อการรับรู้สภาวะต่าง ๆ ของร่างกาย

ประการสุดท้าย ดนตรีมีผลโดยตรงต่อคุณภาพการเรียนรู้ของสมอง หากสมองยังสามารถเรียนรู้ได้ คนไข้จะสามารถจำเรื่องที่ได้เรียนรู้ และลดอาการหลงลืมลง

ดังนั้น การนำดนตรีมาใช้ประโยชน์ในการป้องกันโรคความจำเสื่อม ไม่จำเป็นต้องให้ผู้สูงอายุหรือผู้ที่กำลังก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุเรียนรู้ดนตรีอย่างจริงจัง ต้องอ่านโน้ตให้ได้ หรือต้องเข้าใจหลักของวิชาดนตรีอย่างถ่องแท้ หากเพียงแค่ต้องการให้กลุ่มผู้สูงอายุได้สัมผัส และนำดนตรีมาปรับใช้ในชีวิต โดยในส่วนความเข้าใจที่ลึกซึ้งในวิชาดนตรีนั้น เป็นเพียงผลพลอยได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมเท่านั้นเอง (อุดม เพชรสังหาร, 2553)

จากเหตุผลและแนวทางการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุเพื่อป้องกันโรคความจำเสื่อม โดยใช้กิจกรรมดนตรีมาช่วยบำบัดรักษาโรคทางกาย ทางจิต และภาวะสมองเสื่อมดังกล่าว ผู้เขียนได้ออกแบบสร้างนวัตกรรมการเล่นดนตรีให้มีลักษณะเรียบง่าย สามารถเล่นได้ทุกคนโดยไม่ต้องคร่ำเคร่งกับการท่องจำโน้ตดนตรี ใช้เวลาการเรียนรู้ให้น้อยที่สุด กิจกรรมที่ออกแบบสามารถตอบโจทย์ปัญหาของผู้สูงอายุได้ตามที่มุ่งหวังไว้ คือ ช่วยผ่อนคลายความเครียด ความเหงา ความเศร้าซึม และพัฒนาศักยภาพของสมองให้ทำงานแข็งแรงขึ้น ช่วยชะลอการป่วยโรคความจำเสื่อมได้ ด้วยเหตุนี้ จึงได้จดทะเบียนลิขสิทธิ์กับกรมทรัพย์สินทางปัญญาไว้ในชื่อสื่อ “นวัตกรรมการเสริมสร้างสมาธิและความทรงจำผู้สูงอายุด้วยดนตรี (การเล่นดนตรีอังกะลุงโดยใช้โน้ตสัญลักษณ์มือแบบโคดาย)” ข้อมูลลิขสิทธิ์ทะเบียนเลข ที่ ส.7871 (พัฒนา สุขเกษม, 2553) ลักษณะเด่นของนวัตกรรมดังกล่าวมีดังนี้

1. การเล่นได้ไม่จำกัดจำนวน และไม่จำกัดอายุ สามารถเล่นได้ตั้งแต่เด็กอนุบาลถึงผู้สูงอายุ
2. ผู้เล่นไม่จำเป็นต้องมีความรู้พื้นฐานความรู้ทางดนตรีมาก่อน
3. เวลาเรียน 15 - 20 นาที สามารถร่วมบรรเลงเพลงได้ทุกคน
4. ผู้ร่วมกิจกรรมมีความสุขตลอดเวลาการร่วมบรรเลงดนตรี
5. ผู้ร่วมกิจกรรมได้รับการพัฒนาทุกด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ปัญญา สมาธิ และการพัฒนาศักยภาพสมอง เพื่อป้องกันโรคความจำเสื่อม ผลลัพธ์ของการใช้กิจกรรมทางดนตรีพบว่า
    - 5.1 ผู้สูงอายุที่ค่อนข้างเงียบสามารถเข้าสังคม พูดจาสื่อสารกับเพื่อนได้มากขึ้น
    - 5.2 ผู้สูงอายุมีความสุข และผ่อนคลายจากความเครียดเหงาเศร้าซึมได้ดีขึ้น
    - 5.3 ผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคความจำเสื่อม ลดอาการมือไม้สั่นได้มากขึ้น
    - 5.4 ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น ส่งผลให้มีสุขภาพกายดีตามไปด้วย

การจัดกิจกรรมช่วยสร้างสุขภาวะทางกาย จิต และพัฒนาศักยภาพด้านสมองของผู้สูงอายุให้ทำงานแข็งแรงขึ้น มีความทรงจำที่ดีขึ้น ส่งผลให้ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองมีคุณค่า ส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพทางกาย ลดภาวะซึมเศร้า และโรคสมองเสื่อมได้

อังกะลุงสร้างสุขภาวะ

จากแนวคิดและประสบการณ์ในช่วงชีวิตของผู้เขียนที่มีโอกาสได้ศึกษาการจัดตั้งและการบริหารจัดการโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ ทำให้ผู้เขียนสนใจและมุ่งศึกษาองค์ความรู้ต่าง ๆ เพื่อมุ่งส่งเสริมสุขภาวะแก่ผู้สูงอายุ บนแนวคิดที่ว่า ผู้สูงอายุต้องเป็นผู้สูงค่าทางภูมิปัญญา มีสุขภาพกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดีเข้มแข็ง สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมและครอบครัวอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และเป็นสุข อีกทั้งผู้เขียนได้ศึกษาถึงปัจจัยโดยรอบบนพื้นฐานของวัฒนธรรมพื้นถิ่นนั้น ๆ จึงนำหลักแนวคิดความเชื่อจากพิธีกรรมทางภาคเหนือที่พบในงานบุญ งานมหรสพ งานมงคล และงานอวมงคล คือ พิธีกรรมการขอพร “ท้าวทั้งสี่” เพื่อให้การจัดงานนั้นประสบความสำเร็จเป็นสิริมงคลแก่ผู้จัดงาน โดยผู้เขียนได้วิเคราะห์และตีความหมายถอดรหัสพิธีกรรมการขึ้นต้าวตังสี่ ซึ่งแปลความได้ว่า เป็นการบริหารงานแบบมีส่วนร่วมนั่นเอง (พัฒนา สุขเกษม, 2551)

ผู้เขียนขอนำเสนอข้อมูลที่ได้ถอดความพิธีกรรมและการเปรียบเทียบองค์ประกอบต่าง ๆ ของกระทงดังนี้

วิถีวัฒนธรรมนำวิถีคิดสู่ความสำเร็จ

ภาพที่ 1 เครื่องพลีกรรม

ที่มา: พัฒนา สุขเกษม

จากภาพที่ 1 ด้านซ้ายแสดงถึงการวางเครื่องพลีกรรมในแต่ละชั้น โดยชั้นบนเป็นการถวายพระอินทร์ ชั้นกลางถวายท้าวจตุโลกบาล จำนวน 4 กระทง และชั้นล่างถวายแม่ธรณี ผู้เป็นสักขีพยานในการพลีกรรม เพื่อความสำเร็จและความเป็นสิริมงคล โดยพิธีกรรมนี้ ผู้เขียนให้ความสนใจองค์ประกอบของเครื่องเซ่นไหว้ภายในกระทง ว่าเหตุใดถึงต้องมีเครื่องเซ่นที่หลากหลาย ประกอบด้วย ขนม ของหวาน ส้ม ใบพลู ใบเล็บครุฑ และดอกไม้ และเพราะเหตุใดถึงต้องถวายแก่พระอินทร์ และท้าวทั้งสี่ ตลอดถึงแม่ธรณี

ผู้เขียนได้ทบทวน วิเคราะห์ และนิยามความหมายของพิธีกรรม และเครื่องเซ่นภายในกระทงไว้ดังนี้

- **เครื่องเซ่นภายในกระทง** หมายถึง การศึกษาข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานที่ทำ
- **ตุง (ธงสามเหลี่ยมเล็กปักสี่มุมของกระทง)** หมายถึง กิจกรรมที่ใช้แก้ไขปัญหาจากการศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง
- **กระทง** หมายถึง โครงการที่เขียนเสร็จสมบูรณ์ ซึ่งผ่านการคิดวิเคราะห์ การศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนกำหนดกิจกรรมสำหรับแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาต่อยอดให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และเมื่อโครงการสมบูรณ์ การดำเนินการจึงสำเร็จโดยง่าย
- **พระอินทร์** หมายถึง บุคคลที่เป็นหัวหน้า ผู้บริหาร ผู้ปกครองท้องที่ – ท้องถิ่น ผู้มีคุณวุฒิ และวัยวุฒิสูงกว่า หรือบุคคลที่ต้องเคารพนับถือ
- **ท้าวทั้งสี่** หมายถึง กลุ่มบุคคลที่อยู่รอบข้างทั้งใกล้ไกล อาจเป็นเพื่อนร่วมงาน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง ฯลฯ
- **แม่ธรณี** หมายถึง กลุ่มบุคคลที่คุณวุฒิและวัยวุฒิน้อยกว่า

จากการถอดรหัสพิธีกรรมดังกล่าวนี้ ผู้เขียนจึงมีกำลังใจมุ่งมั่นที่จะพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยศึกษาข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จึงทำให้ทราบถึงปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในหลายประการ แต่ประเด็นสำคัญที่ผู้เขียนให้ความสนใจมากที่สุด คือ ปัญหาที่เกี่ยวกับการป่วยด้วยโรคภาวะทางจิต ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีภาวะความเครียด ความเหงา เศร้าซึม เป็นต้น อีกทั้งปัญหาการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของโรคความจำเสื่อม ที่ผู้เขียนได้พบเจอในกลุ่มผู้สูงอายุ จึงเป็นแรงผลักดันให้ผู้เขียนดำเนินการจัดทำโครงการโฮงเฮียนผู้สูงอายุขึ้นในปี พ.ศ. 2552 ประกอบด้วย ศูนย์การเรียนรู้ ณ วัดต่าง ๆ จำนวน 8 ศูนย์ และผู้เรียน จำนวน 354 คน ก่อตั้งขึ้นโดยใช้งบประมาณสำหรับการจัดทำเอกสารโครงการเพื่อเสนอจัดตั้งเท่านั้น นับเป็นองค์กรส่งเสริมการเรียนรู้ผู้สูงอายุลำดับที่ 2 ของประเทศต่อจากจังหวัดพิจิตร ที่ได้ออกแบบนวัตกรรมดนตรีสร้างสุขภาวะเป็นกิจกรรมเด่น เพื่อช่วยผ่อนคลายความเครียด ความเหงา ภาวะเศร้าซึม และกระตุ้นการทำงานของสมองให้แข็งแรงขึ้น ช่วยชะลอการป่วยด้วยโรคความจำเสื่อม และได้รับผลตอบรับอย่างดีจากผู้เข้าร่วมโครงการตามความตั้งใจที่ผู้เขียนมุ่งหวังทุกประการ จึงทำให้กิจกรรมดนตรีสร้างสุขภาวะนี้ยั่งยืนมาจนถึงปัจจุบัน

ดนตรีสร้างสุขภาวะ

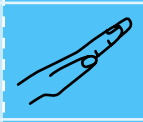
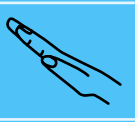
การเตรียมตัวเพื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องเอาใจใส่และหมั่นตรวจดูสิ่งต่าง ๆ ของตนเองโดยตลอด ทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ เพื่อให้ตนเองเกิดความสุข การดูแลในด้านร่างกายนั้นเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุ คนรอบข้าง หรือบุตรหลานที่อยู่ใกล้ชิด สามารถกระทำให้ได้ หากแต่การดูแลผู้สูงอายุในด้านอารมณ์ สังคม และจิตใจนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ผู้เขียนจึงได้ศึกษาข้อมูลต่าง ๆ เพื่อให้ได้กระบวนการ หรือวิธีการที่สามารถสร้างความสุขให้ผู้สูงอายุได้ เช่น พรทิพย์ เกยุรานนท์ ได้อธิบายถึงวิธีการที่ผู้สูงอายุจะสร้างความสุขให้ตนเอง คือ การปรับตัวของผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพจิต การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การใช้ชีวิตที่เรียบง่าย การสร้างอารมณ์ขัน และอธิบายถึงวิธีการสร้างความสุขให้แก่ผู้สูงอายุสำหรับคนรอบข้าง หรือบุตรหลานที่อยู่ใกล้ชิด คือ การปรับตัวของลูกหลาน ญาติพี่น้อง และผู้ดูแลผู้สูงอายุ การเอาใจใส่ดูแลผู้สูงอายุด้วยความรัก การสร้างอารมณ์ขันให้ผู้สูงอายุ (พรทิพย์ เกยุรานนท์, ไม่ปรากฏ) และพรชุลีย์ นิลวิเศษ ได้อธิบายถึงการใช้กิจกรรมนันทนาการสร้างความสุขสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมทางสังคม กิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมการท่องเที่ยว และกิจกรรมงานอดิเรก เป็นต้น โดยกิจกรรมเหล่านี้มุ่งคำนึงให้ผู้สูงอายุได้สนุกสนานรื่นเริงบันเทิงใจ และเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการเข้ากิจกรรมต่าง ๆ อันก่อให้เกิดความสุขต่อตนเอง (พรชุลีย์ นิลวิเศษ, ไม่ปรากฏ)

วัตถุประสงค์ของกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุนี้ กำหนดขึ้นเพื่อช่วยลดปัญหาความเครียด ความเหงา ภาวะเศร้าซึมของผู้สูงอายุ และกระตุ้นให้สมองได้รับการพัฒนาให้แข็งแรงขึ้น ช่วยแก้ไขและชะลอการป่วยเป็นโรคความจำเสื่อม และมุ่งสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพัฒนาการทางด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และสุขภาพที่เหมาะสมกับวัย มีสุขภาพจิตที่ดี มีความสุข มีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัวและบุคคลรอบตัวอย่างมีความสุข และมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง กิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุที่ผู้เขียนนำเสนอเป็นกิจกรรมที่ดำเนินการมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 สามารถกำหนดตัวอย่างในการออกแบบกิจกรรมให้เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวตามแนวทางที่ตนเองถนัดได้ ทำให้การจัดกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุนั้นมีหลากหลายรูปแบบ

กิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุของผู้เขียนมีจุดเด่นที่สำคัญคือ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้สัมผัสจับต้องอังกะลุง และสามารถบรรเลงได้โดยวิธีง่าย ๆ กำหนดวิธีการเรียนรู้ที่เข้าใจได้ง่าย เช่น อธิบายวิธีการจับและเขย่าอังกะลุง ซักซ้อมการเขย่าอังกะลุงให้ได้เสียงสั้น – เสียงยาว การเข้าใจและเขย่าอังกะลุงตามเสียงโน้ตดนตรีที่ตนถืออยู่ในมือ และการเขย่าอังกะลุงให้ได้เสียงสั้น – เสียงยาว ตามสัญลักษณ์มือที่ผู้อำนวยเพลงกำหนดขึ้น และผู้เขียนมีแนวคิดที่สอดคล้องกับระบบตัวโน้ตที่มาจากระบบการเรียกชื่อตัวโน้ต โทนิค ซอล-ฟา (Tonic Sol - fa) คือ โด เร มี ฟา ซอล ลา ที (do re mi fa sol la ti) สำหรับการร้องและอ่านโน้ต หรือการเรียกชื่อตัวโน้ตโดยใช้อักษร คือ A B C D E F G แทนระดับเสียง ลา ที โด เร มี ฟา ซอล ควบคู่ไปกับระบบ ซอล-ฟา เพื่อให้ผู้สูงอายุจดจำระดับเสียงต่าง ๆ ได้

ผู้เขียนขอนำเสนอตารางตัวโน้ต สี ตัวเลข และการเปรียบเทียบสัญลักษณ์มือตามแนวทางของ อาจารย์พัฒนา สุขเกษม และสัญลักษณ์มือของโคดาย ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ตัวโน้ต สี ตัวเลข และการเปรียบเทียบสัญลักษณ์มือตามแนวทางของ อาจารย์พัฒนา สุขเกษม และสัญลักษณ์มือของโคดาย

เสียง	ตัวโน้ต	สี (ใช้สีของวัน)	ตัวเลข	สัญลักษณ์มือ ตามแนวทางของ อาจารย์พัฒนา สุขเกษม		สัญลักษณ์มือ (Curwen Hand Sign) ของโคดาย Zoltán Kodály	
				มือซ้าย	มือขวา	มือซ้าย	มือขวา
ที	ท		7				
ลา	ล		6				
ซอล	ซ		5				
ฟา	ฟ		4				
มี	ม		3				
เร	ร		2				
โด	ด		1				

จากตารางพบว่า ผู้เขียนได้นำสีมาใช้ระบุควบคู่ไปกับระดับเสียงและตัวโน้ต เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถจดจำได้ง่าย และสัญลักษณ์มือตามแนวทางของผู้เขียนมีความแตกต่างจากสัญลักษณ์มือของโคดาย ในเสียงโน้ตตัว ลา โดยผู้เขียนปรับลักษณะสัญลักษณ์มือให้ง่ายต่อการปฏิบัติ ไม่เน้นการกำหนดระดับสูง – ต่ำ ของมือ

นอกจากนี้ ผู้อำนวยเพลงในกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ มีความจำเป็นมากที่จะต้องอ่านโน้ตดนตรี และใช้สัญลักษณ์มือแทนเสียงดนตรีได้ การอ่านโน้ตดนตรีได้คือ การได้เรียนรู้ระดับความสูง – ต่ำ และสั้น – ยาวของโน้ตดนตรี ตลอดจนเรียนรู้สัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการบันทึกโน้ตดนตรี และสามารถแปลโน้ตดนตรีให้เป็นสัญลักษณ์มือ เพื่อใช้กำกับการบรรเลงอังกะลุงของผู้สูงอายุได้

1. ความรู้พื้นฐานทางดนตรีไทย

1.1 โน้ตดนตรี คือ สัญลักษณ์แทนความสูงต่ำ และความสั้นยาวของเสียงดนตรีที่บันทึกลงในห้องดนตรี การบันทึกในระบบ ซอล - ฟา คือ การใช้ตัวอักษรย่อ ด ร ม ฟ ซ ล ท แทนเสียง โด เร มี ฟาซอล ลา ที

1.2 ห้องดนตรี คือ การบันทึกโน้ตดนตรีไทยตามมาตรฐาน ใน 1 บรรทัดมี 8 ห้องเพลง โดยแต่ละห้องเพลงสามารถใส่ได้ 4 ตัวโน้ต (ยกเว้นการบันทึกโน้ตในเทคนิคการสะบัด สะเดาะ หรือขยี้ ซึ่งใน 1 ห้องเพลงสามารถมีได้มากกว่า 4 ตัวโน้ต)

1.3 สัญลักษณ์ที่ใช้บันทึกในห้องดนตรี

1.3.1 วงเล็บ [- - - - | - - - - | - - - - | - - - -] หมายถึง ให้บรรเลงย้อนกลับ

1.3.2 เครื่องหมาย – และ + หมายถึงจังหวะการตีของฉิ่ง โดยเครื่องหมาย – หมายถึง ฉิ่ง และเครื่องหมาย + หมายถึง ฉับ

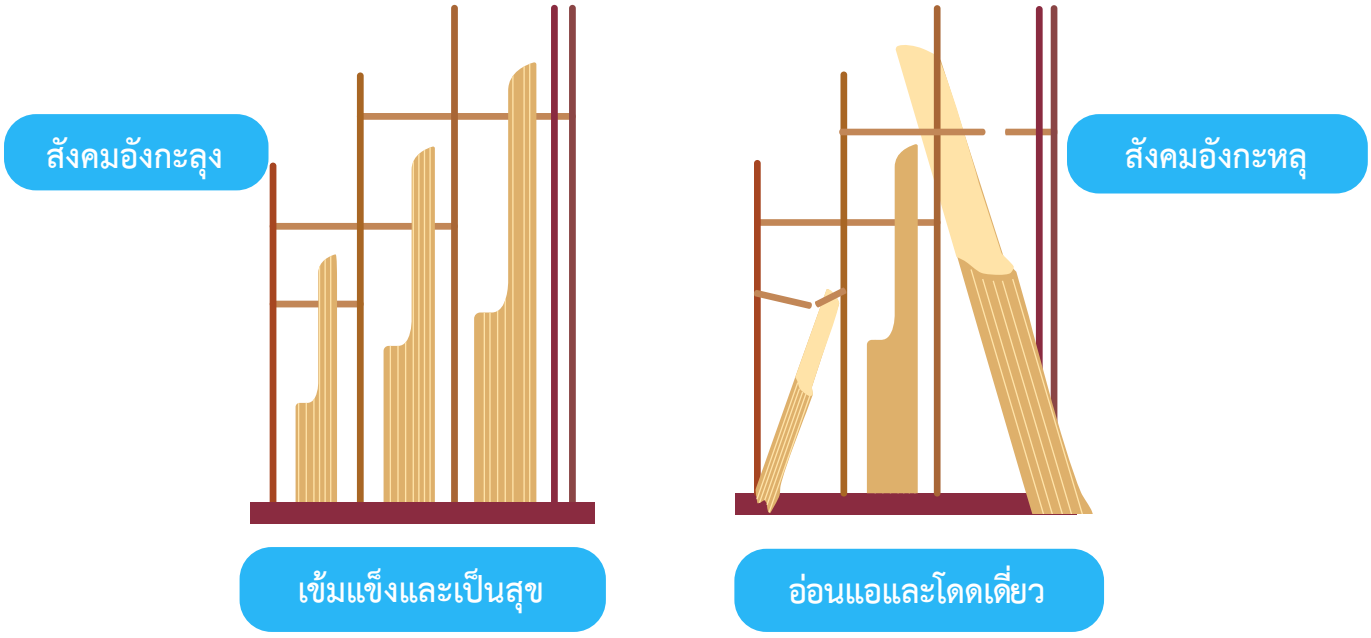
ตารางที่ 2 แบบฝึกหัดอ่านโน้ต

-	+	-	+	-	+	-	+
ด ด ด ด	ร ร ร ร	ม ม ม ม	ฟ ฟ ฟ ฟ	ซ ซ ซ ซ	ล ล ล ล	ท ท ท ท	ด̣ ด̣ ด̣ ด̣
[- ด ด ด	- ร ร ร	- ม ม ม	- ฟ ฟ ฟ	- ซ ซ ซ	- ล ล ล	- ท ท ท	- ด̣ ด̣ ด̣]
[- ด - ด	- ร - ร	- ม - ม	- ฟ - ฟ	- ซ - ซ	- ล - ล	- ท - ท	- ด̣ - ด̣]
[- - - ด	- - - ร	- - - ม	- - - ฟ	- - - ซ	- - - ล	- - - ท	- - - ด̣]

ผู้อำนวยเพลงดนตรีสร้างสุขภาวะ

กิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมการสร้างโอกาสทางดนตรีที่มุ่งให้ผู้สูงอายุได้สัมผัสจับต้องเครื่องดนตรี และบรรเลงดนตรีได้โดยวิธีที่ง่าย ไม่ต้องคร่ำเคร่งกับการท่องจำโน้ตดนตรี โดยผู้เขียนเลือกใช้เครื่องดนตรีอังกะลุง ผู้เขียนใช้เครื่องดนตรีอังกะลุงในการจัดกิจกรรมให้สามารถนำไปสู่การสร้างสุขภาวะ ซึ่งหมายถึงความเป็นปกติสุขของผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน คือ ทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และทางด้านปัญญา จากนวัตกรรมการเล่นดนตรีที่ผู้เขียนออกแบบ ทำให้เกิดความปกติสุขครบทุกประการในผู้สูงอายุ อีกทั้งผู้เขียนคอยย้ำโดยตลอดให้ผู้สูงอายุมีจิตสำนึกร่วมความเป็นสังคมผู้สูงวัยที่ไม่ทอดทิ้งกัน

องค์ประกอบอังกะลุงตับหนึ่ง สามารถนำมาใช้ปลูกฝังและสอดแทรกแนวคิดให้ผู้สูงอายุคือ ความเป็นสังคมการอยู่ร่วมกัน หมายถึง การเปรียบอังกะลุงที่สมบูรณ์ได้กับการเป็นสังคมที่เข้มแข็งอยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุข มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ดูแลช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ซึ่งจะเปรียบไม่ได้เลยกับสังคม **อังกะหลุ** (**หลุ** เป็นภาษาล้านนา แปลว่า ชำรุด เสียหาย ไม่สามารถใช้การได้) หมายถึง สังคมที่อ่อนแอ แบ่งแยก ความเอารัดเอาเปรียบไม่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน



ภาพที่ 2 การใช้องค์ประกอบอังกะลุงเปรียบเทียบสภาพสังคม

สรุปได้ว่า กิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ มิได้มุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุสามารถบรรเลงอังกะลุงให้เป็นเพลงเท่านั้น แต่หากการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง ผู้จัดจำเป็นต้องคิดออกแบบกิจกรรมไว้ล่วงหน้า โดยมุ่งให้ผู้สูงอายุเกิดความไว้วางใจ ความรัก ความหวัง และความอบอุ่นใจต่อผู้อำนวยเพลงตั้งแต่การจัดกิจกรรมครั้งแรก เพื่อเป็นประตูสู่ความร่วมมือของผู้สูงอายุต่อกิจกรรมต่าง ๆ ให้สำเร็จได้อย่างง่ายดาย

ผู้เขียนขอนำเสนอภาพสัญลักษณ์มือเพื่อการเป็นผู้อำนวยเพลงภายหลังจากการฝึกอ่านโน้ต และท่องจำโน้ตได้ถูกต้องแล้ว กล่าวคือ ผู้อบรมสามารถอ่านหรือท่องจำโน้ตพร้อมกับการเคาะจังหวะตามอัตราค่าของโน้ตดนตรีแต่ละตัวได้ถูกต้อง และอ่านโน้ตแต่ละหมายเลขของสัญลักษณ์มือได้ ตามรายละเอียดภาพดังนี้

ภาพที่ 3 สัญลักษณ์มือที่ผู้เขียนพัฒนามาจากโคดาย

สัญลักษณ์มือเหล่านี้ จำเป็นต้องฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ เพื่อให้สามารถนำไปใช้ได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ ผู้เขียนขอเสนอแบบฝึกหัดสำหรับการเป็นผู้อำนวยเพลง (ภาคผนวก 5) ประกอบด้วย แบบฝึกปฏิบัติสัญลักษณ์มือ แบบฝึกการเขียนเสียงดนตรีในช่องใต้รูปสัญลักษณ์มือ แบบฝึกอ่านทำนอง ซอล - ฟา พร้อมเคาะจังหวะ บทเพลงล่องแม่ปิง และแบบฝึกอ่านทำนอง ซอล - ฟา พร้อมเคาะจังหวะบทเพลงลอยกระทง โดยผู้อบรมควรฝึกฝนการอ่านทำนอง ซอล - ฟา พร้อมเคาะจังหวะ และฝึกฝนการใช้โน้ตสัญลักษณ์มือในบทเพลงต่าง ๆ ให้เกิดความชำนาญ เพื่อการนำไปใช้จัดกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุต่อไป

ผู้อำนวยเพลงดนตรีสร้างสุขภาวะมืออาชีพ

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น ผู้เขียนสามารถสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการและมีปัญหาในด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพจิต ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ ซึ่งด้านเศรษฐกิจนั้น ผู้เขียนมีความเห็นว่าควรเป็นหน้าที่ขององค์กรภาครัฐเข้ามาประสานต่อไป โดยส่วนของดนตรีสร้างสุขภาวะนี้ มุ่งเน้นตอบโจทย์การแก้ปัญหาของผู้สูงอายุในด้านความเครียด ความเหงา เศร้าซึม การเป็นโรคความจำเสื่อม หรืออัลไซเมอร์ และมุ่งให้เกิดการอยู่ร่วมกันในสังคมผู้สูงอายุ ดังนั้น ผู้อำนวยเพลงดนตรีสร้างสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ควรตระหนักถึงความตั้งใจมั่นทุกครั้งที่ทำหน้าที่ผู้อำนวยเพลง ควรเตรียมความพร้อมด้านกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลาย และสร้างเสริมด้านสุขภาพกายและจิต กิจกรรมเสริมเติมเต็มสุขภาวะผู้สูงอายุ คำนึงถึงความพร้อมครบถ้วนของสื่อและวัสดุอุปกรณ์ เพื่อประสิทธิภาพในการจัดกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุที่ช่วยสร้างและพัฒนาด้านสุขภาพกายและจิตที่ดี ให้ใช้ชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และเป็นสุข

ผู้อำนวยเพลงจึงเป็นบุคคลสำคัญในการดำเนินกิจกรรมทางดนตรีให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ซึ่งบทบาทสำคัญในการเป็นผู้อำนวยเพลงคือ ความแม่นยำในโน้ตดนตรีของเพลง ซึ่งเกิดจากการฝึกฝนการท่องจำโน้ตได้จนขึ้นใจ การอ่านโน้ตประกอบการแสดงสัญลักษณ์มือได้อย่างคล่องแคล่ว และบทบาทสำคัญอีกประการคือ การมีมนุษยสัมพันธ์ และทัศนคติที่ดีต่อผู้สูงอายุ ซึ่งหากมีพร้อมทั้งสององค์ประกอบนี้ เชื่อได้ว่าท่านพร้อมที่จะก้าวขึ้นเป็นผู้อำนวยเพลงมืออาชีพต่อไป

จากเอกสารงานวิจัยการถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาอาจารย์พัฒนา สุขเกษม ของคณาจารย์สาขาวิชาดนตรีศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปี พ.ศ. 2561 ผู้เขียนได้อ่านบทสัมภาษณ์ความรู้สึกของผู้สูงอายุที่มีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมทางดนตรีสร้างสุข จึงเห็นว่าบทสัมภาษณ์เหล่านี้จะมีประโยชน์ต่อผู้ที่จะเป็นผู้นำกิจกรรมหรือผู้อำนวยเพลงต่อไป ดังนี้

“ครูเอ๊ดมีพลังมากเลยค่ะ สอนสนุก กิจกรรมไม่น่าเบื่อ และทำให้แม่ได้มาเจอเพื่อน”

(ผู้ร่วมกิจกรรมคนที่ 1 สัมภาษณ์เมื่อ 23 กันยายน 2560)

“ครูสอนดี มีความเสียสละ มีกิจกรรมใหม่ ๆ มาให้ทำเสมอ เวลาเจอกันครูถามสารทุกข์สุกดิบ เอาใจใส่พวกแม่เสมอ”

(ผู้ร่วมกิจกรรมคนที่ 2 สัมภาษณ์เมื่อ 13 มกราคม 2561)

“ครูอัธยาศัยดี มีความเป็นมิตร ให้ความเป็นกันเองกับทุกคน ยิ้มแย้มแจ่มใส มีคำพูดตลก ๆ เสมอ เวลาเรียนรู้สึกผ่อนคลาย ทุ่มเทในการสอน ไม่เคยดุ หรือต่อว่าเวลาผิด”

(ผู้ร่วมกิจกรรมคนที่ 3 สัมภาษณ์เมื่อ 15 มกราคม 2561)

“ตั้งแต่รู้จักครูเอ๊ดมา ครูมีความเสียสละมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่นเสมอ ในการสอนครูให้ความเป็นกันเอง ใจเย็น สอนสนุก และสร้างแรงบันดาลใจให้แม่ ๆ ในการเล่นอังกะลุง”

(ผู้ร่วมกิจกรรมคนที่ 4 สัมภาษณ์เมื่อ 5 พฤษภาคม 2561)

“ครูเตรียมเพลงใหม่ ๆ มาสอนเสมอ ใจดี ยิ้มแย้มแจ่มใส ทำบรรยากาศการเรียนให้สนุก ทำให้รู้สึกเวลาผ่านไปเร็ว”

(ผู้ร่วมกิจกรรมคนที่ 5 สัมภาษณ์เมื่อ 5 พฤษภาคม 2561)

จากบทสัมภาษณ์ข้างต้น ทำให้ผู้เขียนทราบถึงความคิดและความรู้สึกของผู้สูงอายุ ที่สะท้อนให้เห็นว่าผู้ที่ทำงานกับผู้สูงอายุ ควรตระหนักถึงการทำงานอย่างทุ่มเท จริงจัง อีกทั้งสังคมควรมองผู้สูงอายุให้เป็นกลุ่มพลังของสังคมกลุ่มหนึ่งที่ควรส่งเสริม ยกย่อง ให้เกียรติ เพื่อสร้างคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ แม้ในสังคมจะเปรียบผู้สูงอายุนั้นว่าเป็นไม้ใกล้ฝั่ง แต่แท้จริงแล้วกลับเป็นต้นไม้ที่สมบูรณ์ ยั่งยืนหยัดโดดเด่นเป็นสง่าให้ร่มเงาเป็นประโยชน์แก่สังคมได้ นอกจากนี้ผู้เขียนเชื่อมั่นว่า ข้อคิดที่ดีจากบทสัมภาษณ์สามารถนำไปออกแบบบทบาทที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคลในฐานะเป็นผู้อำนวยเพลงกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุต่อไป

เพื่อให้เกิดความเข้าใจต่อบทบาทของผู้นำกิจกรรมหรือผู้ทำหน้าที่ผู้อำนวยเพลงที่ดี ผู้เขียนขอนำเสนอบทสัมภาษณ์ที่ให้ไว้กับคณะผู้วิจัย ซึ่งได้ถามถึงลักษณะที่ดีของผู้นำกิจกรรมหรือผู้อำนวยเพลง โดยผู้เขียนได้ให้คำนิยามสั้น ๆ ว่า “เข้าถึงเพลงเข้าถึงคน” และขอขยายความเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันดังนี้

1. เข้าถึงเพลง มีลักษณะดังนี้

1) มีความรู้พื้นฐานด้านดนตรีพอสมควร สามารถอ่านโน้ต และใช้สัญลักษณ์มือได้
2) มีความเข้าใจในบทเพลงที่นำมาขับร้องและบรรเลง
3) มีความประณีตในการสร้างสรรค์ให้เกิดเสียงที่ไพเราะ สามารถควบคุมการบรรเลงให้มีการทอดส่งและรับเสียงระหว่างตัวโน้ตอย่างเหมาะสม
4) มีลีลาเคลื่อนไหวมือ แขน ตามจังหวะของเพลงอย่างแม่นยำ
5) มีลีลาท่าทางเข้ากับอารมณ์และความหมายของบทเพลง ซึ่งช่วยให้เกิดบรรยากาศที่ดีในการทำกิจกรรม และมีความสุขมากขึ้น

2. **เข้าถึงคน** มีลักษณะดังนี้

1) ให้เกียรติ ให้ความเคารพในคุณค่า และศักดิ์ศรีแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคน
2) ตรงต่อเวลา ไม่ผิดนัด ไม่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมผิดหวัง หรือหมดศรัทธา
3) มีความเชื่อมั่นในตนเอง สุภาพเรียบร้อย วาจาไพเราะ
4) มีความเป็นมิตรต่อทุกคน
5) สร้าง “สังคมผู้สูงวัยไม่ทอดทิ้งกัน” ห่วงใย ช่วยเหลือ เอื้ออาทร ผ่านกิจกรรมที่จัด
6) สร้างบรรยากาศการทำกิจกรรมให้เป็นสุข ไม่เคร่งครัดจับผิดในการเล่นดนตรี เนื่องจากผู้เขียนกำหนดไว้ว่า หัวใจสำคัญของกิจกรรมอยู่ที่การพัฒนาสุขภาวะ สมาธิ และความทรงจำ โดยความไพเราะของเสียงเพลงที่ได้นั้น เป็นเพียงผลของการพัฒนาสุขภาวะเท่านั้น
7) สร้างบรรยากาศความรัก ความอบอุ่น ความเชื่อมั่น และการเชื่อใจผู้นำกิจกรรมดังเป็นคนในครอบครัวเดียวกัน
8) มีอารมณ์มั่นคง อดทนต่อการทำผิดบ้างทำถูกบ้างของผู้เข้าร่วมกิจกรรม และมีความพยายามที่จะช่วยแก้ไขให้ถูกต้องด้วยวิธีการที่ไม่ตึงเครียด
9) มีอารมณ์ขัน ยิ้มแย้มแจ่มใสกระเซ้าเย้าแหย่ด้วยคำพูดที่สุภาพ ซึ่งจะช่วยเสริมบรรยากาศการจัดกิจกรรมได้ดี
10) มีความเป็นนักประชาธิปไตย มีความยุติธรรมไม่ลำเอียง รับฟังความคิดเห็น และเห็นอกเห็นใจผู้เข้าร่วมกิจกรรม

สิ่งที่กล่าวมาเหล่านี้ เป็นบทบาทที่ทุกท่านอาจจะเคยทำมาแล้ว เพียงแต่ไม่ได้นำมาจัดเป็นหมวดหมู่เท่านั้นเอง ซึ่งผู้เขียนมีความเชื่อและมั่นใจว่า ผู้ที่ผ่านการอบรมจะสามารถเป็นผู้อำนวยเพลงกิจกรรมดนตรีเพื่อสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยไม่ยากเย็น

รายการอ้างอิง

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2561). *ดนตรีศึกษา: หลักการและสาระสำคัญ.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์ และคณะ. (2561). *การถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา อาจารย์พัฒนาสุขเกษม.* กรุงเทพมหานคร: บริษัท พรรณีพริ้นติ้ง จำกัด.

พัฒนา สุขเกษม. (2551). *ท้าวทั้งสี่ : พิธีกรรมเพื่อความเป็นศิริมงคลและความสำเร็จสมประสงค์* [แผ่นพับ].

พัฒนา สุขเกษม. (2553). *นวัตกรรมการเสริมสร้างสมาธิและความทรงจำผู้สูงอายุด้วยดนตรี (การเล่นดนตรีอังกะลุงโดยใช้โน้ตสัญลักษณ์มือ (โคดาย)).* ข้อมูลลิขสิทธิ์ทะเบียนเลข ที่ ส.7871.

พรชุลีย์ นิลวิเศษ. (ไม่ปรากฏ). *นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ* [ข้อความโพสต์ในบล็อก]. สืบค้นจาก https://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1_10.html?fbclid=IwAR3tfyF1f-M2RXXMr7 hf577-DQmN-vC 8qiaeUqLdN8qSr56FINqrpqVohbA.

พรทิพย์ เกยุรานนท์. (ไม่ปรากฏ). *การสร้างความสุขในผู้สูงอายุ* [ข้อความโพสต์ในบล็อก]. สืบค้นจาก https://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1_9.html.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (23 สิงหาคม 2559). *รับมือปัญหาอัลไซเมอร์ในผู้สูงอายุ.* ไทยรัฐฉบับพิมพ์. สืบค้นจาก https://www.thairath.co.th/lifestyle/woman/698074.

อุดม เพชรสังหาร. (2553). ดนตรีกับโรคความจำเสื่อมในผู้สูงอายุ. *นิตยสารโลกวันนี้วันสุข*, 6(268), 37.

การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (Kodály)

รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์

บทนำ

ในการเรียนรู้ดนตรี วิธีการสอนดนตรีที่ถูกต้องเหมาะสม ย่อมช่วยให้ผู้เรียนในแต่ละวัยเกิดการเรียนรู้ด้วยความเข้าใจในสาระดนตรีได้อย่างเป็นระบบ เหมาะสมกับระดับการเรียนรู้ของผู้เรียน ในระดับปฐมวัยศึกษาและระดับประถมศึกษา วิธีการสอนดนตรีมีความสำคัญ เนื่องจากผู้เรียนในวัยดังกล่าวไม่สามารถเรียนรู้และเข้าใจสิ่งเป็นนามธรรมได้อย่างถ่องแท้ วิธีการสอนดนตรีที่เหมาะสมช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ เข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรมอย่างมีความหมาย สนุกสนานกับกิจกรรมที่หลากหลายเหมาะสมกับวุฒิภาวะ ส่วนในระดับมัธยมศึกษาและอุดมศึกษา ผู้เรียนมีการพัฒนาทางปัญญามากขึ้น เทคนิควิธีสอนดนตรียังคงเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้เกิดการเรียนรู้เข้าใจสาระดนตรีที่ซับซ้อนมากขึ้นได้อย่างมีความหมาย และสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง วิธีการสอนดนตรีที่ดี จึงควรเป็นวิธีการที่พัฒนามาจากหลักการหรือแนวคิดที่เหมาะสมกับพัฒนาการของผู้เรียนและสาระดนตรี สาระส่วนหนึ่งที่นำเสนอคัดสรรและเพิ่มเติมจากหนังสือวิธีวิทยาการสอนดนตรี (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2558)

หลักทั่วไปในการสอนดนตรี

หลักการทั่วไปในการเรียนการสอนดนตรีที่สำคัญคือ ประการที่ 1 เสียงก่อนสัญลักษณ์* การสอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีประสบการณ์เกี่ยวกับเสียงก่อนนำเสนอหรือสอนเกี่ยวกับสัญลักษณ์ทางดนตรี ประการที่ 2 การมีส่วนร่วม ผู้เรียนควรมีส่วนร่วมในกิจกรรมดนตรีทุกประเภท ประการที่ 3 สาระดนตรี การเรียงลำดับสาระดนตรีให้เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน ประการที่ 4 กิจกรรมดนตรี การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนดนตรีควรมีขั้นตอนต่อเนื่อง เป็นระบบ และมีความหลากหลาย ซึ่งหลักการทั่วไปที่กล่าวมานี้ มีลักษณะคล้ายคลึงกับหลักการจัดการเรียนการสอนดนตรีของระบบเพสตารอสซี่ (Johann Heinrich Pestalozzi, 1746 - 1827) (Abeles, Hoffer, and Klotman, 1984, หน้า 11) กล่าวไว้ดังนี้

*เสียงก่อนสัญลักษณ์ (sounds before signs) หมายถึง หลักการสอนดนตรีที่นำเสนอเสียงดนตรี ก่อนนำเสนอสัญลักษณ์ทางดนตรี เช่น การขับร้องเพลงตามเนื้อร้อง เพื่อให้ผู้เรียนได้ยินเสียงทำนอง หรือระดับเสียงก่อน หรือการฟังทำนองเพลง และให้ผู้เรียนฮัมทำนองเพลง เพื่อให้ได้ยินเสียงทำนอง หรือระดับเสียงก่อน จากนั้นจึงเริ่มเปลี่ยนเสียงที่ได้ยินเป็นโน้ตดนตรี (คือ โด เร มี ...) ที่ปรากฏในบทเพลง เป็นต้น

1. สอนให้รู้จักเสียงก่อนสัญลักษณ์ เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสเรียนการร้องก่อนเรียนเกี่ยวกับการเขียนโน้ตหรือชื่อของตัวโน้ต
2. แนะนำให้ผู้เรียนสังเกต และฟังเสียงต่าง ๆ ตลอดจนเลียนแบบเสียงที่ได้ยิน เพื่อให้เห็นถึงความเหมือน ความแตกต่าง และผลที่เกิดจากเสียง ทำให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ตรง และมีส่วนในกิจกรรมด้วยตนเอง ซึ่งดีกว่าการอธิบายสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ให้ผู้เรียนฟัง โดยผู้เรียนมิได้รับประสบการณ์ และมิมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วยตนเอง
3. สอนสิ่งต่าง ๆ ทีละอย่าง ได้แก่ จังหวะ ทำนอง และลีลาของดนตรี โดยมีทั้งการสอนด้วยการอธิบายและการปฏิบัติควบคู่กันไป ก่อนที่ผู้เรียนจะเรียนรู้และปฏิบัติบทเรียนที่เป็นผลรวมขององค์ประกอบดนตรีในระดับที่มีความยากมากขึ้น
4. ในการฝึกปฏิบัติแต่ละขั้นตอน ผู้เรียนควรปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ก่อนที่จะก้าวไปปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ที่ยากขึ้นต่อไป
5. ควรใช้วิธีการอุปนัย (induction) ในการสอน คือ การให้ตัวอย่าง การฝึกปฏิบัติ ก่อนที่จะสรุปเป็นหลักการและทฤษฎี
6. ให้ผู้เรียนมีโอกาสได้คิดวิเคราะห์ และฝึกปฏิบัติในเรื่องของคุณภาพของเสียง และประยุกต์สิ่งที่ได้รับกับดนตรี
7. การสอนชื่อตัวโน้ตควรให้มีความสัมพันธ์กับบทเพลงที่ใช้ประกอบการเรียน

กล่าวได้ว่า การสอนดนตรีควรมีการจัดระบบสาระดนตรีจากง่ายไปยาก และนำเสนอทีละเนื้อหาอย่างเป็นระบบ เป็นขั้นตอนต่อเนื่องสัมพันธ์กัน โดยนำเสนอเสียงก่อนสัญลักษณ์ เนื่องจากดนตรีเป็นเรื่องของเสียง ในส่วนของผู้เรียน การสอนดนตรีควรคำนึงถึงวุฒิภาวะของผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อการนำเสนอสาระดนตรีที่เหมาะสมกับระดับการเรียนรู้ ผู้เรียนควรมีส่วนในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามทักษะดนตรี โดยมีการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ เพื่อให้การเรียนรู้มีความหมาย ทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ดนตรีได้อย่างเข้าใจ รอบรู้ สามารถปฏิบัติทักษะดนตรีได้อย่างถูกต้องเหมาะสม และมีคุณภาพ

การสอนดนตรีตามแนวคิดของโคดาย

การสอนดนตรีตามแนวคิดของโคดาย เป็นวิธีการสอนดนตรีที่คิดและพัฒนาโดย โซลตาล โคดาย (Zoltán Kodály) นักดนตรีศึกษาชาวฮังการี ที่เห็นความสำคัญของการสอนดนตรีอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอนต่อเนื่องสัมพันธ์กัน โดยเน้นการขับร้องเป็นหลักการสำคัญในการดำเนินการสอนดนตรี เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้ดนตรีได้อย่างเป็นระบบเป็นขั้นตอน ตามลำดับความยากง่ายของสาระดนตรี ทำให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และทักษะดนตรีอย่างต่อเนื่อง สามารถพัฒนาศักยภาพดนตรีของผู้เรียนแต่ละคนได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้ผู้เรียนมีความมีดนตรีการ (musicianship) และคำนึงถึงคุณภาพของการนำเสนอดนตรีเสมอ

โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály, 1882 - 1967)

ภาพที่ 4 โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály, 1882 – 1967)
ที่มา: https://es.wikipedia.org/wiki/Zolt%C3%A1n_Kod%C3%A1ly

ประวัติโซลตาน โคดาย

โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály, 1882 - 1967) เป็นทั้งนักแต่งเพลง นักประวัติศาสตร์ดนตรี และนักการศึกษาดนตรีชาวฮังการี (Sadie & Tyrrell, 2001) โคดายเกิดที่เมืองเคชเคเมต (Kecskemét) ประเทศฮังการี เมื่อวันที่ 16 ธันวาคม ค.ศ. 1882 ในครอบครัวนักดนตรี บิดาและมารดาเป็นนักดนตรีสมัครเล่นทั้งสองคน บิดาเป็นนักไวโอลิน มารดาเป็นนักร้องและนักเปียโน ด้วยเหตุนี้ จึงส่งผลให้โคดายคุ้นเคยกับดนตรี และมีโอกาสได้เรียนดนตรีตั้งแต่เยาว์วัย แม้ว่าโคดายเกิดในครอบครัวนักดนตรี แต่โคดายในวัยเด็กกลับสนใจในด้านภาษามากกว่า บิดาของโคดายเป็นนายสถานีรถไฟ จำเป็นต้องย้ายที่ทำงานเป็นระยะ ทำให้ครอบครัวของโคดายต้องย้ายมาต่างจังหวัด และเดินทางตลอด

ช่วงปี ค.ศ. 1884 - 1891 ขณะที่โคดายอายุ 2 – 9 ปี ครอบครัวย้ายมาพำนักที่เมืองกอลันตา (Galánta) กอลันตานับเป็นสถานที่ที่เป็นแหล่งความรู้และสร้างแรงบันดาลใจในการแต่งเพลงชุด Dances of Galánta ในเวลาต่อมา บทเพลงชุดนี้แต่งขึ้นจากทำนองเพลงที่โคดายได้ฟังในสมัยยังเด็ก นับว่ากอลันตาเป็นบ้านหลังสำคัญในวัยเด็กของโคดาย ต่อมาครอบครัวของโคดายได้ย้ายมาที่เมืองนอจโซมบอต (Nagyszombat) ปัจจุบันคือเมืองเตอร์เนวา ประเทศสโลวาเกีย ขณะที่อาศัยอยู่ที่เมืองนี้ โคดายมีโอกาสศึกษาไวโอลิน เปียโน และฝึกเล่นเชลโลด้วยตัวเอง เป็นสมาชิกคณะนักร้องประสานเสียง และนักดนตรีในวงออร์เคสตราของโบสถ์ประจำเมืองนอจโซมบอต โคดายมีโอกาสร่วมเล่นดนตรีในวงควอเต็ทโดยทำหน้าที่เล่นวิโอลา นอกจากนี้ โคดายเริ่มประพันธ์เพลงขณะศึกษาในระดับมัธยม แม้ว่าจะได้รับการศึกษาด้านดนตรีอย่างเป็นรูปแบบไม่มากนักในปี ค.ศ. 1897 โคดายประพันธ์เพลงโอเวอร์เจอร์ (Overture) ให้วงออร์เคสตราของโรงเรียนเป็นเพลงแรกเมื่ออายุ 15 ปี จากนั้นได้ประพันธ์เพลงแมส (Mass) สำหรับวงขับร้องประสานเสียง และเพลงสำหรับวงออร์เคสตราในปีถัดมา โคดายจบการศึกษาที่โรงเรียนมัธยมสามัญแห่งอาร์ชบิชอปในเมืองนอจโซมบอต ขณะอายุ 18 ปี

ในปี ค.ศ. 1900 โคดายเดินทางมาที่เมืองบูดาเปสต์ เพื่อศึกษาด้านภาษาในมหาวิทยาลัยวิทยาศาสตร์แห่งบูดาเปสต์ (University of Sciences in Budapest) แต่ด้วยความปรารถนาที่จะเรียนดนตรีอย่างจริงจัง โคดายจึงมาเรียนดนตรีในสถาบันดนตรีฟรานซ์ ลิซท์ อาจารย์ผู้สอนประพันธ์คนแรกของเขา คือ ฮานส์ โคเอสเลอร์ (Hans Koessler, 1853 - 1926) หลังจากศึกษาจบสี่ปี โคดายได้เข้าศึกษาต่อที่วิทยาลัยเอ็ดเวิส (Eötvös College)

โดยเรียนด้านภาษาอังกฤษ ฝรั่งเศส และเยอรมัน รวมทั้งได้ควบคุมวงออร์เคสตราของนักเรียน และแต่งเพลงควบคู่ไปด้วย โคดายจบปริญญาเอกทางภาษาศาสตร์ในปี ค.ศ. 1906 ขณะอายุ 24 ปี วิทยานิพนธ์เป็นเรื่องเกี่ยวกับภาษาของเพลงพื้นบ้านฮังการี วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สะท้อนให้เห็นถึงความสนใจและความเชี่ยวชาญของโคดายทั้งด้านดนตรีและด้านภาษา ด้วยความสนใจในบทเพลงพื้นบ้าน ทำให้โคดายชักชวนบาร์ตอก ซึ่งรู้จักกันขณะศึกษาวิชาดนตรีมาช่วยกันศึกษาบทเพลงพื้นบ้าน ทั้งสองร่วมมือกันค้นคว้า ศึกษาบทเพลงพื้นบ้านอย่างจริงจัง นับเป็นจุดเริ่มต้นของความสัมพันธ์ที่ยั่งยืน ทำให้โคดายและบาร์ตอกเป็นกัลยณมิตรของกันและกันตลอดมา ผลงานการศึกษาเพลงพื้นบ้านของทั้งสองได้รับการตีพิมพ์ครั้งแรกในปี ค.ศ. 1906 ชื่อ “Magyar Népdalok” (เพลงพื้นบ้านฮังการี)

ในวันที่ 22 ตุลาคม ปี ค.ศ. 1906 โคดายนำผลงาน Nyári Este (Summer Spring) ออกแสดงในคอนเสิร์ตวันมอบปริญญาบัตรของสถาบันดนตรีฟรานซ์ ลิซท์ ส่งผลให้โคดายได้รับทุนระยะสั้นไปศึกษาต่อต่างประเทศ โคดายเดินทางไปศึกษาดนตรี ณ กรุงเบอร์ลิน และกรุงปารีสในเดือนเมษายนปีถัดมา สิ่งหนึ่งที่โคดายได้รับอิทธิพลจากการเดินทางไปศึกษาในครั้งนี้ คือ แรงบันดาลใจในบทเพลงของเดอบูสซี และการสอนโซเฟจ หลังจากที่โคดายได้เดินทางกลับมาฮังการีในปี ค.ศ. 1907 ได้รับตำแหน่งเป็นอาจารย์ในสถาบันดนตรีฟรานซ์ ลิซท์ โดยเริ่มจากการสอนวิชาทฤษฎีดนตรี ในช่วงเวลานี้ โคดายได้เริ่มศึกษาบทเพลงพื้นบ้านอีกครั้ง

ในช่วงฤดูใบไม้ผลิ ปี ค.ศ. 1910 โคดายนำผลงานของตนเองออกแสดงครั้งแรกที่เมืองบูดาเปซต์ ในวันที่ 17 มีนาคม ผลงานลำดับที่ 2 สตริงควอเทท ผลงานลำดับที่ 3 บทเพลงเปียโน และผลงานลำดับที่ 4 โซนาตาสำหรับเชลโลและเปียโน ซึ่งออกแสดงครั้งแรกที่เมืองซูริค

ในปีเดียวกันนี้ ขณะที่โคดายอายุ 28 ปี โคดายสมรสกับเอมมา ชเลซิงเจอร์ (Emma Schlesinger) ซึ่งเป็นนักประพันธ์เพลง นักเปียโน กวี และล่าม ผู้มีความสามารถ เอมมามีอายุแก่กว่าโคดายราว 10 ปี ด้วยชีวิตครอบครัวที่มีความสุข และการงานที่เป็นไปด้วยดี โคดายได้ประพันธ์บทเพลงอย่างต่อเนื่องเรื่อยมา เช่น ผลงานลำดับที่ 6 Seven Songs (Late Melodies) ผลงานลำดับที่ 7 บทเพลงดูโอสำหรับไวโอลินและเปียโน และผลงานลำดับที่ 8 โซนาตาสำหรับเชลโล ผลงานเหล่านี้ มีความแปลกใหม่ในรูปแบบเพลง และเนื้อหาของบทเพลงมีส่วนผสมที่น่าสนใจ และมีความซับซ้อนระหว่างสไตล์เพลงยุโรปตะวันตกในรูปแบบของบทเพลงคลาสสิก โรแมนติก อิมเพรสชั่นนิสต์ และแนวดนตรีศตวรรษที่ 20 ร่วมกับสไตล์เพลงพื้นบ้านของฮังการี นอกจากนี้ โคดายยังเป็นนักวิจารณ์ดนตรี ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1919 งานเขียนส่วนใหญ่เกี่ยวกับบทเพลงพื้นบ้าน และการวิเคราะห์บทเพลงร่วมกับบาร์ตอก

ในช่วงสงครามโลกครั้งที่ 1 โคดายได้ยุติการเดินทางรวบรวมบทเพลงพื้นบ้านลงชั่วคราวระยะหนึ่ง ผลงานการประพันธ์ของโคดายยังมิได้ประสบความสำเร็จอย่างเด่นชัดในช่วงนี้ จนกระทั่งในปี ค.ศ. 1923 ผลงานของโคดายที่ชื่อ ซาล์มุส ฮุงการีคุส (Psalmus Hungaricus) ได้ออกแสดงครั้งแรกในงานฉลองครบรอบ 50 ปี ในการรวมเมืองบูดาและเมืองเปสต์ เป็นกรุงบูดาเปสต์ การแสดงครั้งนี้ประสบความสำเร็จเป็นอย่างมาก นับเป็นจุดเริ่มต้นที่โคดายกลับมามีชื่อเสียงอีกครั้ง และมีโอกาสเดินทางไปแสดงผลงานทั่วยุโรป หลังจากประสบผลสำเร็จ

ในผลงานซามุส ฮุงการีคุส โคดายประพันธ์โอเปราเรื่อง ฮารี ยานอส (Háry János) เป็นโอเปราประเภท Singspiel หรืออุปรากรชวนหัว ที่มีเนื้อเรื่องสนุกสนาน ตลกขบขัน โดยนำผลงานออกแสดงครั้งแรกที่เมืองบูดาเปสต์ ในวันที่ 16 ตุลาคม ค.ศ. 1926 ซึ่งประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี ในปีต่อมา โคดายจึงประพันธ์บทเพลงชุดฮารี ยานอส (Háry János Suite) ประกอบด้วย 6 ท่อน

ในปี ค.ศ. 1925 โคดายเริ่มสนใจในด้านดนตรีศึกษา พร้อมกับหันมาสนใจประพันธ์เพลงร้อง แบบฝึกหัดการอ่านโน้ต และเพลงขับร้องประสานเสียง เช่น Villö (The Straw Guy) และ Túrót eszik a cigány (See the Gypsies Munching Cheese) โคดายเริ่มเดินทางไปบรรยาย เขียนบทความ และแสดงคอนเสิร์ตไปทั่วประเทศฮังการี ในช่วงต้นปี ค.ศ. 1930 โคดายเริ่มพัฒนาการศึกษาด้านดนตรีสำหรับเด็กฮังการี โดยช่วงแรกยังไม่ได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐและสื่อต่าง ๆ มากนัก ในปี ค.ศ. 1935 โคดายได้ร่วมมือกับเยโน อดัม (Jenö Ádám) ในการริเริ่มโครงการระยะยาวเพื่อปฏิรูปการสอนดนตรีในโรงเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ในเวลา 10 ปี การปฏิรูปการศึกษาดนตรีในระดับประถมศึกษาประสบผลสำเร็จ ทำให้การสอนของโคดายได้รับการยอมรับ และใช้กันอย่างแพร่หลายในประเทศฮังการี ส่งผลให้ผลงานด้านดนตรีศึกษาของโคดายได้รับการตีพิมพ์ และมีอิทธิพลต่อวงการศึกษาด้านดนตรีอย่างมากทั้งในประเทศและต่างประเทศ วิธีการสอนดนตรีในประเทศฮังการีในช่วง ค.ศ. 1940 กลายเป็นพื้นฐานของการสอนที่เรียกว่า “วิธีการสอนของโคดาย” หรือ “Kodály Method” ซึ่งโคดายมิได้เขียนวิธีการสอนทั้งหมดด้วยตนเอง แต่เป็นผู้คิดค้นหลักการสอนเพื่อให้แนวทางในการสอนดนตรี และมีนักดนตรีศึกษารุ่นต่อมาเป็นผู้รวบรวมเขียนวิธีการสอนของโคดาย

ด้านการประพันธ์เพลง ผลงานโคดายประสบความสำเร็จอย่างต่อเนื่อง ผลงานที่สำคัญในช่วงนี้ ได้แก่ Summer Evening ในปี ค.ศ. 1930, Székelyfonó (The Spinning Room) ในปี ค.ศ. 1932, Dances of Galánta ในปี ค.ศ. 1933 สำหรับการเฉลิมฉลองครบรอบ 80 ปี วง Budapest Philharmonic Society และ Variations on a Hungarian Folksong Fölszállott a páva (The Peacock) ในปี ค.ศ. 1939 สำหรับการเฉลิมฉลองครบรอบ 50 ปี ของหอแสดงดนตรี Concertgebouw ซึ่งเป็นหอแสดงดนตรีที่มีชื่อเสียงมาก ณ กรุงอัมสเตอร์ดัม ประเทศเนเธอร์แลนด์

ด้านดนตรีวิทยา ในปี ค.ศ. 1927 บทความของโคดาย คือ Magyar zenei dolgozatok ซึ่งเป็นบทความที่เกี่ยวกับดนตรีฮังการี นับเป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาดนตรีวิทยาในบริบทของดนตรีฮังการี ในปี ค.ศ. 1930 โคดายสอนวิชาดนตรีพื้นบ้านอยู่ในมหาวิทยาลัยแห่งบูดาเปซต์ ในปี ค.ศ. 1937 บทความของโคดายที่ชื่อ Magyar népzene เป็นบทความวิชาการที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับดนตรีพื้นเมืองฮังการี ได้รับการตีพิมพ์และนำไปใช้ในการศึกษาอย่างกว้างขวาง ในปี ค.ศ. 1934 โคดายได้รับมอบหมายงานให้รวบรวมเพลงพื้นบ้านของฮังการี ในครั้งนี้เป็นงานที่โคดายต้องทำเพียงลำพัง เนื่องจากบาร์ตอกได้อพยพหนีภาวะอันย่ำแย่ของสงครามโลกครั้งที่ 2 ไปพำนัก ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา ในช่วงฤดูใบไม้ร่วงของปี ค.ศ. 1940 โคดายได้ทำงานให้กับวิทยาลัยวิทยาศาสตร์ฮังการี (Hungarian Academy of Science) จนถึงปี ค.ศ. 1942 ขณะที่โคดายอายุ 60 ปี นับเป็นปีสำคัญยิ่ง

เนื่องจากประเทศฮังการีได้ยกย่องโคดายอย่างสูงสุด ด้วยการประกาศให้ปีนี้เป็น “ปีของโคดาย” โดยสมาคมวงขับร้องประสานเสียงฮังการี และสมาคมชาติพันธุ์วิทยาฮังการี ได้ตีพิมพ์บทความวิชาการทางด้านดนตรีของโคดาย โคดายได้รับรางวัลจากรัฐบาล และได้รับเกียรติจากวิทยาลัยวิทยาศาสตร์ให้เป็นสมาชิก ในปี ค.ศ. 1943 โคดายได้รับแต่งตั้งให้เป็นประธาน International Folk Music Council (1961) และประธานกิตติศักดิ์ของ International Society of Music Education (1964) โคดายได้รับรางวัล The Herder Prize ในปี ค.ศ. 1965 ในด้านการทำงานเกี่ยวกับการสนับสนุนความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรมของประเทศในฝั่งตะวันออกและตะวันตก

เอมมา ภรรยาของโคดายเสียชีวิตวันที่ 22 พฤศจิกายน ค.ศ. 1958 ซึ่งใช้ชีวิตคู่กันมาถึง 49 ปี ปีต่อมาโคดายได้สมรสครั้งที่ 2 กับซาโลตา เปซซีลี (Sarolta Péczely) บุตรีของเพื่อนสนิท ในวันที่ 18 ธันวาคม ค.ศ. 1959 ในระหว่างปี ค.ศ. 1960 ถึง 1966 โคดายเดินทางไปบรรยายในหลายประเทศ เช่น สหราชอาณาจักร อิตาลี ฝรั่งเศส และเยอรมนี และทำงานกับสมาคมหลายแห่ง โคดายเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจวาย ณ เมืองบูดาเปซต์ เมื่อวันที่ 6 มีนาคม ค.ศ. 1967 ขณะอายุ 85 ปี นับเป็นการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่เคารพรักและมีชื่อเสียงที่สุดคนหนึ่งในวงการดนตรีของฮังการี

การทำงานฐานะนักประพันธ์ของโคดายยาวนานถึง 7 ทศวรรษ จากงานแรกในปี ค.ศ. 1897 ถึงงานชิ้นสุดท้าย ปี ค.ศ. 1966 ในการประพันธ์บ่งบอกถึงความเป็นตัวตนของโคดาย เริ่มในปี ค.ศ. 1905 – 1907 ซึ่งในงานก่อนหน้าปี ค.ศ. 1900 บทประพันธ์ยังมีความเป็นลักษณะคล้ายเวียนนิสคลาสสิก หรือในปี ค.ศ. 1900 – 1904 เยอรมันโรแมนติก ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากบรามส์เป็นหลัก พัฒนาการด้านผลงานเพลงของโคดายในช่วงต่อมาได้รับอิทธิพลมาจากประสบการณ์ในดนตรีพื้นบ้าน และการได้ร่วมทำงานกับเดอบุสซี ผลงานของโคดายได้รับอิทธิพลจากดนตรีคลาสสิกและดนตรีพื้นบ้านเป็นรากฐาน เช่น เกรกอเรียน แชนท์ บาค ปาเลสตรินา โมทซาร์ท ไฮเดิน ซึ่งนำมาสังเคราะห์ผสมกับดนตรีพื้นบ้านของฮังการีกลายเป็นสไตล์ของตนเอง ซึ่งได้รับการยกย่องจากบาร์ตอกไว้อย่างมาก นอกจากการประพันธ์แล้วยังรวบรวมเพลงพื้นบ้านของฮังการีเป็นหนังสือ 11 เล่ม ที่คงความดั้งเดิมของผู้ประพันธ์มากที่สุดเท่าที่ทำได้ ตลอดชีวิตของโคดายแสดงให้เห็นถึงการทำงานหนักมาโดยตลอด

โคดายมีความเชื่อว่า ดนตรีพื้นบ้านมีความสำคัญมิใช่แค่เพียงแต่เป็นสิ่งที่แสดงถึงความดั้งเดิมหรือสิ่งที่ล้าสมัย แต่เป็นสิ่งที่เป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับอนาคต ความเชื่อนี้จุดประกายให้โคดายจัดระเบียบ และจัดกิจกรรมดนตรีพื้นบ้านให้เป็นที่นิยมหรือเป็นที่รู้จักโดยทั่วไป โดยสร้างให้เกิดความเป็นเอกภาพของวัฒนธรรมดนตรี การที่จะทำให้ดนตรีเป็นที่นิยม เป็นที่ยอมรับ โดคายกล่าวว่า การเรียนดนตรีไม่ควรเรียนเพียงผิวเผิน กล่าวคือ สิ่งที่ดีที่สุดในการเรียนดนตรีคือ สามารถใช้ประกอบเป็นอาชีพได้ ในวงการวิชาการ โคดายพยายามยกระดับการศึกษาดนตรีให้เทียบเท่ากับประเทศที่ประสบความสำเร็จ ในขณะเดียวกัน โคดายให้ความสำคัญกับดนตรีชาติพันธุ์ระหว่างประเทศด้วย

ในสาขาวิชาการศึกษา โคดายตระหนักเห็นถึงความสำคัญของดนตรีศึกษา โคดายเริ่มเขียนงานเกี่ยวกับการขับร้องประสานเสียง การบรรยาย และการเขียนบทความเรื่องการขับร้องโดยเฉพาะเพลงพื้นเมืองที่มีความเรียบง่ายและความไพเราะ แสดงถึงมรดกที่สืบทอดต่อกันมา และความสัมพันธ์ระหว่างดนตรีและภาษา หัวใจหลักของบทความของโคดายเรื่อง 'Gyermekkarok' กล่าวถึงความสำคัญการสอนดนตรีสำหรับเด็กไว้ดังนี้

"ถ้าเด็กไม่ได้รับการปลูกฝังด้วยดนตรีที่ดีในช่วง 6 – 16 ปีแรก หลังจากนั้น เป็นการยากที่จะปลูกฝังให้เด็กมีความรัก ความชอบดนตรี ประสบการณ์ทางดนตรีที่ดีเป็นสิ่งที่ทำให้เด็กมีใจรักดนตรีไปตลอดทั้งชีวิต ดังนั้น การสร้างประสบการณ์ดนตรีที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญ เป็นหน้าที่ของโรงเรียนที่จะปลูกฝังสิ่งเหล่านี้ให้กับเด็ก"

โคดายเป็นหนึ่งในศิลปินในยุคศตวรรษที่ 20 ที่มีผลงานที่มีคุณค่าต่อสาขาต่าง ๆ ในฐานะผู้ประพันธ์เพลงและนักดนตรีชาติพันธุ์วิทยา โคดายได้สร้างผลงานที่เป็นมรดกที่มีคุณประโยชน์น่ายกย่องในระหว่างประเทศส่วนในสาขาดนตรีศึกษา หลักปรัชญา และนวัตกรรมของโคดายนำไปสู่การพัฒนาที่ยิ่งใหญ่เกี่ยวกับการสอนดนตรีไปทั่วโลก ในช่วงชีวิตของโคดายได้ปฏิรูปให้ประชาชนได้ตระหนักถึงวัฒนธรรมในประเทศของตน หลังจากโคดายเสียชีวิต องค์ความรู้หรือวิธีการของโคดายที่ได้สร้างสรรค์และพัฒนา มีการนำไปใช้ในมหาวิทยาลัย และโรงเรียนสอนดนตรี สถาบันโคดายยังได้ก่อตั้งขึ้นในโตเกียว บอสตัน ออตตาวา ซิดนีย์ ฟินแลนด์ และเมืองเคชแคเมต บ้านเกิดของโคดาย มีการจัดประชุมวิชาการเกี่ยวกับวิธีการของโคดายทุก 2 ปี ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1973 โดยในแต่ละครั้งจะเปลี่ยนประเทศเจ้าภาพจัดงานไปเรื่อย ๆ และสมาคมโคดายนานาชาติ (International Kodaly Society) ได้รับการก่อตั้ง ณ เมืองบูดาเปสต์ ในปี ค.ศ. 1975 บ้านพักของโคดาย ณ นครบูดาเปชต์ ได้กลายพิพิธภัณฑ์และที่เก็บเอกสารงานวิจัยสำคัญของโคดาย ซึ่งเป็นอนุสรณ์แห่งความทุ่มเทของโคดายกับการสอนดนตรีของฮังการีอย่างแท้จริง

หลักการ

หลักการสำคัญของวิธีการสอนของโคดายคือ ดนตรีเป็นสิ่งหนึ่งที่สำคัญของชีวิตมนุษย์ ซึ่งควรได้รับการพัฒนามาตั้งแต่ยังเด็ก การฟัง และการร้องเพลงเป็นทักษะทางดนตรีที่ควรเน้นเป็นอันดับแรก เพื่อให้เด็กเข้าใจซาบซึ้งในดนตรี การอ่าน การเล่น และการสร้างสรรค์ดนตรีเป็นสิ่งที่ควรสอนในระยะต่อมา รวมทั้งการเคลื่อนไหวด้วย วรรณคดีดนตรีที่ควรนำมาใช้คือ เพลงพื้นบ้าน เพราะใกล้ตัวผู้เรียนมากที่สุด ในระยะต่อมาจึงนำเอาเพลงขั้นสูงที่มีคุณค่ามาใช้ในการเรียนการสอน หลักการนี้สามารถนำไปประยุกต์สำหรับการสอนดนตรีในทุกประเทศทั่วโลกได้

โคดายได้วางปรัชญาการเรียนการสอนดนตรี ซึ่งใช้เป็นแนวทางพื้นฐานในการจัดการสอนดนตรีไว้ดังนี้

1. ความสามารถทางดนตรี ได้แก่ การอ่าน การเขียน และการคิด เป็นสิทธิของมนุษยชาติ
2. การเริ่มต้นการเรียนรู้ทางดนตรีควรเริ่มต้นด้วยเครื่องดนตรีธรรมชาติที่ทุกคนมีอยู่ประจำตัวคือ เสียงร้อง ซึ่งทำให้ดนตรีซึมทราบเข้าไปอยู่ในจิตใจ เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่แท้จริง

3. การเรียนรู้ทางดนตรีที่จะทำให้เกิดการรับรู้ทางดนตรีโดยสมบูรณ์ ควรเริ่มเรียนตั้งแต่เด็ก ๆ ในระดับประถมศึกษา หรือในระดับอนุบาลศึกษา
4. ในทำนองเดียวกับการเรียนรู้ภาษาซึ่งมีภาษาแม่เป็นภาษาหลัก วรรณคดีดนตรีเริ่มต้นที่ควรนำมาใช้คือดนตรีพื้นบ้านซึ่งจัดเป็นภาษาแม่ทางดนตรี
5. วรรณคดีดนตรีที่ควรนำมาใช้ไม่ว่าจะเป็นดนตรีพื้นบ้านหรือดนตรีประเภทอื่น ๆ ควรเป็นดนตรีที่มีคุณค่าพอเพียง

จากปรัชญาการสอนดนตรีที่โคดายกล่าวไว้ สามารถนำมากำหนดเป็นจุดมุ่งหมายในการสอนดนตรีได้ดังนี้

1. การพัฒนาความสามารถทางดนตรีที่มีอยู่ในตัวผู้เรียนแต่ละคนให้สมบูรณ์เต็มที่
2. มีความรู้ความเข้าใจในดนตรี โดยสามารถอ่าน เขียน และสร้างสรรค์ดนตรี ได้อย่างคล่องแคล่วตามหลักทฤษฎีดนตรี
3. ถ่ายทอดวรรณคดีพื้นบ้านของผู้เรียนให้ผู้เรียนได้รู้จัก ซึ่งเป็นวัฒนธรรมทางดนตรีที่ควรภูมิใจ
4. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวรรณคดีดนตรีอื่น ๆ ที่มีคุณค่าควรแก่การศึกษาในลักษณะของการฟัง การแสดง การวิเคราะห์ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรัก และความซาบซึ้งในดนตรี

โคดายให้ความสำคัญกับผู้เรียนไว้ด้วย ซึ่งเป็นหลักเดียวกับจิตวิทยาการพัฒนาเด็กคือ การเรียนการสอนดนตรีควรมีระดับความยากง่ายเหมาะสมกับลักษณะการพัฒนาการของเด็ก ดังนั้นสิ่งง่าย ๆ ไม่สลับซับซ้อน ควรนำมาเสนอก่อนสิ่งที่ยากและซับซ้อน เช่น ในเรื่องทำนอง การสอนของโคดายเริ่มด้วยการสอนเพลงที่ประกอบด้วยตัวโน้ตสามตัว คือ la so mi ก่อน และเพิ่มเป็นเพลงที่มีตัวโน้ต 4 ตัว คือ so mi re do และจึงเป็นเพลงที่ใช้บันไดเสียงเพนตาโทนิก คือ มีตัวโน้ต 5 ตัว ได้แก่ la so mi re do ซึ่งเป็นลักษณะของเพลงพื้นบ้านของฮังการี ในที่สุดจึงนำเพลงในบันไดเสียงไดอะโทนิก คือ มีตัวโน้ต 7 ตัว ได้แก่ do re mi fa so la ti มาสอน และผู้เรียนจะได้เรียนรู้ตัวโน้ตอื่น ๆ ต่อไป หรือในเรื่องของอัตราจังหวะ โดยปกติอัตราจังหวะสองจังหวะทั้งลักษณะปกติและผสม (2/4, 6/8) จะพบได้มากกว่าเพลงในอัตราจังหวะสามจังหวะ (3/4) การสอนจึงควรใช้เพลงอัตราสองจังหวะก่อน ส่วนในเรื่ององค์ประกอบดนตรีอื่น ๆ (เสียงประสาน รูปแบบ สีสัน ลักษณะของเสียง) ควรมีการจัดเรียงจากง่ายไปยากเช่นเดียวกัน จึงกล่าวได้ว่าวิธีการของโคดายเน้นการจัดระบบขั้นตอนของสาระดนตรีเป็นอย่างมาก โดยคำนึงลักษณะความยากง่ายของสาระดนตรี ประกอบกับลักษณะวัฒนธรรมทางดนตรีของแต่ละสังคม รวมทั้งพัฒนาการของเด็กด้วย

หลักการสอนของโคดายเน้นการร้องเป็นหลัก โดยมีการจัดสาระดนตรีอย่างมีระบบระเบียบ และใช้ระบบสัญลักษณ์แทนเสียงดนตรีให้เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก การใช้ระบบการอ่านโน้ตแบบ ซอล – ฟา โดยให้ตัวโทนิค คือ โด ในบันไดเสียงเมเจอร์ และ ลา ในบันไดเสียงไมเนอร์ เคลื่อนที่ไปตามบันไดเสียงต่าง ๆ (movable – do) รวมทั้งสัญญาณมือเพื่อช่วยการอ่าน วรรณคดีดนตรีที่เป็นหลักในการเรียนการสอนระยะแรก คือ เพลงพื้นบ้าน ระยะต่อมาจึงใช้เพลงศิลปะ

วิธีการ

หลักการของโคดายเน้นการขับร้องเป็นหลัก ซึ่งรวมไปถึงการอ่านโน้ตด้วย วิธีการของโคดายที่ใช้ในการสอนจึงมุ่งส่งเสริมในเรื่องการขับร้องและการอ่าน โคดายนำสิ่งต่าง ๆ ต่อไปนี้มาช่วยในการสอนดนตรี เพื่อให้ผู้เรียนร้องและอ่านภาษาดนตรีได้อย่างเป็นขั้นตอนจากง่ายไปยาก เพื่อเป็นพื้นฐานในการฝึกทักษะอื่น ๆ ทางดนตรีต่อไป

1. โทนิคซอล – ฟา ได้แก่ การใช้ระบบการเรียกชื่อตัวโน้ต ซึ่งมาจากภาษาละติน คือ โด เร มี ฟา โซ ลา ที (do re mi fa so la ti) ในการร้องและการอ่าน โดยใช้ โด เป็นเสียงหลัก หรือโทนิคในบันไดเสียงเมเจอร์ และลาเป็นเสียงหลัก หรือโทนิคบันไดเสียงไมเนอร์ ผู้เรียนเรียนรู้เกี่ยวกับระยะขั้นคู่เสียงเมื่อใช้ระบบ ซอล – ฟา โดยทราบความสัมพันธ์ของระดับเสียงต่าง ๆ ที่แปรเปลี่ยนไปตามกุญแจเสียงต่าง ๆ (movable do) ในระยะต่อมา (ประมาณชั้นประถมปีที่ 2 หรือ 3) ผู้เรียนเริ่มใช้ระบบเรียกชื่อตัวโน้ต โดยใช้อักษรโรมัน คือ A B C D E F G แทนระดับเสียง ลา ที โด เร มี ฟา โซ ควบคู่ไปกับระบบ ซอล – ฟา ทำให้ผู้เรียนจดจำระดับเสียงต่าง ๆ ในระบบโดอยู่กับที่ (fixed do) ด้วย

2. สัญญาณมือ ควบคู่ไปกับการอ่านโน้ต ในระยะแรกหรือแม้กระทั่งในระยะต่อมา การใช้สัญญาณมือแทนระดับเสียง เป็นสิ่งที่ช่วยให้การเรียนรู้เรื่องระดับเสียงอย่างเป็นรูปธรรมมากขึ้น ทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ระดับเสียงได้ง่ายขึ้น เป็นไปตามหลักการพัฒนาการของการเรียนรู้ เนื่องจากผู้เรียนจะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่า เมื่อสิ่งนั้นเป็นรูปธรรม สัญญาณมือแทนระดับเสียงนี้ โคดายดัดแปลงมาจากสัญญาณมือของจอห์น เคอร์เวน เป็นลักษณะของสัญญาณมือแทนระดับเสียงต่าง ๆ ที่ใช้อย่างเป็นระบบในการสอน โดยเน้นการใช้สัญญาณมือแทนตัวโน้ตแต่ละตัว และตำแหน่งสูงต่ำของสัญญาณมือแทนความสูงต่ำของเสียงตัวโน้ตแต่ละตัวด้วย

ในการใช้สัญญาณมือ ผู้สอนสามารถใช้สองมือแสดงระดับเสียงต่างกัน เพื่อให้ผู้เรียนสองกลุ่มฝึกร้องในลักษณะของการประสานเสียง ความคล่องแคล่วในการใช้สัญญาณมือของผู้สอน เป็นสิ่งสำคัญในการสอนแบบโคดาย

ภาพที่ 5 สัญญาณมือ (โคดาย)
ที่มา: คณะดำเนินงาน

3. สัญลักษณ์ของจังหวะ นอกจากโคดายจะใช้สัญลักษณ์มือแทนระดับเสียงแล้ว โคดายยังมีการกำหนดเสียงเพื่อให้ผู้เรียนใช้พูดแทนการตบมือ และระบบสัญลักษณ์ต่าง ๆ แทนจังหวะหรือค่าตัวโน้ตต่าง ๆ เพื่อทำให้การเรียนรู้เรื่องจังหวะเป็นรูปธรรม โดยในระยะแรก การเรียนรู้เรื่องจังหวะ เป็นการเปล่งเสียงจังหวะต่าง ๆ หลังจากการตบมือ ต่อมาจึงใช้สัญลักษณ์แทนจังหวะเป็นลักษณะของรูปภาพในระยะแรก ในระยะต่อมาจึงเปลี่ยนเป็นสัญลักษณ์คล้ายตัวโน้ต หลังจากนั้นจึงใช้ตัวโน้ตแทนจังหวะ ซึ่งเป็นภาษาดนตรีมาตรฐานในที่สุด อย่างไรก็ตามสัญลักษณ์คล้ายตัวโน้ตสามารถใช้ได้อยู่เสมอ เมื่อผู้สอนต้องการเน้นเฉพาะจังหวะ สัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้มีดังนี้

- **สัญลักษณ์เป็นภาพ** (ผู้สอนอาจใช้สัญลักษณ์ใด ๆ แทนได้) โดยมีหลักคือ ขนาดใหญ่จะแทนจังหวะยาว ขนาดเล็กจะแทนจังหวะสั้นแทน

ภาพที่ 6 สัญลักษณ์เป็นภาพ

- **สัญลักษณ์แทนจังหวะตัวโน้ต**

สัญลักษณ์ของโคดาย	เสียง	ตัวโน้ต
	ทา	
	ที-ที	
	ทา-อา	
	ทา-อา-อา-อา	
	ที-ทีรี	
	ทีรี-ที	
	ทีม-รี	
	ที-ริม	
	ทรีโอลา	
	ชินโคพะ	

ภาพที่ 7 สัญลักษณ์และเสียงเกี่ยวกับจังหวะ

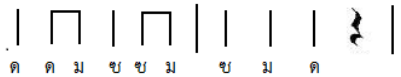
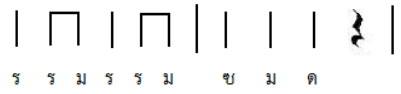
4. การร้อง โคดายเน้นการร้องเป็นหลัก การเล่นเครื่องดนตรีเป็นกิจกรรมที่จัดให้กับผู้เรียนในระยะต่อมา การร้องรวมไปถึงทักษะการอ่านตัวโน้ตด้วยในกระบวนการร้อง โคดายเน้นการฝึกให้ผู้เรียนรับรู้เกี่ยวกับเรื่องระดับเสียงและจังหวะของทำนองโดยสม่ำเสมอ วิธีการหนึ่ง คือ การฝึกให้ผู้เรียนได้ยินระดับเสียง หรือทำนองในความคิด คือ การให้ผู้เรียนร้องเพลงและให้หยุดร้องแต่ให้ร้องในใจเป็นระยะ ๆ สลับกันไปตามสัญญาณที่ผู้สอนกำหนดให้ ทำให้ผู้เรียนรับรู้เกี่ยวกับเสียงทั้งในความคิดและสามารถร้องได้ด้วย นอกจากนี้ ยังเน้นให้จดจำเกี่ยวกับจังหวะหรือระดับเสียงของบทเพลงที่เรียนไปด้วยเสมอ เช่น ครูอาจจะทำสัญญาณมือในวรรคต้นของเพลงใดเพลงหนึ่งที่เรียนไป และให้ผู้เรียนตอบว่าเพลงอะไร หรืออาจจะตบจังหวะของทำนองเพลงหนึ่ง และให้ผู้เรียนตอบว่าเป็นจังหวะของทำนองเพลงอะไร หรืออาจจะฮัมทำนองเพลงตอนใดตอนหนึ่งของเพลงหนึ่ง และให้ผู้เรียนตอบชื่อเพลง

5. การสร้างสรรค์ เนื่องจากวิธีของโคดายเน้นการร้องเพลงเป็นกิจกรรมหลัก การสร้างสรรค์จึงแสดงออกมาด้วยกิจกรรมการร้องเช่นกัน โคดายเน้นเสมอว่า การเลือกเพลงมาใช้ ควรเป็นเพลงที่ดี มีลักษณะของประโยคของเพลงเด่นชัดมีวรรคตอน เมื่อผู้เรียนเริ่มเข้าใจโครงสร้างของเพลง ผู้สอนเริ่มต้นฝึกให้ผู้เรียนคิดสร้างสรรค์ประโยคของเพลงต่อจากประโยคที่ผู้สอนให้ ซึ่งมีลักษณะของจังหวะและเป็นทำนองด้วย เช่น

ตัวอย่างที่ 1

ผู้สอน	ให้จังหวะ	ทา ทา ทา ทา
ผู้เรียนคนที่ 1	ตอบด้วย	ทา ทีที ทา ทา
ผู้เรียนคนที่ 2	ตอบด้วย	ทา ทีที ทีที ทา
ผู้เรียนคนที่ 3	ตอบด้วย	ทีที ทีที ทีที ทา
ผู้เรียนคนที่ 4	ตอบด้วย	ทีที ทีที ทีที ทีที

ตัวอย่างที่ 2

ผู้สอน	เสนอทำนอง	
ผู้เรียน	ตอบด้วยทำนอง	
	หรือ	

การสร้างสรรค์สามารถทำได้ในหลายลักษณะนอกเหนือไปจากการร้อง ซึ่งในระยะต่อมาเมื่อผู้เรียนมีทักษะดนตรีมากขึ้น การวิเคราะห์บทเพลงต่าง ๆ มีบทบาทมากขึ้น เพื่อเป็นหลักในการสร้างสรรค์เพลงทั้งในลักษณะของการประพันธ์ และการเรียบเรียงเสียงประสาน

6. การเล่นเครื่องดนตรี โคดายกล่าวไว้เป็นหลักการสำคัญว่า การเล่นเครื่องดนตรีควรเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต่อจากการขับร้องของผู้เรียนได้ดีแล้ว เมื่อผู้เรียนสามารถขับร้องเพลงต่าง ๆ ตั้งแต่ระดับปฐมวัยศึกษาจนถึงระดับประถมศึกษาตอนต้น ผู้เรียนสามารถขับร้องเพลงได้เป็นจำนวนมากแล้ว จึงควรเริ่มต้นการเรียนรู้เรื่องการเล่นเครื่องดนตรี โดยการเล่นเครื่องดนตรีมีหลักการสำคัญในระยะเริ่มต้นคือ การเล่นเครื่องดนตรีโดยใช้

เพลงที่ผู้เรียนขับร้องมาก่อน ทำให้การเล่นเครื่องดนตรีไม่ยากเกินไป เนื่องจากบทเพลงที่เล่นเป็นบทเพลงที่ผู้เรียนเคยขับร้องมาก่อน โดยมีการเน้นเสมอว่า การเล่นเครื่องดนตรีต้องเล่นให้ไพเราะเช่นเดียวกับการขับร้อง ทำให้การเล่นเครื่องดนตรีมีคุณภาพ มิใช่เล่นถูกต้องตามเสียงหรือตามโน้ตเท่านั้น (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2537)

ผู้สนใจเรื่องการสอนดนตรีแบบโคดาย สามารถอ่านรายละเอียดได้จากในหนังสือที่แปลโดยผู้เขียนจากผู้เขียน ซึ่งเป็นผู้รู้จักโคดายดี มีชีวิตอยู่ในช่วงเดียวกับโคดาย แต่เป็นรุ่นลูกศิษย์ คือ หลักการของโคดายสู่การปฏิบัติ โดย Erzébet Szönyi

สรุป

การสอนดนตรีตามแนวคิดของโคดาย เป็นการสอนดนตรีที่มีความละเอียดอ่อน มีระบบ มีขั้นตอนอย่างมาก ผู้สอนดนตรีที่ต้องการใช้การสอนดนตรีตามแนวคิดของโคดาย ควรได้มีการศึกษาเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถ่องแท้ถึงหลักการ วิธีการ ตลอดจนรายละเอียดอื่น ๆ อย่างแท้จริง ในการสอนดนตรีตามแนวคิดของโคดาย สิ่งหนึ่งที่สำคัญมากคือ บทเพลง เนื่องจากการเรียนรู้ดนตรีเริ่มต้นจากการขับร้อง และการวิเคราะห์สิ่งต่าง ๆ จากบทเพลงอย่างเป็นขั้นตอนต่อเนื่องกันไป ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยความเข้าใจ มีเหตุผลเพื่อนำหลักการเนื้อหาที่ค้นพบมาสร้างสรรค์ในการเรียนรู้ดนตรี ดังนั้นการเลือกสรรบทเพลงที่ใช้ประกอบการสอนจึงควรมีกฎเกณฑ์ เพื่อให้ได้บทเพลงที่เหมาะสมในการใช้สอนดนตรี เพื่อให้การสอนดนตรีมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลสูงสุด

รายการอ้างอิง

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2537). *หลักการของโคดายสู่การปฏิบัติ.* แปลจาก *Kodály's Principles in Practice.* โดย Erzébet Szönyi กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2558). *วิธีวิทยาการสอนดนตรี.* กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2560). *ดนตรีศึกษา : หลักการและสาระสำคัญ.* กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Abeles, Harold F., Charles R. Hoffer, and Robert H. Klotman. (1984). *Foundations of Music Education.* New York: Schirmer Books.

Sadie, Stanley and John Tyrrell. (2001). *Zoltan Kodaly. in The New Grove Dictionary of Music and Musicians Volume 13. pp.* 716-726. 2nd ed. Oxford: Oxford University Press.

ตัวอย่างโน้ต

Pentatonic Music by Kodály

PENTATONIC MUSIC I 3

100 Hungarian Folksongs

ZOLTÁN KODÁLY

m-d

1

2

Copyright 1958 by Zeneműkiadó Vállalat, Budapest.
English edition © Copyright 1969 by Boosey & Hawkes Music Publishers Ltd. All rights reserved
For all countries except Hungary, Albania, Bulgaria, Czechoslovakia, China, Printed in U.S.A.
Poland, German Democratic Republic, Rumania, the Soviet Union and Yugoslavia. B. & H. 19799

5

l-d

6

7

m-l,

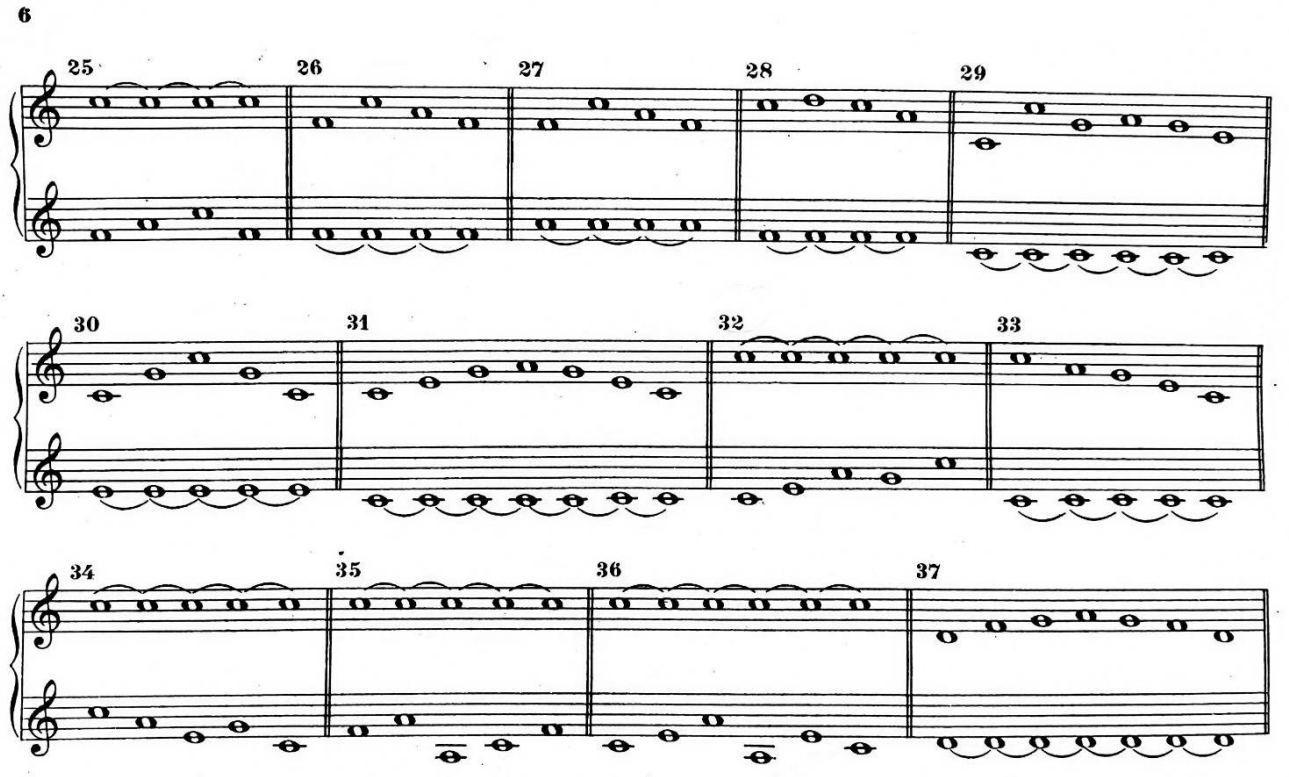
8

m-s,

9

B. & H. 19799

Let Us Sing Correctly by Kodály



สูง-ต่ำ

เนื้อร้อง ทำนอง ชลีภูมิ ประคงบุญ

เรามาเป็นเพื่อนกัน

เนื้อร้อง ทำนอง ชลีภูมิ ประคงบุญ

ควาย

เนื้อร้อง ทำนอง เรวดี พุฒิพฤธิ์ ประสานเสียง 2 แนว ณรุทธ์ สุทธจิตต์

ร่าเริงใจ

เนื้อร้อง ทำนอง **ณรุทธ์ สุทธจิตต์**

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff Schulwerk)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิทยา ไล้ทอง

บทนำ

เมื่อกล่าวถึงการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ ย่อมเป็นที่รู้จักกันทั่วไปในวงการดนตรีศึกษากับลักษณะที่เป็นการสอนดนตรีแบบเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง คาร์ล ออร์ฟ ผู้เป็นเจ้าของแนวคิดนี้มีความเชื่อว่า ดนตรีมีอยู่ในตัวของมนุษย์ทุกคน แนวคิดในการสอนของเขาใช้ได้กับทั้งเด็กและผู้ใหญ่ (Haselbach, 2011) การสอนเน้นให้เกิดการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติ ด้วยการพูด ร้องเพลง เล่นดนตรี และเคลื่อนไหวร่างกาย ผ่านกิจกรรมที่ส่งเสริมกระบวนการสร้างสรรค์ การสำรวจ และทดลอง (Lopez-Ibor, 2011; Warner, 1991) ผู้เรียนจะมีความเพลิดเพลิน สนุกสนานกับกิจกรรมการเรียนการสอน โดยอาจไม่รู้สึกว่ากำลังเรียนอยู่ ปัจจุบันได้มีการนำแนวคิดนี้ไปใช้กับผู้เรียนทุก ๆ วัย ตั้งแต่เด็กจนถึงผู้สูงอายุ และยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับผู้เรียนในทุกท้องถิ่น บทความนี้จะกล่าวถึงประวัติความเป็นมา แนวคิดในการสอน และวรรณคดีของออร์ฟ เพื่อให้เกิดความเข้าใจภาพรวม และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ต่อไป

คาร์ล ออร์ฟ (Carl Orff, 1895 - 1982)

ภาพที่ 8 คาร์ล ออร์ฟ (Carl Orff, 1895 - 1982)
ที่มา: http://www.classical-music.com/topic/carl-orff

ประวัติคาร์ล ออร์ฟ

คาร์ล ออร์ฟ เกิดที่เมืองมิวนิก ประเทศเยอรมนี เมื่อวันที่ 10 กรกฎาคม ค.ศ. 1895 ในครอบครัวที่แวดล้อมด้วยศิลปวัฒนธรรม ออร์ฟได้เริ่มเรียนเปียโนตั้งแต่อายุ 5 ขวบกับมารดา และนอกจากดนตรีแล้วออร์ฟยังมีความชอบเกี่ยวกับภาษาและกวีด้วย เมื่อเติบโตขึ้นเขาได้เข้าเรียนดนตรีที่วิทยาลัยดนตรีมิวนิก (Munich Academy of Music) เขาให้ความสนใจกับดนตรียุคเรเนสซองส์และบาโรกเป็นพิเศษ โดยเฉพาะผลงานการประพันธ์ของคลาวดิโอ มอนเตเวร์ดี (Claudio Monteverdi) และสำเร็จการศึกษาเมื่ออายุ 20 ปี หลังจากนั้นเขาก็ได้รับแต่งตั้งให้เป็นผู้อำนวยเพลงของมิวนิกคัมมาร์สปีลเลอ (Munich Kammerspiele) การทำงานในฐานะเป็นผู้อำนวยเพลงละครได้ส่งผลต่อความสำเร็จในด้านการประพันธ์เพลงของเขาในเวลาต่อมา โดยในปี ค.ศ. 1937 เขาได้สร้างผลงานการประพันธ์ที่มีชื่อเสียงมาก ชื่อเพลงคาร์มินาบูรานา (Carmina Burana) ซึ่งยังคงได้รับความนิยมนำไปแสดงทั่วทั้งโลกจนถึงปัจจุบัน

นอกจากการทำงานด้านการประพันธ์เพลงแล้ว ออร์ฟยังได้ทำงานด้านการสอนดนตรีไปด้วย เขาได้ร่วมมือกับโดโรธี กุนเธอร์ (Dorothee Gunther) ก่อตั้งโรงเรียนกุนเธอร์ชูลเลอ (Guntherschule) ในปี ค.ศ.1924 ดำเนินการสอนยิมนาสติก นาฏศิลป์ และดนตรี และ ณ ที่นั่นเขาได้พบกับนักศึกษา 2 คน คือ กูนิลด์ คีตมาน (Gunild Keetman) และ มายา เลกซ์ (Maja Lex) ซึ่งต่อมาได้ร่วมงานกับเขาพัฒนาการสอนดนตรีและนาฏศิลป์เบื้องต้น รวมทั้งพัฒนาเครื่องดนตรีประเภทระนาดเพื่อใช้ในการเรียนการสอนด้วย วิธีการสอนของออร์ฟที่กุนเธอร์ชูลเลอ นับว่าเป็นรากฐานของแนวคิดเกี่ยวกับความเป็นเอกภาพของการพูด ดนตรี และการเคลื่อนไหว แต่ในปี ค.ศ. 1944 โรงเรียนกุนเธอร์ต้องปิดลง เนื่องจากแรงกดดันทางการเมือง และโรงเรียนก็พังเสียหายจากระเบิดในช่วงสงครามโลกครั้งที่สอง หลังสงครามโลกสิ้นสุดลง การสอนดนตรีของออร์ฟก็ฟื้นกลับมาอีกครั้ง โดยออร์ฟได้รับเชิญจากสถานีวิทยุบาวาเรียน (Bavarian broadcasting) ให้จัดรายการดนตรีสำหรับเด็กทางวิทยุ ซึ่งออร์ฟได้ชักชวนคีตมานมาร่วมงานด้วยกันอีกครั้ง โดยทำการออกอากาศรายการครั้งแรกเมื่อเดือนกันยายน ปี ค.ศ. 1948 ตั้งชื่อรายการว่า “Children Make Music” รายการได้รับความนิยมจากเด็ก ครู และผู้ปกครองเป็นอย่างมาก หลังจากนั้นออร์ฟและคีตมานได้ร่วมกันแต่งหนังสือเพลงสำหรับเด็ก ชื่อ “Music for Children”

จำนวน 5 เล่ม เพื่อใช้ประกอบการเรียนการสอนและเป็นแนวทางให้เด็กสร้างสรรค์ดนตรี อย่างไรก็ตาม การออกอากาศทางวิทยุก็ยังมีข้อจำกัดเนื่องจากไม่สามารถแสดงภาพการเคลื่อนไหวได้

ในปี ค.ศ. 1949 วิทยาลัยดนตรีโมซาร์เทอุม (Akademie der Tonskunst Mozarteum) ในเมืองซาลส์บวร์ก ประเทศออสเตรีย ได้เชิญคีตมานไปสอนวิชาดนตรีสำหรับเด็กที่นั่น และหลักสูตรการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ ก็ได้เติบโตขึ้นจนมีการก่อตั้งเป็นสถาบันออร์ฟ (Orff Institute) ในปี ค.ศ. 1963 แต่ก็ยังอยู่ในสังกัดของโมซาร์เทอุมเช่นเดิม ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff Schulwerk) ซึ่งต่อมาแนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟก็ได้เผยแพร่ไปยังประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก ออร์ฟเสียชีวิตในปี ค.ศ. 1982 ด้วยวัย 87 ปี ซึ่งนับเป็นช่วงเวลาชีวิตที่ออร์ฟได้สร้างคุณประโยชน์ให้กับโลกอย่างมากมาย ทั้งในด้านการสร้างสรรค์งานศิลปวัฒนธรรม และด้านการศึกษา (Perkio, 2017; Warner, 1991)

แนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ

ออร์ฟเรียกแนวคิดในการสอนดนตรีของเขาในภาษาเยอรมันว่า ชูลแวร์ก (Schulwerk) หมายถึง การเรียนรู้ด้วยการลงมือปฏิบัติ (learning by doing) ผู้เรียนจะลงมือเล่นดนตรีและสร้างสรรค์ด้วยตัวเขาเองก่อนที่จะเรียนเนื้อหาทางดนตรี โดยมีครูที่มีความเข้าใจในพื้นฐานทางดนตรีและธรรมชาติของผู้เรียน เป็นผู้จัดกิจกรรมและสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติจนไปสู่ความสำเร็จ และเกิดการเรียนรู้จากกระบวนการที่ผู้เรียนได้ประสบด้วยตนเอง (Warner, 1991)

ออร์ฟได้วางรากฐานในการสอนดนตรีของเขาว่า ดนตรี การเคลื่อนไหว และการพูด เป็นสิ่งที่รวมกันเป็นเอกภาพ ซึ่งออร์ฟเรียกว่า “ดนตรีเบื้องต้น” (elemental music) โดยหมายถึงการแสดงออกทางดนตรีของบุคคลที่เป็นไปโดยธรรมชาติ ออร์ฟมองย้อนกลับไปยังยุคเริ่มต้นของการเกิดดนตรี ในเวลานั้น คนทั่วไปเล่นดนตรีที่เป็นการแสดงความรู้สึกของตนเองได้โดยไม่ต้องฝึกฝน ซึ่งมักจะรวมอยู่กับการเคลื่อนไหว และการพูดอย่างแยกกันไม่ออก (ธวัชชัย นาควงษ์, 2542)

การสอนจะเริ่มด้วยสิ่งที่ง่าย ๆ และคุ้นเคยสำหรับผู้เรียน ใช้ประสบการณ์และธรรมชาติของผู้เรียนเป็นสื่อในการสอน Shamrock (1997) ได้กล่าวว่า สื่อการเรียนการสอนในระบบการสอนของออร์ฟประกอบด้วย การพูด (speech) การเคลื่อนไหว (movement) การร้องเพลง (singing) และการเล่นเครื่องดนตรี (playing instrument)

1. การพูด (speech)

การพูดเป็นสิ่งที่ผู้เรียนคุ้นเคยและใช้อยู่ในชีวิตประจำวัน อีกทั้งบทร้องเล่น บทกลอน และคำพังเพยในแต่ละท้องถิ่นนั้น เป็นพื้นฐานที่สำคัญของดนตรีหลายด้าน เช่น รูปแบบจังหวะ (rhythmic patterns) วรรคตอน (phrasing) ความดังเบา (dynamic) ความสั้น (staccato) และ ความต่อเนื่อง (legato) (ธวัชชัย นาควงษ์, 2542; Shamrock, 1997)

2. การเคลื่อนไหว (movement)

การเคลื่อนไหวเป็นธรรมชาติอีกอย่างหนึ่งของผู้เรียนที่ใช้ในชีวิตประจำวัน การเคลื่อนไหวในแบบของออร์ฟเริ่มจากการเคลื่อนไหวเบื้องต้น (elemental movements) เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การคลาน การผลัก และการดึง ในแผนการสอนครูจะสนับสนุนให้ผู้เรียนทำการเคลื่อนไหวดังกล่าวนี้ โดยจัดให้สัมพันธ์กับดนตรี และใช้การเคลื่อนไหวสอนความรู้ทางดนตรี (ธวัชชัย นาควงษ์, 2542; Shamrock, 1997)

3. การร้องเพลง (singing)

การร้องเพลงก็เป็นธรรมชาติอีกอย่างหนึ่งที่เสมือนเป็นเครื่องดนตรีที่ติดตัวอยู่กับผู้เรียน คำพูด บทร้องเล่น และเพลง เป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด การร้องเพลงจะมาทีหลังการพูด การร้องเพลงครั้งแรก ๆ ในการสอนแบบออร์ฟจะเริ่มมาจากการพูด แล้วจึงเปลี่ยนระดับเสียงโดยร้องต่ำลงเป็นคู่ 3 ไมเนอร์ (minor 3rd) “ซอล – มี” ซึ่งเป็นทำนองที่ร้องง่าย หลังจากนั้นจึงร้องเพลงโดยใช้บันไดเสียง 5 เสียง แบบเพนทาโทนิกสเกล (pentatonic scale) “โด เร มี ซอล ลา” และพัฒนาอย่างเป็นลำดับจนไปสู่บันไดเสียงต่าง ๆ (ธวัชชัย นาควงษ์, 2542; Shamrock, 1997)

4. การเล่นเครื่องดนตรี (playing instrument)

เครื่องดนตรีที่ใช้ในการเรียนการสอนตามแนวคิดออร์ฟจะเป็นเครื่องดนตรีที่อยู่ใกล้ตัว หรือเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นได้ง่าย ไม่จำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนมากนัก ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1 การใช้ร่างกายทำจังหวะ (body percussion)

การใช้ร่างกายทำจังหวะก็นับได้ว่าเป็นเครื่องดนตรีที่มีอยู่ในตัวผู้เรียนเช่นกัน ซึ่งเป็นการใช้ส่วนของร่างกายดีดหรือกระทบให้เกิดเสียง ได้แก่ การตบมือ (clapping) การดีดนิ้ว (snapping) การตบตักหรือตบขา (patting) และการกระทืบเท้า (stamping) เสียงที่เกิดขึ้นแต่ละชนิดจะมีคุณลักษณะและระดับเสียงที่แตกต่างกัน เสียงดีดนิ้วมีเสียงสูง ส่วนเสียงตบมือ เสียงตบขา และเสียงกระทืบเท้ามีเสียงต่ำลงมาตามลำดับ การทำเสียงจากร่างกายสามารถนำมาใช้ในการเรียนการสอนดนตรีได้อย่างมากมาย เช่น การทำจังหวะในรูปแบบต่าง ๆ การเล่นคลอ (accompaniment) กับการพูดหรือร้องเพลง และการเล่นเป็นบทเพลงที่มีเฉพาะการใช้ร่างกายทำจังหวะหรือผสมกับเครื่องดนตรีอื่น ๆ นอกจากนี้ การใช้ร่างกายทำจังหวะยังเป็นการเตรียมความพร้อมไปสู่การเล่นเครื่องประกอบจังหวะอื่น ๆ และระนาดออร์ฟด้วย (Goodkin, 2002)

ตัวอย่างที่ 1 การใช้ร่างกายทำจังหวะคลอทำนองเพลงลอยกระทง

4.2 เครื่องประกอบจังหวะที่ไม่กำหนดระดับเสียง (unpitched percussion)

เครื่องประกอบจังหวะที่ไม่มีระดับเสียงที่แน่นอนเป็นเครื่องดนตรีอีกประเภทหนึ่งที่สามารถเล่นได้ง่าย เช่น กลอง (drum) ฉาบนิ้ว (finger cymbals) ฉาบเหยียบ (hi - hat) แทมบูรีน (tambourine) มาราคัส (maracas) ไม้เคาะ (claves) กรับสเปน (castanets) ฯลฯ เครื่องดนตรีเหล่านี้สามารถเชื่อมโยงการเล่นมาจากการใช้ร่างกายทำจังหวะ เช่น การดีดนิ้วเชื่อมโยงไปสู่การเล่นฉาบนิ้ว การตบมือเชื่อมโยงไปสู่การเล่นไม้เคาะ การตบขาเชื่อมโยงไปสู่การตีกลอง และการกระทืบเท้าเชื่อมโยงไปสู่การเล่นฉาบเหยียบ และการเล่นเครื่องดนตรีเหล่านี้ สามารถสร้างสรรค์ได้อย่างอิสระ ซึ่งอาจเล่นตามจังหวะคำพูด หรือสร้างสรรค์จังหวะขึ้นใหม่ตามจินตนาการ ผู้เรียนสามารถสำรวจและทดลองเพื่อหาเสียงต่าง ๆ ได้อย่างหลากหลายจากเครื่องดนตรีชิ้นใดชิ้นหนึ่ง และอีกสิ่งหนึ่งที่เป็นข้อดีของเครื่องดนตรีเหล่านี้ซึ่งมักมีขนาดเล็กคือ สามารถเล่นไปพร้อมกับการเคลื่อนไหวหรือเต้นได้ด้วย อีกทั้งเมื่อนำเครื่องประกอบจังหวะมาใช้ในการบรรเลงรวมวงจะช่วยสร้างสีสันให้กับเพลงได้อย่างดี การใช้เครื่องประกอบจังหวะในการเรียนการสอน นอกจากเครื่องประกอบจังหวะชนิดที่เป็นสากลแล้ว เครื่องประกอบจังหวะของชาติต่าง ๆ ก็สามารถนำมาใช้ในการเรียนการสอนออร์ฟได้ เช่น กลองไทโกะของญี่ปุ่น ฆ้องของไทย เทมเพิลบล็อกของเวียดนาม รวมทั้งเครื่องดนตรีที่ผู้เรียนผลิตเองจากวัสดุเหลือใช้ หรือวัสดุที่หาได้ตามธรรมชาติ ซึ่งจะเป็นผลพลอยได้ในเรื่องของการเรียนรู้การกำเนิดเสียงของวัสดุต่าง ๆ และเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายในการจัดหาเครื่องดนตรีได้อีกด้วย (Goodkin, 2002)

ภาพที่ 9 แทมบูรีนที่ประดิษฐ์เองจากฟิวเจอร์บอร์ดและฝาขวดน้ำอัดลม

ที่มา: วิทยา ไล้ทอง

ภาพที่ 10 มาราคัสที่ประดิษฐ์เองจากกะลามะพร้าวใส่เม็ดกรวดข้างใน

ที่มา: วิทยา ไล้ทอง

4.3 เครื่องดนตรีออร์ฟ (Orff instrument)

ออร์ฟได้สร้างเครื่องดนตรีขึ้นเพื่อใช้ในการเรียนการสอนตามแนวคิดของเขา ตั้งแต่ครั้งยังสอนที่กุนเธอร์ชูลเลอ โดยสร้างเป็นระนาดแบบต่าง ๆ ซึ่งมีต้นแบบมาจากระนาดของแอฟริกา และระนาดของอินโดนีเซีย เขาได้พัฒนาเป็นระนาดไม้ เรียกว่า ไซโลโฟน (xylophone) และระนาดที่เป็นโลหะ เรียกว่า เมทัลโลโฟน (Metallophone) นอกจากนี้ยังมีระนาดอีกชนิดหนึ่งซึ่งมีขนาดเล็กจิ๋ว ลูกระนาดทำด้วยโลหะ มีเสียงที่สูงมาก เรียกว่า กล็อกเคนสปีล (glockenspiel) โดยพัฒนาขึ้นมาจากกล็อกเคนสปีลที่มีอยู่เดิมแล้ว เครื่องดนตรีเหล่านี้มีหลายขนาดเพื่อให้เกิดช่วงเสียงที่แตกต่างกัน ไซโลโฟนแบ่งออกเป็น 3 ขนาด คือ โซปราโนไซโลโฟน (soprano xylophone) อัลโตไซโลโฟน (alto xylophone) และเบสไซโลโฟน (bass xylophone) เมทัลโลโฟนก็แบ่งออกเป็น 3 ขนาดเช่นกัน คือ โซปราโนเมทัลโลโฟน (soprano metallophone) อัลโตเมทัลโลโฟน (alto metallophone) และเบสเมทัลโลโฟน (bass metallophone) ส่วนกล็อกเคนสปีล แบ่งออกเป็น 2 ขนาด คือ โซปราโนกล็อกเคนสปีล (soprano glockenspiel) และอัลโตกล็อกเคนสปีล (alto glockenspiel) ซึ่งการที่มีเครื่องดนตรีหลายลักษณะและหลายช่วงเสียงจะช่วยทำให้เสียงที่บรรเลงออกมามีสีสันต่าง ๆ และมีความไพเราะน่าฟัง (Goodkin, 2002)

ภาพที่ 11 โซปราโนไซโลโฟน อัลโตไซโลโฟน และเบสไซโลโฟน (ตามลำดับจากซ้ายไปขวา)

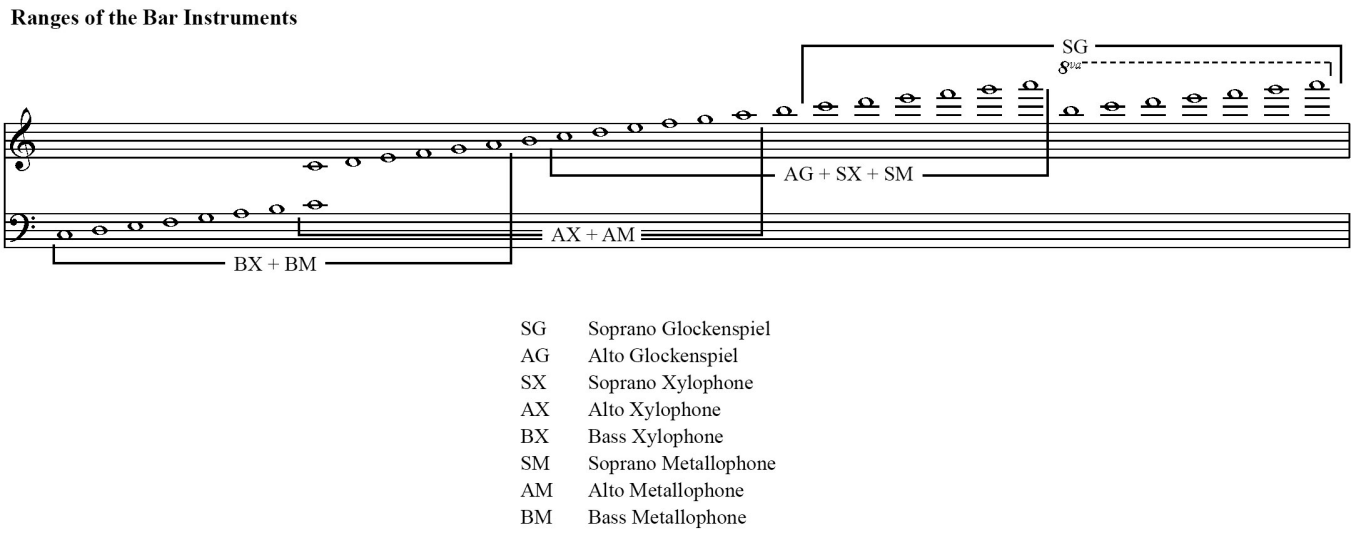
ที่มา: วิทยา ไล้ทอง

ภาพที่ 12 โซปราโนเมทัลโลโฟน อัลโตเมทัลโลโฟน และเบสเมทัลโลโฟน (ตามลำดับจากซ้ายไปขวา)

ที่มา: วิทยา ไล้ทอง

ภาพที่ 13 โซปราโนกล็อกเคนสปีล และอัลโตกล็อกเคนสปีล (ตามลำดับจากซ้ายไปขวา)

ที่มา: วิทยา ไล้ทอง



แผนภูมิที่ 1 แผนภูมิแสดงช่วงเสียงของเครื่องดนตรีออร์ฟ

ที่มา: Goodkin, D.

จุดเด่นที่สำคัญของเครื่องดนตรีออร์ฟคือ สามารถถอดลูกระนาดออกได้ เพื่อให้ง่ายต่อผู้เรียนในการบรรเลง เพราะในบางเพลงอาจต้องการเสียงของระนาดเพียง 2 - 3 ลูกเท่านั้น ถ้าถอดลูกระนาดที่ไม่ใช้ออกให้หมด เหลือไว้เพียงลูกระนาดที่ต้องการ ผู้เรียนจะสามารถเล่นได้อย่างสะดวกง่ายดาย การตีผิดพลาดจะมีโอกาสน้อยลงอย่างมาก (ธวัชชัย นาควงษ์, 2542)

ภาพที่ 14 เครื่องดนตรีออร์ฟที่ถอดลูกระนาดบางลูกออก

ที่มา: วิทยา ไล้ทอง

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟเป็นการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง วิธีการสอนจึงไม่มีรูปแบบที่ตายตัว ผู้สอนสามารถใช้วิธีการสอนที่ยืดหยุ่น เหมาะสมกับผู้เรียน สภาพแวดล้อม รวมถึงความสามารถทางทักษะดนตรีและความคิดสร้างสรรค์ของครูด้วย (Perkio, 2017) การสอนจะเน้นที่กระบวนการ โดยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ เช่น เกม การเคลื่อนไหว การเต้นรำพื้นเมือง และการเล่นดนตรี ซึ่งในกิจกรรมเหล่านี้ จะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติผ่านสื่อต่าง ๆ ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

Shamrock (1997) ได้กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้ในการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ ประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ การสำรวจ (exploration) การเลียนแบบ (imitation) การด้นหรือการสร้างสรรค์แบบฉับพลัน (improvisation) และการสร้างสรรค์ผลงาน (creation)

1. การสำรวจ (exploration)

การเรียนรู้ด้วยการสำรวจ ทดลอง เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนค้นพบคำตอบด้วยตัวเอง เช่น สำรวจหาเสียงจากเครื่องดนตรีด้วยวิธีการเล่นแบบต่าง ๆ สำรวจการเคลื่อนไหวด้วยวิธีการต่าง ๆ โดยมีครูเป็นผู้กำหนดโจทย์ ซึ่งบางทีอาจกำหนดขึ้นแบบรวดเร็วแล้วให้ผู้เรียนปฏิบัติทันทีทันใด

2. การเลียนแบบ (imitation)

การเลียนแบบด้วยการร้องเพลง การเล่นดนตรี หรือการเคลื่อนไหว เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการฟังและการมอง การเลียนแบบคือการท่องจำ ซึ่งวิธีการถ่ายทอดทางดนตรีในโลกนี้ก็มักใช้การท่องจำ และตามแนวคิดของออร์ฟก็ใช้การสอนด้วยวิธีท่องจำอยู่บ่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นการร้องเพลง การเคลื่อนไหว การทำจังหวะจากร่างกาย และการเล่นเครื่องดนตรี

3. การด้นหรือการสร้างสรรค์แบบฉับพลัน (improvisation)

รูปแบบนี้ผู้เรียนจะได้รับการกระตุ้นให้คิดริเริ่มด้วยตัวเองแบบฉับพลันหรือการด้น โดยปฏิบัติผ่านกิจกรรมและสื่อต่าง ๆ เช่น ให้เคลื่อนไหวแบบกระตุกสลับกับแบบนุ่มนวล หรือการเล่นทำนองเพลงในแบบของตัวเองขึ้นมาทันที ซึ่งอาจจะเป็นเพียงช่วงสั้น ๆ ก็ได้ และการให้ผู้เรียนเล่นรวมกันเป็นกลุ่มก็จะยิ่งช่วยทำให้เกิดความท้าทาย และเกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในกลุ่มด้วย

4. การสร้างสรรค์ผลงาน (creation)

เมื่อผู้เรียนมีประสบการณ์จากการสำรวจ ทดลอง เลียนแบบ และด้น จะทำให้ผู้เรียนมีทักษะและความเชื่อมั่นตัวเองมากขึ้น จึงมีความพร้อมที่จะได้รับการกระตุ้นให้สร้างสรรค์ผลงานแบบเป็นชิ้นเป็นอัน ด้วยการใช้สื่อต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการพูด การเคลื่อนไหว การร้องเพลง หรือการเล่นดนตรี

กิจกรรมในกระบวนการเรียนรู้ทั้ง 4 แบบ อาจจะเริ่มที่รูปแบบใดก่อนก็ได้ ไม่จำเป็นต้องเรียงตามลำดับทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและเป้าหมายของแผนการสอน แต่ถ้ามีการเริ่มเรียนในเรื่องใหม่ ๆ ก็มักจะเริ่มด้วยการสำรวจและการเลียนแบบก่อน

กิจกรรมการเรียนการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ เป็นกระบวนการที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยความสนุกเพลิดเพลิน ผ่านกระบวนการปฏิบัติจริงทั้งแบบเดี่ยวและเป็นกลุ่ม นอกจากผู้เรียนจะได้รับความรู้ทางด้านดนตรีแล้ว ยังได้รับการพัฒนาในด้านอื่น ๆ ด้วย ได้แก่ การทำงานเป็นหมู่คณะ ความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าในการแสดงออก ความเชื่อมั่นและการเห็นคุณค่าในตัวเอง (Chosky, Abramson, Gillespie, Woods, & Frank, 2001)

วรรณคดีออร์ฟ

ออร์ฟและคีตมานได้ร่วมกันเขียนบทเพลงรวมเป็นเล่มชื่อ “Music for Children” มีทั้งหมด 5 เล่ม ซึ่งนับเป็นวรรณคดีที่สำคัญเพื่อใช้ประกอบการสอนและการบรรเลง หนังสือชุดนี้ไม่ใช่แบบเรียน การใช้สามารถเลือกใช้ได้ตามความต้องการ และสามารถประยุกต์ให้เหมาะสมกับบริบทของผู้เรียน ซึ่งออร์ฟสนับสนุนให้แต่ละประเทศใช้เพลงประจำชาติมาเป็นบทเพลงในการสอนตามแนวคิดออร์ฟ (ธวัชชัย นาควงษ์, 2542; Goodkin, 2002)

หนังสือของออร์ฟเริ่มต้นด้วยการใช้จังหวะจากคำพูดมาพัฒนาเป็นรูปแบบจังหวะ และพัฒนาไปสู่ทำนอง โดยเริ่มใช้เพียง 2 เสียง คือ ซอล – มี แล้วเพิ่ม เสียงลา เข้าไป รวมเป็น 3 เสียง ต่อจากนั้นเพิ่มเสียง เร และโด เพื่อให้เป็นบันไดเสียงเพนทาโทนิก (pentatonic scale) แล้วจึงเพิ่มโน้ตเสียง ฟา และที จนทำให้ทำนองเพลงเป็นบันไดเสียงที่มี 7 เสียง ส่วนการคลอทำนองเพลง (accompaniment) ออร์ฟใช้รูปแบบออสตินาโต (ostinato) ซึ่งเป็นรูปแบบการซ้ำทวนของจังหวะหรือทำนองสั้น ๆ ที่เล่นไปตลอดทั้งเพลง รูปแบบออสตินาโตอาจเล่นด้วยการทำจังหวะจากร่างกาย เล่นเครื่องประกอบจังหวะ เครื่องดนตรีออร์ฟ หรือเครื่องดนตรีชนิดอื่น ๆ และยังมีอีกรูปแบบหนึ่งของออสตินาโตที่เรียกว่า โดรน (drone) หรือ บอร์ดูน (bordun) ซึ่งนำมาใช้คลอทำนองเพลง โดยจะกล่าวถึงรายละเอียดของโดรนในตอนต่อไป การใช้โดรนจะพบในหนังสือเล่มแรก ๆ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเล่นได้ง่าย หลังจากนั้นจึงใช้รูปแบบของตรัยแอด (triad) หรือคอร์ด (chord) มาคลอทำนองแทน (Shamrock, 1997)

หนังสือของออร์ฟในแต่ละเล่มมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกันดังนี้ เล่มที่ 1 ทำนองเพลงจะอยู่ในบันไดเสียงแบบเพนทาโทนิก ใช้การคลอทำนองด้วยโดรนและการทำจังหวะแบบออสตินาโต เล่มที่ 2 ทำนองเพลงมีการเพิ่มโน้ตตัวที่ 4 และ 7 ของบันไดเสียงเข้ามา จึงมีลักษณะเป็นบันไดเสียงแบบเมเจอร์ (major) การคลอทำนองเพลงในต้น ๆ เล่ม ใช้ลักษณะโดรนเบส (drone bass) ตอนท้ายเล่มมีการใช้การคลอทำนองโดยใช้ตรัยแอด ในรูปแบบ I-ii และ I-vi เล่มที่ 3 ทำนองเพลงใช้บันไดเสียงแบบเมเจอร์ และคลอทำนองเพลงด้วยตรัยแอดในรูปแบบ I-V และ I-IV-V เล่มที่ 4 ทำนองเพลงใช้บันไดเสียงไมเนอร์ แบบเอโอเลียนโหมด (aeolian mode) ดอเรียนโหมด (dorian mode) และฟรีเจียนโหมด (phrygian mode) การคลอทำนองเพลงในต้น ๆ เล่ม ใช้ลักษณะโดรนเบส (drone bass) ตอนท้ายเล่มมีการใช้การคลอทำนองเพลงโดยใช้ตรัยแอด ในรูปแบบ i-VII และ i-III เล่มที่ 5 ทำนองเพลงใช้บันไดเสียงไมเนอร์ คลอทำนองเพลงด้วยตรัยแอด ในรูปแบบ i-iv-v

การคลอทำนองเพลงด้วยโดรน

โดรนที่กล่าวถึงนี้ ไม่ได้หมายถึงอากาศยานไร้คนขับที่ใช้การบังคับด้วยวิทยุ โดรนในการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟคือ การคลอทำนองเพลง (accompaniment) ที่ประกอบด้วยเสียง 2 เสียง คือ โทนิก (tonic) และโดมิแนนท์ (dominant) ซึ่งมีระยะขั้นคู่เสียงเป็นคู่ 5 เพอร์เฟกต์ (perfect 5th) โดยโดมิแนนท์จะอยู่เหนือโทนิก และปกติโทนิกจะอยู่บนจังหวะหนักหรือจังหวะที่ 1 ของแต่ละห้องเพลง และมีลักษณะเป็นออสตินาโต (ostinato) โดรนสามารถใช้คลอทำนองเพลงได้ทุกบันไดเสียง ซึ่งเสียงของโดรนจะช่วยสร้างความรู้สึกถึงกุญแจเสียง (key) ของทำนองเพลงนั้นให้คงอยู่ตลอดทั้งเพลง (Goodkin, 2002; Perkio, 2017; Warner; 1991)

ตัวอย่างที่ 2 การใช้โดรนคลอทำนองเพลงแบบเพนทาโทนิก (วิทยา ไล้ทอง, 2561)

จากตัวอย่างเพลงช้างซึ่งมีทำนองมาจากเพลงพม่าเขว เป็นทำนองเพลงที่ใช้บันไดเสียงโดเพนทาโทนิก (do pentatonic) ซึ่งประกอบด้วย 5 เสียง ได้แก่ โด เร มี ซอล ลา โดยมีโน้ตเสียงโดเป็นโทนิก ดังนั้นโดรนก็คือโน้ตเสียงโดและซอล โดยเล่นพร้อมกันที่จังหวะหนักของแต่ละห้องไปตลอดทั้งเพลง

ตัวอย่างที่ 3 การใช้โดรนคลอทำนองเพลงแบบดอเรียน (วิทยา ไล้ทอง, 2561)

จากตัวอย่างเพลงคางคกปากสระเป็นทำนองเพลงที่ใช้บันไดเสียงดอเรียนโหมด (dorian mode) ซึ่งประกอบไปด้วย 7 เสียง ได้แก่ เร มี ฟา ซอล ลา ที โด โดยมีโน้ตเสียง เร เป็นโทนิก ดังนั้นโดรนก็คือเสียง เรและลา โดยเล่นพร้อมกันที่จังหวะหนักของแต่ละห้องไปตลอดทั้งเพลง

การใช้โดรนสามารถสร้างเป็นรูปแบบต่าง ๆ เช่น คอร์ดัลโดรน (chordal drone) โบรกเคนโดรน (broken drone) ครอสโอเวอร์โดรน (crossover drone) และเลเวลโดรน (level drone) ซึ่งแต่ละแบบก็ยังสามารถสร้างเป็นรูปแบบจังหวะ (rhythmic pattern) ต่าง ๆ ได้อีก แต่ต้องคำนึงว่าโทนิกต้องอยู่บนจังหวะหนักของห้องเสมอ (Goodkin, 2002)

ตัวอย่างที่ 4 การใช้โดรนในรูปแบบต่าง ๆ คลอทำนองเพลง

ช้าง

ทำนอง เพลงไทยเดิม
คำร้อง คุณหญิงชิ้น ศิลปบรรเลง

เรียบเรียงโดย วิทยา ไล้ทอง

จากตัวอย่างเพลงช้างมีการคลอทำนองเพลงทั้งหมด 4 แนว แต่ละแนวมีลักษณะต่างกัน และเล่นด้วยเครื่องดนตรีออร์ฟชนิดต่าง ๆ การเล่นแนวคลอทำนองสามารถเล่นเพียงแนวเดียวหรือหลายแนวพร้อมกัน ในการใช้เครื่องดนตรีอาจประยุกต์ใช้เครื่องดนตรีชนิดอื่นมาเล่นแทนก็ได้ เช่น อังกะลุง ระนาดของไทย หรือกีตาร์

สรุป

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟเป็นการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ ด้วยการพูด ร้องเพลง เคลื่อนไหวร่างกาย และเล่นเครื่องดนตรี เรียนรู้โดยผ่านกระบวนการสำรวจ การเลียนแบบ การด้นหรือสร้างสรรค์แบบฉับพลันและการสร้างสรรค์ผลงาน การเรียนการสอนไม่มีวิธีการที่ตายตัว ครูสามารถกำหนดกิจกรรมได้ตามความเหมาะสม เพียงแต่ต้องทำให้กิจกรรมนั้น ๆ สามารถพาผู้เรียนผ่านกระบวนการในการเรียนรู้ตามแนวคิดออร์ฟ การเรียนรู้จะเกิดขึ้นจากประสบการณ์ตรงที่ผู้เรียนได้รับ ครูเป็นผู้สนับสนุนและเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยความรู้สึกที่ผ่อนคลาย ไม่กดดัน และไม่บังคับ เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน และมีความอิสระทางความคิด ผู้เรียนสามารถเล่นดนตรีด้วยความเข้าใจในความเป็นศิลปะ สามารถสื่อความรู้สึกที่ออกมาจากจิตใจ มีความประณีต และมีความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนี้ กิจกรรมการเรียนการสอนในแบบออร์ฟยังช่วยส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนในด้านสังคม อารมณ์ สติปัญญา รวมทั้งสร้างความสุขและความภาคภูมิใจในตัวเองของผู้เรียน ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญของการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ

รายการอ้างอิง

ธวัชชัย นาควงษ์. (2542). *การสอนดนตรีสำหรับเด็กตามแนวคิดของคาร์ล ออร์ฟ (Orff-Schulwerk).* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

วิทยา ไล้ทอง. (2561). *การคลอทำนองเพลงด้วยโดรนตามแนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ. วารสารครุศาสตร์,* 46(4), 355-367.

Choksy, L., Abramson, R., Gillespie, A., Woods, D., and Frank, Y. (2001). *Teaching Music in the Twenty-First Century.* New Jersey: Prentice-Hall.

Goodkin, D. (2002). *Play, Sing, and Dance: An Introduction to Orff Schulwerk.* Miami: Schott.

Haselbach, B. (Ed.). (2011). *Basic Text on the Orff-Schulwerk: Report from the Years 1932 - 2010.* Mainz: Schott.

Lopez-Ibor, S. (2011). *Teaching the Whole Child Through music: Visual Arts.* USA: Pentatonic Press.

Perkio, S. (Ed.). (2017). *Guidelines for Music and Movement Education: Orff Schulwerk Courses I, II, III and Final Seminar.* Jarvenpaa: Jarvenpaan kirje-Ja Oy.

Shamrock, M. (1997). *Orff Schulwerk: Brief History, Description and Issues in International Dispersal.* California: Great Impressions.

Warner, B. (1991). *Orff-Schulwerk: Applications for the Classroom.* New Jersey: Prentice-Hall.

พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ

รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์

ดนตรีศึกษา

ดนตรีศึกษา (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2561) เป็นวิชาการที่กว้างไกล ลึกซึ้ง เนื่องจากดนตรีเป็นศาสตร์ที่อยู่คู่กับมนุษย์มานานแล้ว ในสมัยกรีกโบราณซึ่งเป็นชาติที่มีอารยธรรมสูงส่ง ได้จัดให้ดนตรีเป็นวิชาบังคับสำหรับทุกคนที่เรียนหนังสือ ด้วยการพัฒนาเรื่องการถ่ายทอดดนตรีมีมานานนับพันปีเช่นนี้ ดนตรีศึกษาจึงมีความกว้างไกลและลึกซึ้ง ดังนั้นในการศึกษาเรียนรู้เรื่องราวทางดนตรีศึกษาในเบื้องต้น จึงมีหลายสิ่งหลายอย่างที่ควรศึกษาทำความเข้าใจ เพื่อเป็นรากฐานทางความคิดในการศึกษาขั้นสูงต่อไป

สาระสำคัญของดนตรีศึกษา เป็นเรื่องราวที่กล่าวถึงความหมาย หลักการและแนวคิดสำคัญทางดนตรีศึกษา ซึ่งเป็นโครงสร้างของดนตรีศึกษา การศึกษาให้เข้าใจถึงสาระสำคัญของดนตรีศึกษาเป็นรากฐานในการเลือกศึกษาเรื่องราวต่าง ๆ ของดนตรีศึกษาต่อไป *ประวัติดนตรีศึกษาทั้งของประเทศไทยและในทวีปยุโรป* เป็นเรื่องราวที่สำคัญเพื่อการปูพื้นฐานในเรื่องการพัฒนาการของดนตรีศึกษา ซึ่งมีประโยชน์ในการใช้เป็นรากฐานในการพัฒนาดนตรีศึกษาต่อไปในอนาคตอย่างมีวิสัยทัศน์

พื้นฐานดนตรีศึกษาด้านปรัชญา ดนตรี จิตวิทยา สังคมวิทยา สุนทรียศาสตร์และเทคโนโลยี เป็นความสำคัญที่ช่วยวางรากฐานทางความคิดให้กับผู้ศึกษาดนตรีศึกษาได้เข้าใจและใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาสาระความรู้ของตนเอง และการทำความเข้าใจกับเรื่องราวทางดนตรีศึกษาในเชิงวิเคราะห์ วิจารณ์ และสังเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับบริบทในแต่ละสังคม

อีกเรื่องหนึ่งที่เป็นพื้นฐานสำคัญในการศึกษาสาระทางดนตรีศึกษา คือ เรื่องของ *สุนทรียรสทางดนตรีและสังคีตนิยม* เป็นสาระที่ว่าด้วยความงดงามทางศิลปะ สำหรับดนตรี ความงดงาม คือ เสียงดนตรีที่ไพเราะ ซึ่งการศึกษาเกี่ยวทฤษฎีทางสุนทรียศาสตร์ทำให้การถ่ายทอดสาระดนตรีมีคุณค่า ทำให้ผู้เรียนเกิดความซาบซึ้งในดนตรี ผู้สอนดนตรีจึงควรมีความรู้เชิงประยุกต์ในเรื่องสุนทรียศาสตร์ด้วย

ในเรื่องของดนตรีศึกษา เป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับการศึกษาโดยตรง เมื่อกล่าวถึงการศึกษา ผู้ที่เกี่ยวข้องกับดนตรีศึกษา ควรมีความรู้เรื่องทฤษฎีการศึกษาด้วย เพื่อเป็นรากฐานในการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษา ทฤษฎีการศึกษาที่ ดร.สไตเนอร์ (Steiner, 1988) กล่าวไว้ เป็นสาระที่น่าสนใจ

ศาสตราจารย์ ดร.อลิซาเบ็ธ สไตเนอร์ (Professor Dr. Elizabeth Steiner, 1988) ผู้ซึ่งมีความเชี่ยวชาญทางปรัชญาเป็นอาจารย์ของผู้เขียน ขณะศึกษา ณ มหาวิทยาลัยอินเดียนา ดร.สไตเนอร์ เป็นนักทฤษฎี ที่พยายามมองสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ โดยมีผลงานการเขียนที่น่าสนใจ คือ หนังสือชื่อ Methodology of Theory Building ในหนังสือเล่มนี้ ดร.สไตเนอร์ นำเสนอกระบวนการสร้างทฤษฎีไว้อย่างละเอียด โดยใช้ *ทฤษฎีทางการศึกษา* เป็นตัวอย่างในการสร้างทฤษฎี ซึ่งผู้เขียนได้เรียนรู้และคิดว่าเป็นประโยชน์ในการใช้เป็นกรอบเพื่อทำความเข้าใจและศึกษาเรื่องการศึกษา จึงขอนำเสนอทฤษฎีของ ดร.สไตเนอร์ โดยผู้เขียนเป็นผู้แปลข้อความภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย ซึ่งผู้เขียนมีโอกาสในการตรวจสอบเรื่องความหมายต่าง ๆ กับ ดร.สไตเนอร์ โดยตรง จึงกล่าวได้ว่าทฤษฎีทางการศึกษาที่ผู้เขียนนำเสนอเป็นภาษาไทย มีความถูกต้องตามความหมายที่ ดร.สไตเนอร์ เขียนไว้เป็นภาษาอังกฤษ

ทฤษฎีทางการศึกษา ของ ดร.สไตเนอร์ ที่นำเสนอนี้ ประสงค์ให้ผู้อ่านอ่านสาระแต่ละเรื่องแล้ว วิเคราะห์โดยใช้ทฤษฎีดังกล่าว เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเชื่อมโยง หรือสามารถนำสาระต่าง ๆ มาประกอบกันในกรอบของทฤษฎีทางการศึกษาของ ดร.สไตเนอร์ ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจที่ถ่องแท้ทางดนตรีศึกษา และเป็นประโยชน์ดังกล่าวแล้ว โดยผู้เขียนได้ใช้ทฤษฎีทางการศึกษา ของ ดร.สไตเนอร์ ในการเขียนแผนภูมิในสาระต่าง ๆ ในตอนท้ายของแต่ละบท เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้อ่านวิเคราะห์ตามไปด้วย ซึ่งการนำเสนอของผู้เขียนอาจจะไม่สมบูรณ์เท่ากับการวิเคราะห์ของผู้อ่านก็เป็นได้ เนื่องจากการตีความของสาระนั้น ๆ และทฤษฎีทางการศึกษาที่กว้างไกลสภาพเช่นนี้เป็นสิ่งที่ดี เนื่องจากทำให้ผู้อ่านเกิดความแตกฉานในเรื่องดนตรีศึกษา

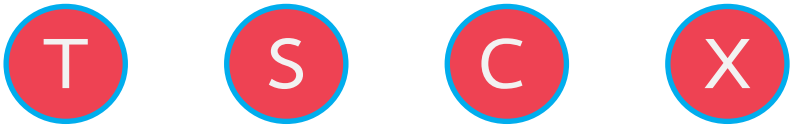
ต่อไปนี้เป็นทฤษฎีทางการศึกษา ของ ดร.สไตเนอร์ การนำเสนอทฤษฎีของ ดร.สไตเนอร์ (Steiner, 1988: 39-40) เป็นรูปแบบของการบรรยาย (description) ที่เน้นการให้ความหมาย (definiens) ของคำสำคัญหรือแนวคิด (definiedum) ซึ่งความหมายที่กล่าวแล้ว มีการขยายความหมายต่อไปเป็นลำดับ เพื่อให้เห็นความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ เป็นลำดับชั้นต่อเนื่องกันไปจนเกิดความสมบูรณ์ เป็นลักษณะของลูกโซ่ความหมาย (definitional chain) ทำให้ความหมายของคำสำคัญ กลายเป็นคำสำคัญต่อมาเป็นลำดับ จนถึงความหมายที่ไม่จำเป็นต้องแสดงความสัมพันธ์ หรือให้ความหมายต่อไป (undifined) รูปแบบการนำเสนอทฤษฎี แสดงเป็นความสัมพันธ์ได้ดังนี้

Definiedum =df definiens

นอกจากนี้ ดร.สไตเนอร์ ยังได้ใช้ระบบหัวข้อใหญ่และหัวข้อย่อยที่เป็นตัวเลขและจุดเพื่อแสดงลำดับความสัมพันธ์ด้วย เพื่อให้เห็นลำดับความสัมพันธ์เป็นลำดับชั้นที่ชัดเจน

สไตเนอร์ (Steiner, 1988: 65) ให้ความหมายของการศึกษาไว้สั้น ๆ ว่า เป็นการเรียนรู้จากการแนะนำด้วยความจงใจ (Education is intended guided learning) โดยนำเสนอทฤษฎีการศึกษาตามรูปแบบการบรรยายดังกล่าวไว้ดังนี้ (Steiner, 1988: 41-43)

1. การศึกษา (E) =df ระบบที่ประกอบไปด้วยระบบย่อยของ ครู (T) ผู้เรียน (S) สาระ (C) และการเรียนการสอน (X)



แผนภูมิที่ 2 แสดงระบบย่อยของการศึกษา

1.1 ระบบ =df ความสัมพันธ์ของส่วนประกอบซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กัน
1.2 ระบบย่อย =df ระบบที่อยู่ในระบบ
1.3 ครู =df ผู้แสดงบทบาทซึ่งมุ่งหวังในการแนะนำการเรียนรู้ให้ผู้อื่น
1.4 ผู้เรียน =df ผู้แสดงบทบาทซึ่งมุ่งหวังให้ผู้อื่นแนะนำการเรียนรู้

1.4.1 การเรียนรู้ =df การพัฒนาทางจิตวิญญาณ

1.4.1.1 การพัฒนาทางจิตวิญญาณ =df การเกิดของโครงสร้างทางจิตใจ

1.5 สาระ =df โครงสร้างของการพัฒนาทางจิตวิญญาณ

1.5.1 โครงสร้างของการพัฒนาทางจิตวิญญาณ =df โครงสร้างที่ประกอบไปด้วย พุทธิปัญญา (CG) หรือจิตปัญญา (CN) หรือเจตปัญญา (AF)

แผนภูมิที่ 3 โครงสร้างทางจิตวิญญาณ

1.5.1.1 โครงสร้างพุทธิปัญญา =df รูปแบบทางความคิดซึ่งเป็นเชิงปริมาณ (QN) เชิงคุณภาพ (QL) หรือเชิงการกระทำ (PF)

แผนภูมิที่ 4 รูปแบบทางความคิดของพุทธิปัญญา

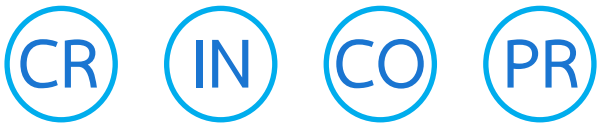
1.5.1.1.1 รูปแบบทางความคิดเชิงปริมาณ =df รูปลักษณ์ซึ่งเป็นเกณฑ์ (C) หรือทฤษฎี (T) หรือตัวอย่างของจริง (I)

แผนภูมิที่ 5 รูปแบบทางความคิดเชิงปริมาณของพุทธิปัญญา

1.5.1.1.2 รูปแบบทางความคิดเชิงคุณภาพ =df รูปลักษณ์ซึ่งเป็นความซาบซึ้ง (AP) หรือความรู้จริง (AC) หรือความจำได้ (RC)

แผนภูมิที่ 6 รูปแบบทางความคิดเชิงคุณภาพของพุทธิปัญญา

1.5.1.1.3 รูปแบบทางความคิดเชิงการกระทำ =df รูปแบบการกระทำแบบสร้างสรรค์ (CR) หรือแบบประดิษฐ์ (IN) หรือแบบปฏิบัติทั่วไป (CO) หรือแบบอัตลักษณ์ (PR)



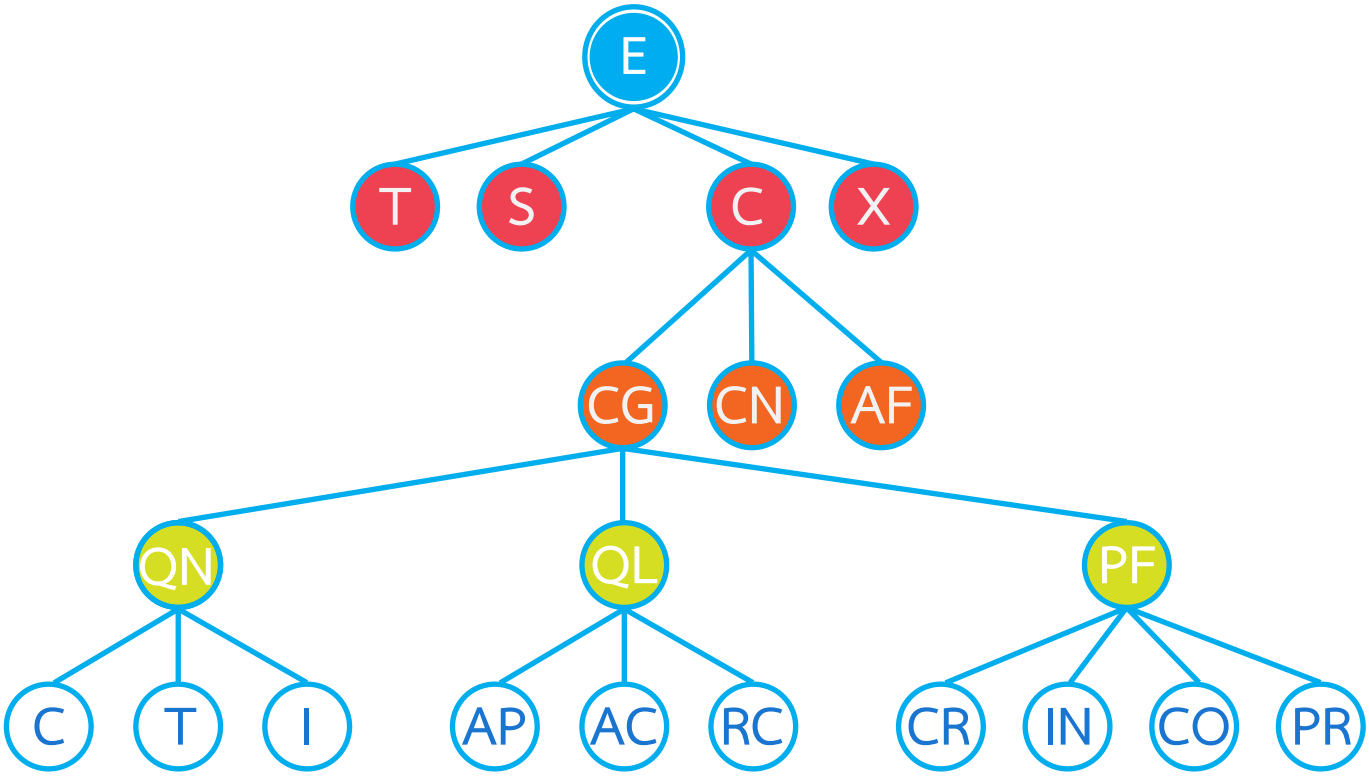
แผนภูมิที่ 7 รูปแบบทางความคิดเชิงการกระทำของพุทธิปัญญา

1.5.1.2 โครงสร้างของจิตปัญญา =df รูปแบบสำหรับความตั้งใจ

1.5.1.3 โครงสร้างของเจตปัญญา =df รูปแบบสำหรับความรู้สึก

1.6 การเรียนการสอน =df สถานการณ์ที่จัดไว้เพื่อการเรียนรู้

ความสัมพันธ์ของการศึกษาและองค์ประกอบย่อยทั้งหมดแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังต่อไปนี้



แผนภูมิที่ 8 ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบในระบบการศึกษา

สรุปได้ว่า ทฤษฎีการศึกษามีองค์ประกอบสำคัญ 4 ส่วน คือ 1) ครูหรือผู้สอน (teacher) 2) ผู้เรียนหรือนักเรียน (student) 3) สาระ (content) ได้แก่ ระบบการจัดสาระ หลักสูตร เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับดนตรีและดนตรีศึกษา และ 4) บริบทหรือสถานการณ์ของการเรียนรู้หรือการเรียนการสอน (context หรือ position for learning) ซึ่งหมายถึงองค์ประกอบต่าง ๆ ในเรื่องการเรียนรู้ หรือการเรียนการสอน ได้แก่ เทคนิควิธีสอน สถานที่ สื่อ วัสดุอุปกรณ์ เป็นต้น กระบวนการทางการศึกษาจะไม่สมบูรณ์ถ้าขาดองค์ประกอบหนึ่งองค์ประกอบใดใน 4 องค์ประกอบสำคัญ

ดร.สไตเนอร์ ให้ความสำคัญกับสาระมาก จึงมีการขยายความค่อนข้างละเอียด และเห็นได้ว่าการจัดแบ่งระบบสาระแตกต่างไปจาก บลูม (Bloom, 1956; Anderson and Krathwohl, 2001) กล่าวคือ ทฤษฎีของ ดร.สไตเนอร์ เน้นสาระที่สัมพันธ์กับจิตวิญญาณในทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องพุทธิปัญญา มีการแบ่งเป็นเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณและเชิงการกระทำ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความเกี่ยวเนื่องกับจิตใจและความคิดอย่างมาก ส่วนทักษะพิสัยของบลูม เน้นการกระทำหรือปฏิบัติ โดยไม่เน้นความเชื่อมโยงของการกระทำกับจิตใจมากเท่ากับของสไตเนอร์

เนื่องจากทฤษฎีการศึกษาของ ดร.สไตเนอร์ ให้นิยามการเรียนรู้ซึ่งเกี่ยวเนื่องกับการศึกษาว่าเป็นการพัฒนาจิตวิญญาณ ส่วนเรื่องสถานการณ์ที่จัดไว้เพื่อการเรียนรู้ หรือการเรียนการสอน ดร.สไตเนอร์ มิได้ขยายความ โดยในหลักของการสร้างทฤษฎี ดร.สไตเนอร์ กล่าวไว้ว่า แต่ละทฤษฎีสามารถขยายรายละเอียดต่อไปได้ตามบริบทสภาพ หรือเวลาที่เปลี่ยนไป โดยเชื่อมโยงกับองค์ประกอบหลัก ซึ่งสามารถครอบคลุมองค์ประกอบย่อยที่แตกออกไปได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

สาระดนตรี

สาระดนตรี เป็นคำเฉพาะที่ผู้เขียนกำหนดขึ้น เพื่อใช้ในการชี้แสดงองค์ความรู้ดนตรี ว่ามีการจัดแบ่งไว้อย่างเป็นระบบตามหลักวิชาการ ซึ่งองค์ความรู้ของวิชาการแต่ละสาขาย่อมมีอยู่เช่นเดียวกัน ในทางดนตรี สาระดนตรี คือ องค์ความรู้ทั้งหมดของวิชาการดนตรี ผู้ศึกษาดนตรี ควรได้เรียนรู้สาระดนตรีอย่างครบถ้วนตามความยากง่าย หรือความลึกซึ้งแตกต่างกันออกไปตามระดับการศึกษา ระดับการเรียนรู้ หรือระดับความสามารถ แล้วแต่กรณี (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2541) แต่ในที่นี้เป็นการนำเสนอสาระดนตรีในเชิงองค์ความรู้ทั้งหมด ซึ่งเป็นกรอบแนวคิดทางองค์ความรู้ดนตรีเพื่อแสดงให้ผู้สอนเห็นภาพรวมขององค์ความรู้ดนตรีได้อย่างครบถ้วน ซึ่งเป็นประโยชน์ในการจัดหลักสูตรดนตรีเพื่อมิให้องค์ความรู้ส่วนหนึ่งส่วนใดขาดหายไป

การนำเสนอสาระดนตรีต่อไปนี้ เป็นการพัฒนามาจากแนวคิดของ เบอร์เกตอนและบอร์ดแมน (Bergeton and Boardman, 1979) และสตาร์ค (Stark, 1976) เพื่อให้เห็นถึงสาระสำคัญขององค์ความรู้ทางดนตรี เบอร์เกตอนและบอร์ดแมน (1979) ได้กล่าวเรื่องสาระดนตรีไว้สรุปได้ว่า ส่วนสตาร์ค มุ่งไปที่องค์ประกอบดนตรี มิได้กล่าวถึงทักษะดนตรี โดยกล่าวว่า องค์ประกอบดนตรีแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนความเกี่ยวข้องพื้นฐานที่ทำให้ดนตรีเป็นดนตรี ได้แก่ เรื่องของจังหวะ ทำนอง เสียงประสาน รูปพรรณและรูปแบบ อีกส่วนหนึ่งเป็นองค์ประกอบดนตรีที่ทำให้เกิดความไพเราะ ได้แก่ เรื่องของความเร็วจังหวะ ความดังค่อย และสีสัน

ผู้เขียนได้พัฒนาแนวคิดของเบอร์เกตตอนและบอร์ดแมน และสตาร์คเป็นสาระดนตรีที่แตกต่างไปบ้าง เพื่อให้เห็นอย่างเด่นชัดถึงส่วนประกอบขององค์ความรู้ของสาระดนตรีและความสัมพันธ์ของส่วนประกอบต่าง ๆ โดยการนำเสนอในส่วนของทักษะดนตรี มีการนำเสนอใน เชิงกระบวนการด้วย เพื่อให้เห็นเด่นชัดถึงองค์ความรู้ดนตรีที่ส่วนหนึ่งเป็นเรื่องของกระบวนการในการศึกษา และอีกส่วนหนึ่งเป็นองค์ความรู้ในเชิงสาระความรู้ดนตรี

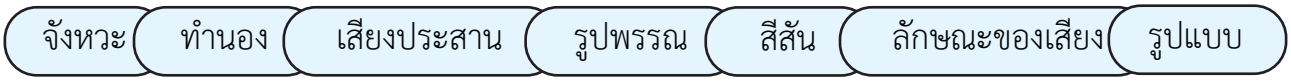
สาระสำคัญของสาระดนตรีประกอบไปด้วยสาระต่าง ๆ ต่อไปนี้

1. *สาระดนตรี* ประกอบด้วย เนื้อหาดนตรี และทักษะดนตรี

แผนภูมิที่ 9 ส่วนประกอบของสาระดนตรี

1.1 เนื้อหาดนตรี ประกอบด้วย *องค์ประกอบดนตรี และวรรณคดีดนตรี*

1.1.1 องค์ประกอบดนตรี ประกอบด้วย จังหวะ ทำนอง เสียงประสาน รูปพรรณ สีสัน ลักษณะของเสียง และ รูปแบบ



แผนภูมิที่ 10 ส่วนประกอบขององค์ประกอบดนตรี

1.1.1.1 จังหวะ ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของเวลา ซึ่งทำให้เกิดลักษณะจังหวะต่าง ๆ เช่น จังหวะตบ อัตราจังหวะ รูปแบบจังหวะ ความเร็วจังหวะ เป็นต้น

แผนภูมิที่ 11 ลักษณะของจังหวะ

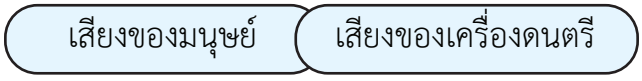
1.1.1.2 ทำนอง ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของระดับเสียง ซึ่งทำให้เกิด การจัดเรียงของเสียงตามแนวนอน เกิดเป็นรูปแบบในลักษณะต่าง ๆ ทั้งยาวและสั้น เช่น โมทีฟ หรือประโยค

1.1.1.3 เสียงประสาน ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของความสัมพันธ์ของระดับเสียงตามแนวตั้ง เกิดเป็นลักษณะต่าง ๆ ที่แตกต่างกันไป

1.1.1.4 รูปพรรณ ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของผลรวมของทำนอง และเสียงประสาน หรือความสัมพันธ์ของเสียงตามแนวตั้งและแนวนอน ทำให้เกิดเป็นรูปแบบลักษณะต่าง ๆ เช่น รูปพรรณแบบเอกศัพท์ แบบบูรณศัพท์ แบบพหุศัพท์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังรวมถึงเรื่องของเนื้อเสียง และระบบเสียงด้วย

แผนภูมิที่ 12 ส่วนประกอบของรูปพรรณ

1.1.1.5 สีสัน ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของคุณลักษณะของแหล่งกำเนิดเสียงที่ต่างกัน ทำให้เกิดคุณภาพเสียงที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะแตกต่างกันไป ได้แก่ เสียงของมนุษย์แต่ละประเภท แต่ละบุคคล เช่น เสียงโซปราโน เสียงอัลโต เสียงเทเนอร์ และเสียงเบส เป็นต้น และเสียงของเครื่องดนตรีแต่ละประเภท เช่น เครื่องสาย เครื่องลมไม้ เครื่องลมทองเหลือง และเครื่องตี เป็นต้น และเครื่องดนตรีแต่ละเครื่อง เช่น ไวโอลิน วิโอลา ฟลูต คลาริเน็ต ฮอร์น ทรัมเป็ต ทิมพานี และ กลองใหญ่ เป็นต้น

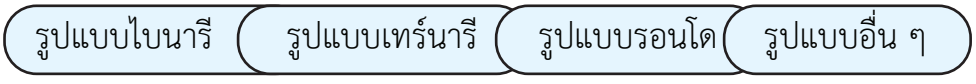


แผนภูมิที่ 13 องค์ประกอบของสีสัน

1.1.1.6 ลักษณะของเสียง ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของคุณลักษณะของเสียงที่มนุษย์หรือเครื่องดนตรีประดิษฐ์ขึ้น เพื่อถ่ายทอดความดังของเสียงและความรู้สึกในการสื่ออารมณ์หรือการแสดงออก

แผนภูมิที่ 14 องค์ประกอบของลักษณะของเสียง

1.1.1.7 รูปแบบ ได้แก่ องค์ประกอบดนตรีพื้นฐานที่เป็นเรื่องของลักษณะของโครงสร้างที่ใช้ในการประพันธ์เพลง เช่น รูปแบบไบนารี รูปแบบเทร์นารี รูปแบบรอนโด เป็นต้น



แผนภูมิที่ 15 องค์ประกอบของลักษณะของรูปแบบ

1.1.2 วรรณคดีดนตรี ประกอบด้วย *บทเพลง และประวัติดนตรี*

แผนภูมิที่ 16 องค์ประกอบของวรรณคดีดนตรี

1.1.2.1 บทเพลง ได้แก่ องค์ความรู้เกี่ยวกับเรื่องราวของบทเพลงในทุกแง่มุม ได้แก่ เรื่องผู้ประพันธ์เพลง ประวัติ รูปแบบ รูปลักษณ์ของดนตรีของผู้ประพันธ์เพลงแต่ละคน บริบทที่เกี่ยวข้องกับบทเพลง

แผนภูมิที่ 17 องค์ความรู้ของบทเพลง

1.1.2.2 ประวัติดนตรี ได้แก่ องค์ความรู้เกี่ยวกับเรื่องราวของประวัติดนตรีในยุคต่าง ๆ ได้แก่ เรื่องของประวัติบทเพลง ประวัติผู้ประพันธ์เพลง ลักษณะบทเพลงในแง่มุมต่าง ๆ โดยเฉพาะเรื่องขององค์ประกอบของบทเพลงทางดนตรีและรูปลักษณ์ของบทเพลงในแต่ละยุค

1.2 ทักษะดนตรี คือ การปฏิบัติหรือการแสดงออกทางดนตรีจากผลของการเรียนรู้ ความเข้าใจและการฝึกฝน แบ่งเป็น 6 ประเภท คือ *การฟัง การร้อง การเคลื่อนไหว การเล่น การสร้างสรรค์และการอ่าน*

แผนภูมิที่ 18 ประเภทของทักษะดนตรี

1.2.1 การฟัง ได้แก่ ทักษะที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ด้วยหูในเชิงดนตรี เกี่ยวข้องการรับรู้เชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพ แบ่งเป็นสองประเภท คือ การฟังเพื่อเนื้อหาดนตรีและการฟังเพื่อความซาบซึ้งในดนตรี

แผนภูมิที่ 19 ประเภทของการฟัง

1.2.1.1 การฟังเพื่อเนื้อหาดนตรี เป็นการรับรู้เชิงปริมาณ เพื่อรับรู้เรื่องเสียงในเชิงการพัฒนาโสตประสาท คือ การฟังเพื่อเรียนรู้ลักษณะของดนตรีและบทเพลง

1.2.1.2 การฟังเพื่อความซาบซึ้งในดนตรี เป็นการรับรู้เชิงคุณภาพ เพื่อการรับรู้เรื่องเสียงในเชิงสุนทรียะของดนตรีและบทเพลง คือ การฟังเพื่อเรียนรู้คุณลักษณะของดนตรี และบทเพลง

1.2.2 การร้อง ได้แก่ ทักษะที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และการแสดงออกในเชิงทักษะปฏิบัติขับร้องที่ผู้ขับร้องเรียนรู้ในด้านเทคนิควิธีต่าง ๆ ในการขับร้อง เพื่อการถ่ายทอดบทเพลงนั้น ๆ ได้อย่างมีแบบแผนและไพเราะ

1.2.3 การเคลื่อนไหว คือ ทักษะที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และการแสดงออกเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว แบ่งเป็นสองประเภท การเคลื่อนไหวเพื่อตอบสนองต่อดนตรี และการเคลื่อนไหวเพื่อการปฏิบัติทักษะดนตรี

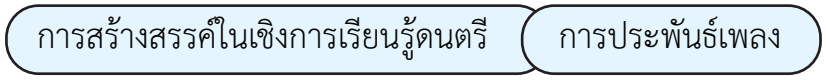
แผนภูมิที่ 20 ประเภทของการเคลื่อนไหว

1.2.3.1 การเคลื่อนไหวเพื่อตอบสนองต่อดนตรี ได้แก่ การเรียนรู้ดนตรีด้วยการเคลื่อนไหวลักษณะต่าง ๆ ทั้งการเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ และการเคลื่อนที่ การเคลื่อนไหวในลักษณะนี้เป็นการเคลื่อนไหว ในกระบวนการเรียนการสอนดนตรี

1.2.3.2 การเคลื่อนไหวเพื่อการปฏิบัติทักษะดนตรี ได้แก่ การเตรียมตัวเพื่อการปฏิบัติทักษะดนตรี ด้วยการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวเบื้องต้นก่อนการปฏิบัติทักษะ เพื่อทำให้ร่างกายส่วนต่าง ๆ ที่ต้องการใช้งานมีความพร้อมในการปฏิบัติทักษะดนตรีนั้น ๆ ได้แก่ การยืดกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ การหายใจเป็นต้น

1.2.4 การเล่น ได้แก่ ทักษะที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ และการแสดงออกในเชิงทักษะปฏิบัติเครื่องดนตรีที่ผู้ปฏิบัติเครื่องดนตรีเรียนรู้ในด้านเทคนิควิธีต่าง ๆ ในการปฏิบัติเครื่องดนตรีเพื่อการถ่ายทอดบทเพลงนั้น ๆ ได้อย่างมีแบบแผนและไพเราะ

1.2.5 การสร้างสรรค์ ได้แก่ ทักษะที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ และการแสดงออกในเชิงทักษะปฏิบัติ แบ่งเป็นสองประเภท คือ การสร้างสรรค์ในเชิงการเรียนรู้ดนตรี และการประพันธ์เพลง

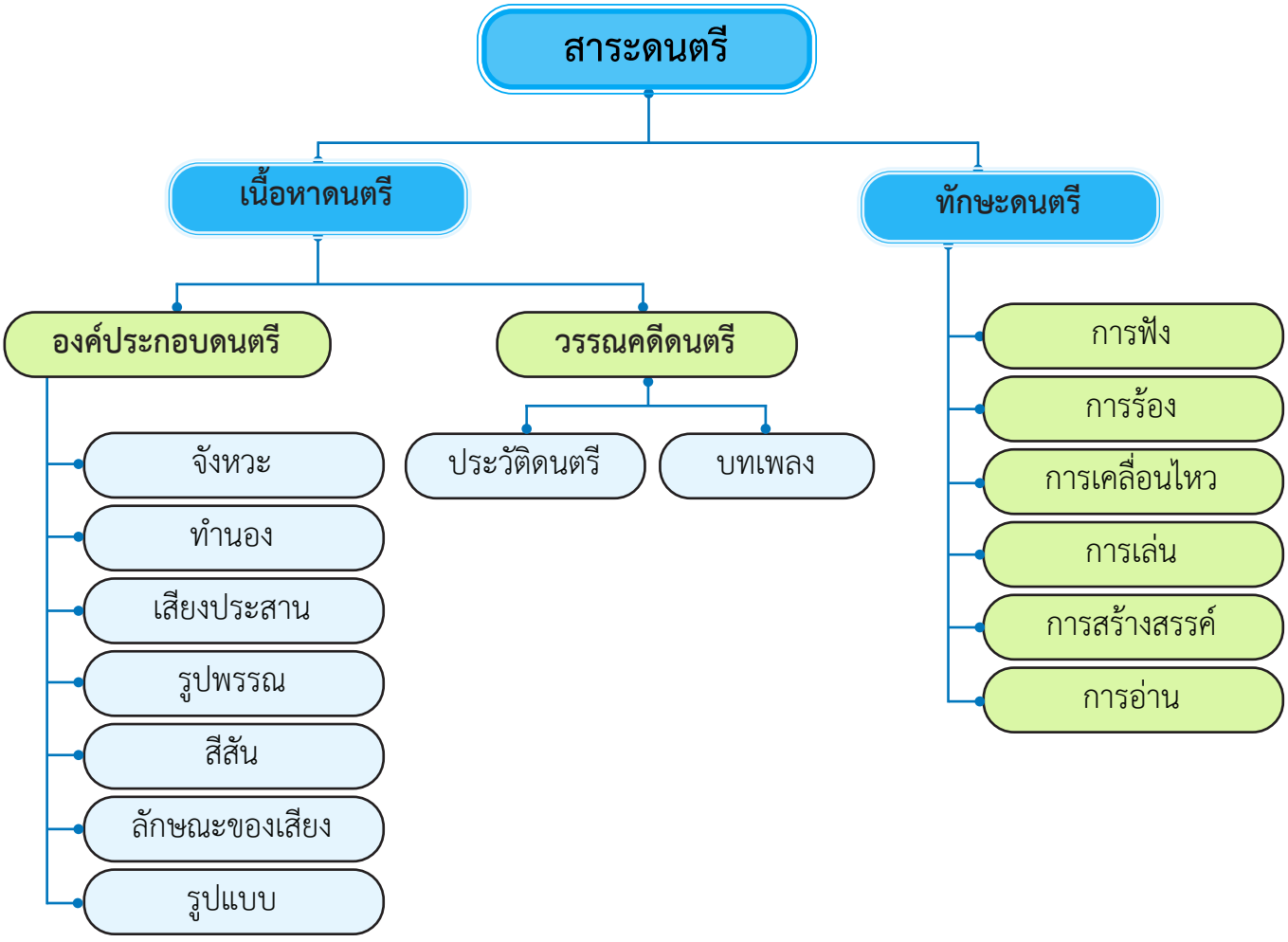


แผนภูมิที่ 21 ประเภทของการสร้างสรรค์

1.2.5.1 การสร้างสรรค์ในเชิงการเรียนรู้ดนตรี ได้แก่ การสร้างสรรค์ในลักษณะต่าง ๆ เพื่อการเรียนรู้ หรือตอบสนองต่อดนตรีในลักษณะต่าง ๆ การสร้างสรรค์ในลักษณะนี้เป็นการสร้างสรรค์ในกระบวนการเรียนการสอนดนตรี เช่น การสร้างสรรค์รูปแบบจังหวะ การร้องทำนองสั้น ๆ เป็นต้น

1.2.5.2 การประพันธ์เพลง ได้แก่ การรับรู้และการแสดงออกในเชิงทักษะการประพันธ์เพลงที่ผู้ประพันธ์เพลงเรียนรู้ในด้านเทคนิควิธีต่าง ๆ ในการประพันธ์เพลงเพื่อการสร้างสรรค์บทเพลงนั้น ๆ ได้อย่างมีแบบแผน และไพเราะ

การอ่าน ได้แก่ ทักษะที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ และการแสดงออกในเชิงทักษะการอ่านภาษาดนตรี หรือโน้ตดนตรี



แผนภูมิที่ 22 แผนภูมิสาระดนตรี

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นกรอบเกี่ยวกับสาระดนตรีซึ่งเป็นองค์ความรู้ทางดนตรีทั้งหมดที่การเรียนรู้ดนตรีหรือการถ่ายทอดดนตรีจำเป็นต้องกระทำให้ครบถ้วน โดยการเรียนรู้ดนตรีหรือการถ่ายทอดดนตรีต้องกระทำอย่างต่อเนื่องเป็นขั้นตอน จากง่ายไปยาก ซึ่งจำเป็นต้องมีการลำดับองค์ความรู้ทางดนตรีในทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องในสาระดนตรี ซึ่งเป็นเรื่องทางการถ่ายทอดนตรีที่ผู้มีความรู้ทางดนตรีสามารถจัดองค์ความรู้ตามที่ตนได้เรียนรู้มา อย่างไรก็ตาม ถ้าต้องการให้การเรียนรู้และการถ่ายทอดเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้ถ่ายทอดดนตรีควรมีความรู้ในเรื่องการจัดและเรียงลำดับองค์ความรู้ดนตรี และการเรียนการสอนดนตรี ซึ่งในเรื่องการเรียนการสอนดนตรีมีหลักการและทฤษฎี ที่น่าสนใจทั้งการถ่ายทอดดนตรีทั่วไป และการถ่ายทอดทักษะดนตรี เช่น หลักการสอนของโคดาย ดาลโครซ และออร์ฟ เป็นหลักการสอนดนตรีทั่วไป หรือหลักการสอนของซูซูกิ เป็นหลักการสอนทักษะการบรรเลงไวโอลิน ทักษะการสอนต่าง ๆ เหล่านี้ ผู้ถ่ายทอดนตรีควรเรียนรู้ ศึกษาค้นคว้าอย่างถ้วนถี่ เพื่อนำไปสู่การจัดเรียนสาระดนตรีอย่างเป็นระบบ และหลักการ เทคนิควิธีสอนดนตรี เพื่อถ่ายทอดสาระดนตรีที่เป็นระบบได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

สรุป

สาระดนตรีเป็นสาระสำคัญในกระบวนการทางดนตรีศึกษา เนื่องจากเป็นหัวใจของการถ่ายทอดดนตรี ดนตรีศึกษาเป็นเรื่องของการถ่ายทอดองค์ความรู้ทางดนตรีจากรุ่นสู่รุ่น องค์ความรู้ทางดนตรีเป็นเรื่องของสาระดนตรี ซึ่งจำเป็นต้องมีการจัดสาระดนตรีให้เหมาะสมในเชิงหลักสูตรของแต่ละระดับการศึกษา และคำนึงถึงความต่อเนื่องของสาระดนตรีที่นำเสนอในแต่ละระดับการศึกษาด้วย เพื่อทำให้การเรียนรู้สาระดนตรีของผู้เรียนเป็นไปอย่างเป็นลำดับขั้นตอน ดังนั้นทฤษฎีทางการศึกษาจึงเข้ามาเกี่ยวข้องในการจัดหลักสูตร ตลอดจนกำหนดรูปแบบการถ่ายทอด ซึ่งเป็นเรื่องของหลักการ และวิธีการสอนดนตรี สำหรับผู้สอนควรมีความรู้เรื่องสาระดนตรีอย่างแตกฉาน และมีความรู้ทางดนตรีศึกษา เพื่อทำให้การถ่ายทอดดนตรีเป็นไปอย่างมีระบบ ซึ่งทำให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้สาระดนตรีได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความสำเร็จของดนตรีศึกษาจึงเกิดขึ้น ทำให้ดนตรีดำรงอยู่ในสังคมนั้น ๆ ได้ต่อไปอย่างมั่นคง

วิธีการสอนดนตรี

ในปัจจุบันการเรียนการสอนดนตรีทั่วโลกให้ความสนใจกับวิธีการสอนดนตรีสามรูปแบบ คือ การสอนดนตรีที่คิดค้นและพัฒนาขึ้นโดย ดาลโครซ ออร์ฟ และโคดาย ซึ่งแต่ละวิธีการมีจุดเน้นและจุดเด่นแตกต่างกันออกไป อย่างไรก็ตาม ทุกวิธีมุ่งไปสู่การให้ประสบการณ์ทางดนตรีแก่ผู้เรียน โดยคำนึงถึงการพัฒนาแนวคิดและทักษะทางดนตรีอย่างมีระบบเป็นไปตามหลักการของจิตวิทยาการเรียนรู้ การทำความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการสอนทั้งสามแบบย่อมช่วยให้ผู้สอนดนตรีเห็นความสำคัญของการสอนดนตรีอย่างมีหลักการและเข้าใจจิตวิทยาการสอนดนตรีดีขึ้น

ภาพที่ 15 เอมิล ชาคส์ - ดาลโครซ (Emile Jaques - Dalcroze, 865 - 1950)
ที่มา: https://en.wikipedia.org/wiki/Dalcroze_eurhythmics#/media/File:Emile_Jaques_Dalcroze.jpg

วิธีการของดาลโครซ

เอมิล ชาคส์ - ดาลโครซ (Emile Jaques - Dalcroze, 1865 - 1950) ผู้ประพันธ์เพลง และนักดนตรีศึกษาชาวสวิส คือผู้คิดค้นวิธีการสอนดนตรีนี้ขึ้นก่อนหน้าออร์ฟ และโคดาย วิธีการของดาลโครซเป็นที่นิยมใช้ทั่วโลก โดยเฉพาะในสหรัฐอเมริกาได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นทุกขณะ ในส่วนภูมิภาคอื่น ๆ ของโลกเริ่มให้ความสนใจกับวิธีการสอนของดาลโครซเช่นกัน เนื่องจากเป็นวิธีการที่น่าสนใจ สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในดนตรีได้อย่างลึกซึ้ง (Landis and Carder, 1972) หลักการสำคัญของดาลโครซ คือ ยูริธึมมิกส์ (Eurhythmics) ซึ่งหมายถึงการเคลื่อนไหวทางจังหวะที่ดี (good rhythmic movement) จุดเน้นของวิธีการนี้ คือ การให้ความสนใจและพัฒนาความรู้สึกของผู้เรียนในการตอบสนองต่อดนตรี และความสามารถในการแสดงออกซึ่งความรู้สึกนั้นออกมาในลักษณะของการเคลื่อนไหว ดังนั้นในการเรียนการสอนดนตรี จะมุ่งพัฒนาความสามารถของผู้เรียนแต่ละคนเป็นหลัก วิธีการนี้ช่วยให้ผู้เรียนดนตรีมีความเข้าใจในตนเอง โดยมุ่งให้ผู้เรียนแต่ละคนเห็นความสำคัญและพัฒนาความสามารถในการแสดงออกของตนทางการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างเป็นขั้นตอนต่อเนื่องไปเป็นลำดับ ในขณะเดียวกันวิธีการนี้มุ่งเน้นพัฒนาการทางความคิดและจิตใจ ซึ่งมีส่วนสัมพันธ์กับการเคลื่อนไหวร่างกาย อารมณ์และความรู้สึกของผู้เรียน กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ วิธีการนี้เป็นการพัฒนาการทางดนตรีในตัวผู้เรียน ซึ่งเป็นผลเนื่องมาจากผลรวมของประสาทสัมผัสทางกาย ความสามารถทางปัญญา และความรู้สึกของผู้เรียน ทักษะ และความเข้าใจทางดนตรีได้รับการพัฒนาโดยการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทางดนตรีโดยตลอด

ภาพที่ 16 โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály, 1882 - 1967)
ที่มา: http://www.earsense.org/blog/?p=32

วิธีการของโคดาย

โซลตาน โคดาย (Zoltán Kodály, 1882 - 1967) ผู้ประพันธ์เพลงคนสำคัญของฮังการีซึ่งในระยะต่อมาได้ทุ่มเทกำลังกาย และกำลังความคิดทั้งหมดให้กับการพัฒนาการดนตรีศึกษาในประเทศฮังการีให้เป็นแบบแผนมาจนทุกวันนี้ วิธีการของโคดายได้ใช้เป็นรากฐานการสอนดนตรีให้กับเด็ก ๆ ชาวฮังการีทั่วประเทศมาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1945 จุดมุ่งหมายของวิธีการนี้ คือ ต้องการให้ชาวฮังการีมีความรู้ทางดนตรี และสามารถอ่านและเขียนภาษาดนตรีคือโน้ตดนตรีได้ ในลักษณะเดียวกับการอ่านและเขียนภาษาฮังกาเรียน ในปัจจุบันวิธีการของโคดายได้รับการประยุกต์เพื่อใช้ในประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2537) หลักการของโคดาย โคดายมีความคิดว่า ดนตรีเป็นส่วนหนึ่งของเด็กที่มีความสำคัญ จึงควรได้รับการพัฒนาในลักษณะเดียวกับภาษา หลักสำคัญของวิธีการนี้จึงได้แก่การเริ่มสอนดนตรีให้กับเด็กตั้งแต่ยังเล็ก ๆ โดยใช้เพลงพื้นบ้านฮังการีเป็นหลัก เช่นเดียวกับประสบการณ์ทางด้านภาษา เด็กควรได้รับฟังดนตรีก่อนแสดงออกในด้านการร้องหรือเล่น เมื่อเด็กได้เรียนรู้และมีประสบการณ์ทางดนตรีพอเพียง กิจกรรมด้านการอ่านและเขียนภาษาดนตรีจึงเริ่มสอนในลำดับต่อมา วิธีการนี้เน้นการอ่านโน้ตดนตรีโดยใช้สัญลักษณ์จากภาษาละติน หรือระบบซอล - ฟา ประกอบกับสัญญาณมือ

ภาพที่ 17 คาร์ล ออร์ฟ (Carl Orff, 1895 - 1982)
ที่มา: http://www.last.fm/music/Carl+Orff/+images/52769401

วิธีการของออร์ฟ

คาร์ล ออร์ฟ (Carl Orff, 1895 - 1982) ผู้ประพันธ์เพลงเลื่องชื่อและนักดนตรีศึกษาชาวเยอรมันเป็นผู้คิดค้นวิธีการนี้ขึ้นหลังจากที่ออร์ฟได้สอนดนตรีกับเด็ก ๆ มาเป็นเวลานาน วิธีการโดยละเอียดของออร์ฟได้พิมพ์เผยแพร่ในหนังสือชื่อ ชูลเวิร์ก (Schulwerk) มีความหมายถึงแบบฝึกหัดสำหรับใช้ในโรงเรียน จุดมุ่งหมายพื้นฐานของออร์ฟในการสอนดนตรี คือ การพัฒนาความสามารถในเรื่องความคิดสร้างสรรค์ทางดนตรี (Landis and Carder, 1972) ออร์ฟได้เสนอหลักการทางดนตรีศึกษาไว้ว่า การเรียนการสอนดนตรีควรเริ่มต้นจากเพลง และแนวคิดทางดนตรีที่ง่ายที่สุด ได้แก่ แนวคิดเรื่องจังหวะ โดยการเริ่มต้นจากจังหวะของการพูดเพื่อนำไปสู่ความเข้าใจแนวคิดในเรื่องของระดับเสียง ประโยคของดนตรี ลักษณะของเสียง และค่าตัวโน้ตต่าง ๆ ต่อไป การเคลื่อนไหว เช่น การตบมือ การตบที่ตัก (patchen) การย่ำเท้า การดีดนิ้วมือ และการใช้เครื่องประกอบจังหวะของออร์ฟ เป็นวิถีทางนำไปสู่การรับรู้เรื่องจังหวะ จากจุดนี้ผู้เรียนจะได้รับการพัฒนาด้านการแสดงออกทางดนตรีต่อไป ในวิธีการของออร์ฟ ความคิดสร้างสรรค์เป็นลักษณะที่สำคัญและเน้นมากที่สุด ดังนั้นการสำรวจสิ่งต่าง ๆ รอบตัวของผู้เรียนเพื่อนำมาใช้ในการสร้างสรรค์จัดว่าเป็นกุญแจสำคัญในวิธีการของออร์ฟ (Lois Choksy et al, 2001)

สรุป

กล่าวโดยสรุป วิธีการสอนดนตรีทั้งสามนี้มีจุดมุ่งเน้นที่แตกต่างกันออกไปโดยใช้พื้นฐานทางจิตวิทยาการเรียนรู้เป็นตัวกำหนดที่สำคัญประการหนึ่ง เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ดนตรีได้อย่างเป็นขั้นตอน ช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจในดนตรีได้อย่างดี วิธีการทั้งสามนี้มีความแตกต่างกันไปตามแนวคิดของผู้คิดค้น วิธีการของดาลโครซมุ่งเน้นให้ผู้เรียนแสดงออกและมีประสบการณ์ทางดนตรี โดยใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวเป็นสื่อในการเรียนรู้สาระดนตรี วิธีการของออร์ฟมุ่งเน้นกระบวนการคิดสร้างสรรค์ การอิมโพรไวเซชั่น และการเล่นเครื่องประกอบจังหวะเป็นสื่อในการเรียนรู้สาระดนตรี ส่วนวิธีการของโคดายมุ่งพัฒนาความรู้ทางดนตรีโดยทั่ว ๆ ไปโดยใช้กิจกรรมการร้องเพลงเป็นหลัก จากหลักการและวิธีการทั้งสามที่แตกต่างกันนี้จึงเห็นได้ว่า ผู้ที่จะนำวิธีการเหล่านี้ไปใช้ควรคำนึงถึงจุดมุ่งหมายในการเรียนการสอน รวมทั้งบริบทที่เกี่ยวข้องเป็นสำคัญ ก่อนที่จะนำวิธีการเหล่านี้ไปประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนดนตรี ทั้งนี้เพื่อทำให้การเรียนการสอนดนตรีประสบผลสำเร็จสูงสุดตามที่คาดหวังไว้

จิตวิทยาและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

ความเข้าใจพฤติกรรมของผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญในการจัดกิจกรรมเพื่อให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ การเรียนรู้และทำความเข้าใจกับทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ที่จะจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

ทฤษฎีการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่ (Andragogy)

การเรียนรู้ในวัยผู้ใหญ่นั้นมีรายละเอียดบางอย่างที่แตกต่างจากการเรียนรู้ของวัยเด็ก กล่าวคือ วัยผู้ใหญ่เป็นผู้กำกับตนเอง มีการสร้างแรงจูงใจภายในและมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ ดังนั้นวิธีการและหลักการในการจัดการเรียนรู้สำหรับวัยผู้ใหญ่จึงมีลักษณะที่เฉพาะ เรียกว่า Andragogy หรือทฤษฎีการจัดการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่ ในปี ค.ศ. 1833 โดย อเล็กซานเดอร์ แคปป์ (Alexander Kapp, 1799 – 1869) นักการศึกษาชาวเยอรมันเป็นผู้ใช้คำนี้เป็นครั้งแรก โดยมีการพัฒนาต่อมาเป็นทฤษฎีการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่โดย ไอเก้น โรเซินชตอค - โฮเซ่ (Eugen Rosenstock-Huessy, 1888 - 1973) นักปรัชญาประวัติศาสตร์และสังคมศาสตร์ชาวเยอรมัน ต่อมาในปี ค.ศ. 1968 จึงเริ่มเป็นที่รู้จักกัน ในวงกว้างมากขึ้น โดย มัล โคม โนวส์ (Malcolm Knowles, 1913 - 1997) นักการศึกษาชาวอเมริกัน (Merriam, 2001) โนวส์ กล่าวถึงหลักสำคัญ 6 ประการ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแรงจูงใจเพื่อการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่ ดังนี้

1. **ความจำเป็นต้องรู้ (Need to know)** วัยผู้ใหญ่มีความจำเป็นที่ต้องรู้เหตุผลในการเรียนรู้ว่าเรียนไปเพื่ออะไร เรียนไปทำไม เรียนไปเพราะอะไร และประโยชน์ต่อตนเองอย่างไร ผู้สอนจึงควรชี้แจงเหตุผล อธิบาย หรือจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ มีความหมายสำหรับผู้ใหญ่ มิใช่เป็นกิจกรรมที่ไม่เหมาะสมกับวัย หรือไม่มีการเปิดโอกาสให้ผู้ใหญ่แสดงความคิดเห็น หรือร่วมวางแผนในการเรียนรู้

2. **ประสบการณ์ (Experience)** ประสบการณ์และข้อผิดพลาดเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการเรียนรู้ของวัยผู้ใหญ่ เนื่องจากการเจริญเติบโตจนเป็นผู้ใหญ่ มีการสั่งสมประสบการณ์เพิ่มมากขึ้นมาโดยตลอด หล่อหลอมให้เกิดบุคลิกภาพที่แตกต่างกันออกไป ในบางครั้งอาจส่งผลให้เป็นผู้ที่ไม่เปิดกว้างต่อการเรียนรู้ได้ จึงเป็นความสำคัญอันดับแรกที่ผู้สอนผู้เรียนวัยผู้ใหญ่ควรสร้างความสนิทสนม หรือเรียนรู้บุคลิก ความต้องการ หรือธรรมชาติของผู้ใหญ่แต่ละคน ก่อนที่จะจัดกิกจรรมใด ๆ หรือควรมีการปรับกิจกรรม มีความยืดหยุ่นในการสอน เพื่อให้ตรงกับความต้องการ ความสนใจของผู้เรียนให้มากที่สุด
3. **มโนภาพในตนเอง (Self - concept)** ผู้ใหญ่เป็นวัยที่มีความคิดและบุคลิกภาพเป็นของตัวเอง มีความรับผิดชอบ หากจัดการเรียนรู้ที่ไม่ได้รับความเป็นอิสระหรือถูกควบคุมมากเกินไปอาจส่งผลให้เกิดการต่อต้านและไม่ให้ความร่วมมือในชั้นเรียน การเรียนการสอน หรือการจัดกิจกรรมจึงควรมีความยืดหยุ่น ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวางแผน การจัดกิจกรรม และการดำเนินกิจกรรม และไม่ควรประเมินพฤติกรรมของผู้เรียนในทางไม่เหมาะสม เพราะจะทำให้ผู้ใหญ่เกิดความละอายไม่พอใจตนเอง เป็นเหตุให้ไม่ต้องการร่วมกิจกรรมต่อไป
4. **ความเต็มใจในการเรียนรู้ (Readiness to Learn)** วัยผู้ใหญ่จะมองเห็นคุณค่าของ การศึกษาและพร้อมที่จะให้ความสำคัญและมุ่งเน้นในการเรียนรู้ วัยผู้ใหญ่มีความเต็มใจหรือสนใจในการเรียนรู้เมื่อเห็นคุณค่าและประโยชน์ของสิ่งที่จะเรียนรู้ ว่าสามารถก่อให้เกิดประโยชน์ ต่อตัวเองและสร้างบทบาททางสังคม
5. **ความสอดคล้องของการเรียนรู้ (Orientation to Learning)** การเรียนรู้ในวัยผู้ใหญ่ ยึดปัญหาและชีวิตจริงเป็นหลักในการจัดสาระการเรียนรู้ ต่างจากการจัดการเรียนรู้ในวัยเด็ก ที่เป็นการเรียนรู้โดยยึดเนื้อหาสาระที่หน่วยงาน การศึกษากลางจัดหลักสูตรไว้เป็นหลัก
6. **แรงจูงใจจากภายใน (Internal Motivation)** การสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ในวัยเด็กอาจเกิดได้จากการวางเงื่อนไข เช่น การให้รางวัลเมื่อทำดี การลงโทษหากเมื่อทำไม่ดีเพื่อให้เกิดแรงจูงใจในการพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น แต่ในวัยผู้ใหญ่วัยผู้ใหญ่ แรงจูงใจภายในที่ต้องการพัฒนาตัวเอง มักเกิดขึ้นจากภายในของตัวเอง ไม่จำเป็นต้องวางเงื่อนไขในกระบวนการเรียนรู้ การเรียนรู้จึงต้องเป็นเรื่องที่มีประโยชน์ มีเหตุผล เป็นสิ่งที่น่าสนใจ (Knowles, 1984., Knowles, Holton & Swanson, 2005)

สรุป

การจัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ในวัยผู้ใหญ่มีรูปแบบที่แตกต่างไปจาก การจัดการเรียนรู้สำหรับเด็ก เนื่องจากพัฒนาการในวัยผู้ใหญ่แตกต่างจากวัยเด็ก การเรียนรู้จะมีคุณค่า น่าเรียนรู้ น่าสนใจ ต้องเป็นสิ่งที่มีเหตุผล มีประโยชน์ต่อชีวิตอย่างชัดเจน แรงจูงใจในการเรียนรู้เกิดขึ้นได้ในตัวผู้สูงอายุ โดยไม่ต้องวางเงื่อนไข โดยการแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงคุณค่า ความมีประโยชน์ในสาระของกิจกรรม

รายการอ้างอิง

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2537). *หลักการของโคดายสู่การปฏิบัติ*. แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2541). *จิตวิทยาการสอนดนตรี*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2544). *พฤติกรรมการสอนดนตรี*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2561). *ดนตรีศึกษา: หลักการและสาระสำคัญ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Anderson, Lorin W., and Krathwohl, David R., (Eds.). (2001). *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives.* New York: Longman.

Bloom Benjamin S. ed. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals; Handbook I, The Cognitive Domain.* New York: David McKay.

Bergeton Bjornar. And Eunice Boardman. (1979). *Music Growth in the Elementary School.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Choksy, Lois, et al. (2001). *Teaching Music in the Twenty-First Century.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Stark, Charles J. (1976). *Conceptual Framework as Resources for Curriculum Development with Music as a Paradigm Case.* Doctoral Dissertation, Indiana University.

Steiner, Elizabeth. (1988). *Methodology of Theory Building.* Sydney: Educology Research Associates.

Dobszay, Laszlo. (1969). *"The Role and Place of Folksongs in Teaching Music."* Seminar Paper. Kodály Archive.

Landis Beth and Polly Carder. (1972). *The Eclectic Curriculum in American Music Education: Contributions of Dalcroze, Kodály, and Orff.* Washington, DC: Music Educators National Conference.

แผนการสอนการอบรม
ผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ (6 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

1. ขับร้องเพลงได้ถูกต้อง
2. ใช้สัญลักษณ์มือแทนเสียงดนตรี
3. มีความรู้ความสามารถบรรเลงอังกะลุง
4. มีความรู้ความสามารถของการเป็นผู้อำนวยเพลง

จุดประสงค์

1. สามารถร้องเพลงได้ถูกต้อง
2. สามารถแสดงสัญลักษณ์มือแทนเสียงดนตรีได้
3. สามารถบรรเลงอังกะลุงตามสัญลักษณ์มือได้
4. สามารถอำนวยเพลงได้

เนื้อหา

1. ความรู้พื้นฐานการขับร้องที่ถูกต้อง
2. สัญลักษณ์มือ
3. การบรรเลงอังกะลุง
4. บทบาทผู้อำนวยเพลง

กิจกรรม

1. ขับร้องเพลงยิ้ม และเพลงช้างประกอบจังหวะการปรบมือ
2. แสดงสัญลักษณ์แทนโน้ตดนตรีเพลงยิ้มและเพลงช้าง
3. อภิปรายทางเลือกการใช้สัญลักษณ์มือประกอบเพลง
4. ขับร้องเพลงในระบบซอล-ฟา เพลงยิ้มและเพลงช้าง
5. ขับร้องและทำสัญลักษณ์มือเพลงลอยกระทงและเพลงล่องแม่ปิง
6. สาธิตการอำนวยเพลง เพลงชวา
7. แบ่งกลุ่มฝึกซ้อมการเป็นผู้อำนวยเพลง
8. อภิปรายบทบาทผู้อำนวยเพลง

การประเมินผล

1. สามารถร้องเพลงได้ถูกต้อง
2. สามารถแสดงสัญลักษณ์มือแทนเสียงดนตรีได้
3. สามารถบรรเลงอังกะลุงตามสัญลักษณ์มือได้
4. สามารถอำนวยเพลงได้

สื่อ

1. สื่อเพาเวอร์พอยต์ (สัญลักษณ์มือ, เนื้อเพลงและโน้ตเพลง: เพลงยิ้ม เพลงช้าง เพลงลอยกระทง เพลงล่องแม่ปิง และเพลงชวา)
2. อังกะลุง จำนวน 5 ชุด
3. เอกสารเนื้อเพลงและโน้ตเพลง

การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (4 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

1. ความเข้าใจเรื่องการสอนของโคดายเป็นรากฐานในการเรียนรู้เรื่องดนตรีสร้างสุขในผู้สูงอายุเนื่องจากสัญญาณมือเป็นพื้นฐานในการเรียนรู้และการบรรเลงอังกะลุง
2. การอ่านสัญลักษณ์จังหวะและโน้ตระดับเสียงเป็นพื้นฐานสำคัญในการเรียนรู้ดนตรี

จุดประสงค์

1. อ่านสัญญาณมือโดยใช้ระบบซอล ฟา แบบเคลื่อนที่ได้โดยการขับร้อง และการบรรเลงอังกะลุง
2. ทำสัญญาณมือได้
3. ขับร้องเพลงได้ถูกต้องและไพเราะ
4. บรรเลงบทเพลงจากการขับร้องโดยอังกะลุงได้
5. อธิบายหลักการสอนแบบโคดายได้

เนื้อหา

1. ประวัติของโคดาย
2. วรรณคดีดนตรี และแบบฝึกหัดของโคดาย
3. หลักการสอนของโคดาย
4. การขับร้อง
5. การทำสัญญาณมือ
6. การอ่านสัญญาณมือ
7. การบรรเลงอังกะลุงจากสัญญาณมือ

กิจกรรม

1. การขับร้องเพลงควาย และเพลงที่ผู้เข้าอบรมเลือก 1 เพลง (การขับร้องก่อนเรียน)
2. การขับร้องเพลงสวัสดี ให้ถูกต้องและไพเราะ
3. การวิเคราะห์องค์ประกอบเพลงสวัสดี ในเรื่องรูปแบบจังหวะ และลักษณะทำนอง
4. การอ่านโน้ตเพลง สวัสดี จากสัญลักษณ์จังหวะ(ทา ทู) และสัญญาณมือ (โด เร มี)
5. การสร้างสรรค์ทำนองจากรูปแบบจังหวะเพลงสวัสดี
6. การสร้างสรรค์บทเพลงจากรูปแบบจังหวะและระดับเสียงจากเพลงสวัสดี
7. การขับร้อง และอ่านโน้ตเพลงชวา
8. การปฏิบัติการทำและการอ่านสัญญาณมือของผู้เข้าอบรม
9. อ่านสัญญาณมือโดยใช้ระบบซอล ฟา แบบเคลื่อนที่ได้โดยการขับร้อง และการบรรเลงอังกะลุง

10. ทำสัญญาณมือได้
11. ขับร้องเพลงได้ถูกต้องและไพเราะ
12. บรรเลงบทเพลงจากการขับร้องโดยอังกะลุงได้
13. อธิบายหลักการสอนแบบโคดายได้

การประเมินผล

1. การอ่าน สัญลักษณ์จังหวะ และสัญญาณมือ
2. การตบจังหวะและอ่านสัญลักษณ์จังหวะ
3. การทำสัญญาณมือโดยการขับร้องและการเล่นอังกะลุง
4. การขับร้องเพลงได้ถูกต้องและไพเราะ
5. การบรรเลงอังกะลุงจากบทเพลงที่คัดเลือกได้ถูกต้อง
6. การอธิบายหลักการสอนแบบโคดาย

สื่อ

1. กระดาษเปล่า (A4) เพื่อเขียนสัญลักษณ์จังหวะ และตัวโน้ต
2. โน้ตเพลง และแบบฝึกหัดของโคดาย
3. อังกะลุง
4. วรรณคดีดนตรีของโคดาย (วีดิทัศน์)

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (4 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

1. ความเข้าใจเรื่องการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ
2. การเล่นดนตรีจากการใช้ร่างกายทำจังหวะและการเล่นเครื่องดนตรี
3. การเคลื่อนไหวกับดนตรี
4. การสร้างสรรค์ดนตรีและการเคลื่อนไหว

จุดประสงค์

1. เคลื่อนไหวร่างกาย และตบจังหวะได้สอดคล้องกับดนตรี
2. ด้นดนตรีและการเคลื่อนไหว (Improvisation) ได้
3. ขับร้องและบรรเลงดนตรีแบบรวมวงได้
4. บรรเลงอังกะลุงคลอการขับร้องหรือทำนองเพลงได้
5. อธิบายแนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟได้

เนื้อหา

1. ประวัติของออร์ฟ
2. แนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ
3. วรรณคดีดนตรีของออร์ฟ
4. การคลื่อนไหวร่างกายกับดนตรี
5. การทำจังหวะจากร่างกาย
6. เครื่องดนตรีออร์ฟ
7. การคลอทำนองเพลง

กิจกรรม

1. ขับร้องเพลง Hello พูดชื่อตัวเองให้เข้ากับทำนองเพลง พร้อมกับเคลื่อนไหวร่างกายทั้งแบบที่เตรียมไว้ก่อนและแบบด้น
2. เคลื่อนไหวร่างกายด้วยการด้นตามบทเพลงโดยผลัดกันเป็นผู้นำผู้ตาม
3. สำรวจเสียงที่เกิดขึ้นจากการทำจังหวะจากร่างกาย (Body Percussion) และด้นการทำจังหวะจากร่างกาย
4. เล่นรวมวงด้วยการร้องเพลงลอยกระทง พร้อมทำจังหวะจากร่างกายแบบออสตินาโตตามผู้สอนเพื่อคลอการขับร้อง

5. แบ่งกลุ่มสร้างสรรค์การทำจังหวะจากร่างกายเพื่อคลอทำนองเพลงที่เลือกเอง และนำเสนอผลงานของแต่ละกลุ่ม
6. เปลี่ยนจากการทำจังหวะจากร่างกายไปสู่การเล่นเครื่องดนตรีประกอบจังหวะเพื่อคลอทำนองเพลง
7. ขับร้องเพลงช้างและเล่นเครื่องดนตรีออร์ฟแบบโดรนเพื่อคลอการขับร้อง
8. ด้นการเล่นเครื่องดนตรีออร์ฟแบบโดรนที่ละคนเพื่อคลอทำนองเพลงช้าง
9. แบ่งกลุ่มสร้างสรรค์การเล่นอังกะลุงแบบโดรนเพื่อคลอทำนองช้าง และนำเสนอผลงาน
10. การศึกษาประวัติของออร์ฟ
11. การศึกษาแนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ
12. การฟังวรรณคดีดนตรีของออร์ฟ
13. การอภิปรายและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับผลการเรียนรู้

การประเมินผล

1. การเคลื่อนไหวร่างกายสอดคล้องกับดนตรี
2. การทำจังหวะจากร่างกาย การเล่นเครื่องดนตรีออร์ฟ และเล่นอังกะลุงในเพลงที่กำหนดและคัดเลือกได้ถูกต้อง
3. การขับร้อง และการบรรเลงดนตรีแบบรวมวง
4. การด้น และการสร้างสรรค์ด้วยการเคลื่อนไหวการใช้ร่างกายทำจังหวะ และการเล่นเครื่องดนตรี
5. การอธิบายแนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ

สื่อ

1. เครื่องดนตรีประกอบจังหวะ
2. เครื่องดนตรีออร์ฟ
3. อังกะลุง
4. วีดิทัศน์

พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ (3 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

1. ความเข้าใจเรื่องดนตรีศึกษา และการประยุกต์หลักการในการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ
2. ความเข้าใจเรื่องทฤษฎีการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่

จุดประสงค์

1. อธิบายความหมาย และสาระสำคัญของดนตรีศึกษาได้
2. อธิบายสาระสำคัญของสาระดนตรีได้
3. ระบุหลักการสอนดนตรีแบบดาลโครซ โคดาย และออร์ฟได้
4. อธิบายทฤษฎีการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่ได้

เนื้อหา

1. สาระสำคัญของดนตรีศึกษา
2. สาระสำคัญของสาระดนตรี
3. หลักการสอนดนตรีของดาลโครซ โคดายและออร์ฟ
4. ทฤษฎีการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่

กิจกรรม

1. การอภิปราย และสรุปเรื่องสาระสำคัญของดนตรีศึกษา
2. ปฏิบัติกิจกรรมดนตรีตามแนวทักษะดนตรี
3. การอภิปรายและสรุปเรื่องสาระสำคัญของสาระดนตรี
4. การสาธิตการสอนดนตรีของดาลโครซ โคดาย และออร์ฟ
5. การอภิปราย และสรุปเรื่องสาระสำคัญของทฤษฎีการเรียนรู้วัยผู้ใหญ่

การประเมินผล

1. การสรุปสาระสำคัญของเนื้อหา
2. การสาธิตการสอนดนตรี

สื่อ

1. สื่อเพาเวอร์พอยต์

สุขภาวะผู้สูงอายุ (1 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

1. กิจกรรมดนตรีสร้างสุขสามารถช่วยชะลอการเสื่อมของร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา สมาธิของผู้สูงอายุ และพัฒนาศักยภาพการทำงานของสมองช่วยชะลอโรคความจำเสื่อม

จุดประสงค์

1. อธิบายการจัดกิจกรรมดนตรีสร้างสุข เพื่อสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุได้
2. บอกคุณค่าของการเล่นดนตรีโดยใช้สัญลักษณ์มือเพื่อการสร้างสุขภาวะได้
3. ปฏิบัติหน้าที่ผู้ร่วมเล่นและผู้นำกิจกรรมกิจกรรมดนตรีสร้างสุขได้

เนื้อหา

1. สุขภาวะของผู้สูงอายุ
2. กิจกรรมดนตรีสร้างสุขเพื่อสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ
3. การทำ และอ่านสัญลักษณ์มือ
4. การเป็นผู้นำกิจกรรม และผู้เล่นกิจกรรมดนตรีสร้างสุข

กิจกรรม

1. การร้องเพลง “ฟังดนตรีเถิดชื่นใจ”
2. การอภิปรายคุณค่าของดนตรี “อันดนตรีมีคุณทุกอย่างไป ย่อมใช้ได้ดั่งจินดาค่าบุรินทร์”
3. การอภิปรายทางเลือกกิจกรรมดนตรีที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
4. การใช้สัญลักษณ์มือในกิจกรรมดนตรีสร้างสุข
5. การปฏิบัติหน้าที่ผู้นำกิจกรรมดนตรีสร้างสุข
6. อังกะลุงกับสังคมผู้สูงอายุ
7. การใช้อังกะลุงเพื่อพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุ
8. การสรุปบทเรียน โดยร่วมร้องเพลง “ฟังดนตรีเถิดชื่นใจ”

การประเมินผล

1. การบอกเป้าหมายการสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมทางดนตรีสร้างสุข
2. การเป็นผู้นำกิจกรรม และผู้เล่นกิจกรรมดนตรีสร้างสุข

สื่อ

1. เพาเวอร์พอยท์ เพลงฟังดนตรีเถิดชื่นใจ
2. เครื่องดนตรีอังกะลุง จำนวน 5 ชุด
3. ตัวอย่างเครื่องดนตรีตามรอยพ่อ (ตรพ.)

การพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข (3.30 ชั่วโมง)

1. การวางแผนการเขียนแผนการสอน

สาระสำคัญ

1. ความเข้าใจเรื่องการพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. รูปแบบและสาระแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

จุดประสงค์

1. อธิบายการพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้
2. อธิบายรูปและสาระแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้

เนื้อหา

1. รูปแบบและสาระแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. การพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

กิจกรรม

1. บรรยายและอภิปรายการพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. ยกตัวอย่างแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
3. แบ่งกลุ่มการพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
4. วางแผนการเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
5. การปฏิบัติการพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

การประเมินผล

1. การอธิบายรูปแบบและสาระแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้
2. แบ่งกลุ่มการปฏิบัติการเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้

สื่อ

1. สื่อเพาเวอร์พอยต์
2. เอกสารประกอบการอบรม

2. การปฏิบัติการเขียนแผนการสอน

สาระสำคัญ

1. การเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุขอย่างมีคุณภาพจากความคิดสร้างสรรค์และศักยภาพ
2. การวิเคราะห์ ประเมิน และปรับปรุงแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

จุดประสงค์

1. อธิบายการเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้
2. การเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้

เนื้อหา

1. รูปแบบและสาระแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. สาระการอบรมหัวข้อต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

กิจกรรม

1. บรรยายและอภิปรายการพัฒนาแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. แบ่งกลุ่มการเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
3. อภิปราย วิเคราะห์ ประเมิน แผนการสอนดนตรีสร้างสุข

การประเมินผล

1. การอธิบายรูปแบบและสาระแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้
2. แบ่งกลุ่มการปฏิบัติการเขียนแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้

สื่อ

1. สื่อเพาเวอร์พอยต์
2. เอกสารประกอบการอบรม
3. วัสดุ อุปกรณ์การเขียนแผนการสอน

3. การวิเคราะห์ ประเมินผลแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

สาระสำคัญ

1. การวิเคราะห์ ประเมิน ให้ข้อเสนอแนะการแก้ไขแผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. การแก้ไข ปรับปรุงแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

จุดประสงค์

1. วิเคราะห์แผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้
2. ประเมินผล และแก้ไขแผนการสอนดนตรีสร้างสุขได้

เนื้อหา

1. รูปแบบและสาระแผนการสอน
2. แผนการสอนดนตรีสร้างสุข

กิจกรรม

1. วิเคราะห์แผนการสอนดนตรีสร้างสุข
2. ประเมินผล และแก้ไขแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

การประเมินผล

1. การวิเคราะห์ และประเมินผลแผนการสอนดนตรีสร้างสุขเพื่อการแก้ไขปรับปรุง
2. การแก้ไขปรับปรุงแผนการสอนดนตรีสร้างสุข

สื่อ

1. สื่อเพาเวอร์พอยต์
2. วัสดุ อุปกรณ์เครื่องเขียน

การประเมินผลการอบรม (1 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

1. การสรุปผลการอบรมในเชิงสร้างสรรค์ เพื่อนำเสนอแนวทางในการนำไปใช้ในการสอนดนตรีสร้างสุข
2. การนำเสนอแนวทางการปรับปรังแผนการสอนดนตรีสร้างสุขให้มีคุณภาพ
3. การประเมินการอบรมตามเกณฑ์ เพื่อเป็นแนวทางในการจัดอบรม

จุดประสงค์

1. วิเคราะห์แผน และกระบวนการการอบรม
2. ประเมินผลแผน และกระบวนการอบรม
3. ข้อเสนอแนะการพัฒนาแผน และกระบวนการ อบรม
4. ประเมินผลการทดลองการอบรม

เนื้อหา

1. แผนการอบรม
2. สาระการอบรม
3. เอกสารการอบรม
4. รูปแบบการอบรม
5. เครื่องมือเก็บข้อมูล

กิจกรรม

1. วิเคราะห์ และประเมินผลแผนและกระบวนการอบรม
2. วิเคราะห์ และประเมินผลสาระการอบรม
3. วิเคราะห์ และประเมินผลรูปแบบการอบรม
4. วิเคราะห์ และประเมินผลเครื่องมือการอบรม
5. ข้อเสนอแนะการพัฒนา ปรับปรุงการอบรมทุกมิติ
6. วิเคราะห์ ประเมินผล และข้อเสนอแนะการทดลองการอบรม

การประเมินผล

1. การวิเคราะห์ และประเมินผลการอบรมทุกมิติ
2. การแก้ไขปรับปรุงการอบรม
3. การประเมินผล และข้อเสนอแนะการทดลองการอบรม

สื่อ

1. สื่อเพาเวอร์พอยต์
2. วัสดุ อุปกรณ์เครื่องเขียน

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2537). *หลักการของโคดายสู่การปฏิบัติ.* แปลจาก Kodály's Principles in Practice. โดย Erzébet Szönyi กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2537). *หลักการของโคดายสู่การปฏิบัติ.* แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2541). *จิตวิทยาการสอนดนตรี.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2544). *พฤติกรรมการสอนดนตรี.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2558). *วิธีวิทยาการสอนดนตรี.* กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2561). *ดนตรีศึกษา: หลักการและสาระสำคัญ.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์ และคณะ. (2561). *การถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาอาจารย์พัฒนาสุขเกษม.* กรุงเทพมหานคร: บริษัท พรรณีพริ้นติ้ง จำกัด.

ธวัชชัย นาควงษ์. (2542). *การสอนดนตรีสำหรับเด็กตามแนวคิดของคาร์ล ออร์ฟ (Orff- Schulwerk).* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

พัฒนา สุขเกษม. (2553). *นวัตกรรมการเสริมสร้างสมาธิและความทรงจำผู้สูงอายุด้วยดนตรี (การเล่นดนตรีอังกะลุงโดยใช้โน้ตสัญลักษณ์มือ (โคดาย)).* ข้อมูลลิขสิทธิ์ทะเบียนเลข ที่ ส.7871.

พัฒนา สุขเกษม. (2551). *ท้าวทั้งสี่ : พิธีกรรมเพื่อความเป็นศิริมงคลและความสำเร็จสมประสงค์* [แผ่นพับ].

พรชุลีย์ นิลวิเศษ. (ไม่ปรากฏ). *นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ* [ข้อความโพสต์ในบล็อก]. สืบค้นจาก https://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1_10.html?fbclid=IwAR3tfyF1f-M2RXXMr7 hf577-DQmN-vC8qiaeUqLdN8qSr56FINqrpqVohbA.

พรทิพย์ เกยุรานนท์. (ไม่ปรากฏ). *การสร้างความสุขในผู้สูงอายุ* [ข้อความโพสต์ในบล็อก]. สืบค้นจาก https://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1_9.html.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (23 สิงหาคม 2559). *รับมือปัญหาอัลไซเมอร์ในผู้สูงอายุ.* ไทยรัฐฉบับพิมพ์. สืบค้นจาก https://www.thairath.co.th/lifestyle/woman/698074.

วิทยา ไล้ทอง. (2561). การคลอทำนองเพลงด้วยโดรนตามแนวคิดในการสอนดนตรีของออร์ฟ. *วารสารครุศาสตร์*, 46(4), 355-367.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2017). *แผนหลัก สสส. 2561-2563: Thaihealth Master Plan 2018-2020.* สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).

อุดม เพชรสังหาร. (2553). ดนตรีกับโรคความจำเสื่อมในผู้สูงอายุ. *นิตยสารโลกวันนี้วันสุข,* 6(268), 37.

ภาษาอังกฤษ

Abeles, Harold F., Charles R. Hoffer, and Robert H. Klotman. (1984). *Foundations of Music Education.* New York: Schirmer Books.

Anderson, Lorin W., and Krathwohl, David R., (Eds.). (2001). *A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives.* New York: Longman.

Bergeton Bjornar. And Eunice Boardman. (1979). *Music Growth in the Elementary School.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Bloom Benjamin S. ed. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals; Handbook I, The Cognitive Domain.* New York: David McKay.

Choksy, L., Abramson, R., Gillespie, A., Woods, D.,and Frank, Y. (2001). *Teaching Music in the Twenty-First Century.* New Jersey: Prentice-Hall.

Dobszay, Laszlo. (1969). *"The Role and Place of Folksongs in Teaching Music."* Seminar Paper. Kodály Archive.

Goodkin, D. (2002). *Play, Sing, and Dance: An Introduction to Orff Schulwerk.* Miami: Schott.

Haselbach, B. (Ed.). (2011). *Basic Text on the Orff-Schulwerk: Report from the Years 1932-2010.* Mainz: Schott.

Landis Beth and Polly Carder. (1972). *The Eclectic Curriculum in American Music Education: Contributions of Dalcroze, Kodály, and Orff.* Washington, DC: Music Educators National Conference.

Lopez-Ibor, S. (2011). *Teaching the Whole Child Through Music: Visual Arts.* USA: Pentatonic Press.

Perkio, S. (Ed.). (2017). *Guidelines for Music and Movement Education: Orff Schulwerk Courses I, II, III and Final Seminar.* Jarvenpaa: Jarvenpaan kirje-Ja Oy.

Sadie, Stanley and John Tyrrell. (2001). *Zoltan Kodaly. in The New Grove Dictionary of Music and Musicians Volume 13. pp. 716-726.* 2nd ed. Oxford: Oxford University Press.

Shamrock, M. (1997). *Orff Schulwerk: Brief History, Description and Issues in International Dispersal.* California: Great Impressions.

Stark, Charles J. (1976). *Conceptual Framework as Resources for Curriculum Development with Music as a Paradigm Case.* Doctoral Dissertation, Indiana University.

Steiner, Elizabeth. (1988). *Methodology of Theory Building.* Sydney: Educology Research Associates.

Warner, B. (1991). *Orff-Schulwerk: Applications for the Classroom.* New Jersey: Prentice-Hall.

ภาคผนวก

ภาคผนวก 1
ตัวอย่างแผนการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ

จากการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1 ในวันที่ 4 - 7 สิงหาคม พ.ศ. 2563 และครั้งที่ 2 ในวันที่ 2 - 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 คณะดำเนินโครงการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุได้กำหนดเนื้อหาสาระของการอบรมที่หลากหลาย ทั้งทางด้านแนวคิด ทฤษฎี และวิธีปฏิบัติ ตลอดจนมุ่งพัฒนาความรู้และสร้างความเข้าใจแก่ผู้เข้าร่วมการอบรมในการเขียนแผนการสอนดนตรี เพื่อการกำหนดวิธีการจัดกิจกรรมดนตรีสำหรับผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้อง

ทั้งนี้ เพื่อให้ทราบถึงแนวคิด แนวทาง และวิธีการจัดกิจกรรมดนตรีสำหรับผู้สูงอายุที่ชัดเจนเป็นขั้นตอน คณะดำเนินโครงการจัดอบรมจึงนำเสนอตัวอย่างแผนการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ ที่พัฒนาขึ้นโดยผู้เข้าร่วมการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1 – 2 ซึ่งตัวอย่างแผนการสอนที่นำเสนอนี้ ได้ผ่านการปรับปรุงและเรียบเรียงเนื้อหาให้สมบูรณ์ครบถ้วนมากยิ่งขึ้น เพื่อให้ผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ หรือผู้ที่สนใจจัดกิจกรรมดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ สามารนำไปศึกษา พัฒนาต่อยอด หรือนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตัวอย่างแผนการสอน จัดทำโดยผู้เข้าร่วมการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1 ระหว่างวันที่ 4 - 7 สิงหาคม พ.ศ. 2563 ณ โรงแรมพะเยาเกทเวย์ อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา

แผนการสอนเพลงยิ้ม

สาระสำคัญ

อังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นง่าย เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ใช้ถ่ายทอดอารมณ์เพลงมาสู่ผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ฟังเกิดความซาบซึ้งประทับใจในบทเพลงที่เล่น

วัตถุประสงค์

1. สามารถร้องเพลงยิ้มได้
2. สามารถเคาะจังหวะเพลงยิ้มได้
3. สามารถสร้างสรรค์ท่าทางประกอบเพลงยิ้มได้
4. สามารถทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดาย ในเพลงยิ้มได้
5. สามารถบรรเลงอังกะลุงเพลงยิ้มได้

เนื้อหา

1. เพลงยิ้ม เป็นเพลงที่นำทำนองมาจากเพลงพม่าเขว โดยคุณหญิงชิ้น ศิลปบรรเลง ได้นำมาประพันธ์เนื้อร้องเป็นเพลงช้าง อีกทั้งยังมีผู้ที่นำทำนองเพลงพม่าเขวมาดัดแปลงโดยใส่เนื้อร้องอื่น ๆ ให้เหมาะสมกับการทำกิจกรรม เช่นเพลงยิ้ม (ไม่ทราบผู้ประพันธ์เนื้อร้อง)
2. เนื้อเพลงและโน้ตเพลง เพลงยิ้ม
3. การทำสัญญาณมือ

กิจกรรม

1. เปิดเพลงยิ้มให้ผู้เข้ารับการอบรมฟัง
2. ขับร้องเพลงและเคาะจังหวะเพลงยิ้ม
3. เคลื่อนไหวประกอบเพลงยิ้ม
4. ทำสัญญาณมือเพลงยิ้ม
5. การจับและวิธีการเล่นเครื่องดนตรีอังกะลุง
6. เล่นอังกะลุงตามสัญญาณมือ เพลงยิ้ม

การประเมินผล

1. การขับร้องเพลงยิ้มได้ถูกต้องและไพเราะ
2. การเคาะจังหวะเพลงยิ้มได้อย่างถูกต้อง
3. การสร้างสรรค์ท่าทางประกอบเพลงยิ้ม
4. การทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดาย ในเพลงยิ้ม
5. การบรรเลงอังกะลุงเพลงยิ้ม

สื่อ

1. เนื้อเพลงยิ้ม
2. โน้ตเพลงยิ้ม
3. เครื่องดนตรีอังกะลุง

เพลงยิ้ม

ทำนอง : พม่าเขว
เนื้อร้อง : ไม่ทราบผู้แต่ง

ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม ยิ้มมานัยน์ตาหวานชื่น
ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม ยิ้มมานัยน์ตาหวานชื่น
ยิ้มนิด ชีวิตยั่งยืน
สดชื่นอุรา อย่ามัวรอ
สดชื่นอุรา หย่าหน้างอ
มายิ้มกันหนอเพื่อนเอย

แผนภูมิเพลงยิ้ม

ทำนอง : พม่าเขว
เนื้อร้อง : ไม่ทราบผู้แต่ง

- - - -	- - - ซ	- - - ซ	- - - ซ	- - - -	- ซ - ม	- ร - ม	- ซ - ด
- - - -	- - - ยิ้ม	- - - ยิ้ม	- - - ยิ้ม	- - - -	- ยิ้ม - มา	- นัย - ตา	-หวาน-ชื่น
- - - -	- - - ซ	- - - ซ	- - - ซ	- - - -	- ซ - ม	- ร - ม	- ซ - ด
- - - -	- - - ยิ้ม	- - - ยิ้ม	- - - ยิ้ม	- - - -	- ยิ้ม - มา	- นัย - ตา	-หวาน-ชื่น
- - - -	- ซ - ม	- ร - ม	- ด - ร	- ด - ล	- ด - ด	- ล - ซ	- - ด -
- - - -	- ยิ้ม - นิด	- ชี - วิต	- ยั่ง - ยืน	- สด - ชื่น	- อุ - รา	- อย่า -มัว	- - รอ -
- ด - ล	- ด - ด-	- ล - ซ	- - ด -	- ซ - ล	- ซ - ม	- - - ร	- - - ด
- สด - ชื่น	- อุ - รา	-อย่า-หน้า	- - งอ -	- มา - ยิ้ม	-กัน-หนอ	- - -เพื่อน	- - - เอย

แผนการสอนเพลงไก่ฟ้า

สาระสำคัญ

อังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นง่าย เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ใช้ถ่ายทอดอารมณ์เพลงมาสู่ผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ฟังเกิดความซาบซึ้งประทับใจในบทเพลงที่เล่น

จุดประสงค์

1. สามารถร้องเพลงไก่ฟ้าได้
2. สามารถจดจำโน้ตเพลงไก่ฟ้าได้
3. สามารถเล่นอังกะลุงตามสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้
4. สามารถทำสัญญามือตามแนวทางของโคดายได้

เนื้อหา

1. เพลงไก่ฟ้า เป็นเพลงจากบทละครเรื่องลิลิตพระลอ ตามประวัติ หม่อมหลวงต่วนศรี วรวรรณ เป็นผู้แต่งทำนองจากเพลงลาวจ้อย โดยมีนักร้องหลายท่านได้เอาทำนองเพลงลาวจ้อยบรรจุเนื้อร้องต่าง ๆ กัน เช่น เพลงไก่ฟ้า สร้อยแสงแดง หรือเพลงระบำไก่
2. เนื้อเพลงและโน้ตเพลงไก่ฟ้า
3. การทำสัญญาณมือ

กิจกรรม

1. ร้องเพลงไก่ฟ้า
2. ฝึกร้องโน้ตเพลงไก่ฟ้า
3. การเล่นเครื่องดนตรีอังกะลุง เช่น การจับ-การเขย่า ตามสัญญาณมือ
4. เล่นอังกะลุงตามสัญญาณมือ เพลงไก่ฟ้า
5. ทำสัญญามือเพลงไก่ฟ้า

การประเมินผล

1. การขับร้องเพลงไก่ฟ้า
2. จำโน้ตเพลงไก่ฟ้าได้
3. การอ่านสัญญาณมือตามแนวทางของโคดาย
4. การทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดาย

สื่อ

1. โน้ตและเนื้อเพลงไก่ฟ้า

แผนภูมิเพลงไก่ฟ้า

ทำนอง : ไสล ไกรเลิส
เนื้อร้อง : ส เกษมศรี

- - - ด	ร ม ซ ร	- - - -	- ม - ร	- - - ด	ร ม ซ ร	ม ร ด ร	- ม - ซ
- - - ไก่	- ฟ้า - เอย	- - - -	- โส - ภิณ	- - - ข้อย	ได้ยินสมนาม	ว่า เจ้า - งาม	- จริง - หนอ
- - - ม	ซ ล ด ำ ซ	- - - ม	ร ด ร ม	- - ซ ล	- ด - ร	ม ร ด ล	- ด - ซ
- - หลอก	ให้-พระลอ	- - - พบ	เลยก่อรำคาญ	- - เที่ยวตาม	- ยาก - เย็น	เพราะเป็นด้วยมนต์	- สุ - ดา
- - - -	- - - -	- ซ - ล	ด ร ม ล	- - ซ ม	- - ซ ล	- - ซ ล	ด ร ม ซ
- - - -	- - - -	- โศก - เอย	บ่เคยพบเจ้า	- - ข้อยหลง	- - แต่เงา	- - คอยเฝ้า	ห่วงหาอาวรณ์
- - - -	- - - -	ซ ม ร ด	- ร - ม	- - - -	- ด - ร	ม ร ด ร	- ม - ด
- - - -	- - - -	คิดไปใจข้อย	- สะ - ท้อน	- - - -	- ร้าว - รอน	มิวายอาวรณ์	- อ่อน - ใจ

แผนการสอนเพลงหนูมาลี

สาระสำคัญ

อังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นง่าย เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ใช้ถ่ายทอดอารมณ์เพลงมาสู่ผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ฟังเกิดความซาบซึ้งประทับใจในบทเพลงที่เล่น

จุดประสงค์

1. สามารถร้องเพลงหนูมาลีได้
2. สามารถแต่งเนื้อร้องจากทำนองเพลงหนูมาลีได้
3. สามารถสร้างสรรค์การเคลื่อนไหวร่างกายจากเนื้อร้องที่แต่งได้
4. สามารถทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้
5. สามารถบรรเลงอังกะลุงเพลงหนูมาลีได้

เนื้อหา

1. เพลงหนูมาลี เป็นเพลงที่นำทำนองมาจากเพลงสากล คือ Mary Had a Little Lamb โดย ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุนนาค เป็นผู้ประพันธ์เนื้อร้องภาษาไทย ในชื่อเพลง หนูมาลี
2. เพลงชวนกันเล่นอังกะลุง เป็นเพลงที่ผู้เข้าอบรมดนตรีสร้างสุข นำทำนองเพลงหนูมาลี หรือ Mary Had a Little Lamb และประพันธ์เนื้อร้องให้เหมาะกับการอบรม คือ การบรรเลงอังกะลุง
3. การทำสัญญาณมือ

กิจกรรม

1. นำเข้าสู่บทเรียนด้วยเพลงหนูมาลี
2. ขับร้องเนื้อเพลงและโน้ตเพลงหนูมาลี
3. ทบทวนตัวโน้ตที่มีอยู่ในเพลงหนูมาลี พร้อมฝึกทำสัญลักษณ์มือเสียง โด เร มี ซอล
4. ขับร้องเพลงชวนกันเล่นอังกะลุง โดยใช้ทำนองเพลงหนูมาลี
5. แต่งเนื้อร้องจากทำนองเพลงหนูมาลี พร้อมกับสร้างสรรค์การเคลื่อนไหวร่างกาย ประกอบเพลงที่แต่งขึ้นเอง
6. บรรเลงอังกะลุงเพลงหนูมาลี

การประเมินผล

1. การร้องเนื้อเพลง และโน้ตเพลงหนูมาลี
2. การสร้างสรรค์เนื้อร้องจากทำนองเพลงหนูมาลี
3. การสร้างสรรค์การเคลื่อนไหวร่างกายจากเนื้อร้องที่แต่ง
4. การทำสัญลักษณ์มือและการบรรเลงอังกะลุงได้ถูกต้องตามจังหวะและทำนอง
5. การบรรเลงอังกะลุงเพลงหนูมาลี

สื่อ

1. แผนภูมิโน้ตเพลงหนูมาลี
2. เนื้อเพลงหนูมาลี
3. เนื้อเพลงชวนกันเล่นอังกะลุง
4. แผนภูมิสัญญาณมือ

หมายเหตุ แผนการสอนนี้ใช้สำหรับผู้ที่เคยเรียนพื้นฐานอังกะลุงมาแล้ว

เพลงหนูมาลี

ทำนอง : Mary Had a Little Lamp
เนื้อร้อง : ท่านผู้หญิง มณีรัตน์ บุนนาค

หนูมาลีมีลูกแมวเหมียว ลูกแมวเมียว ลูกแมวเหมียว
หนูมาลีมีลูกแมวเหมียว ขนมันดูคล้ายสำลี
หนูมาลีไปเที่ยวที่ใด เที่ยวที่ใด เที่ยวที่ใด
หนูมาลีไปเที่ยวที่ใด ลูกแมวตามไปทันที

แผนภูมิเพลงหนูมาลี

ทำนอง : Mary Had a Little Lamp

- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ร	- - - ม	- ซ - ซ
- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ม	- ร - ด	- - - -

แผนภูมิเพลงหนูมาลี

ทำนอง : Mary Had a Little Lamp

- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ร	- - - ม	- ซ - ซ
- - - หนู	- - มา ลี	- มี - ลูก	-แมว-เหมียว	- - - ลูก	-แมว-เหมียว	- - - ลูก	-แมว-เหมียว
- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ม	- ร - ด	- - - -
- - - หนู	- - มา ลี	- มี - ลูก	-แมว-เหมียว	- ขน - มัน	- ดู - คล้าย	- สำ - ลี	- - - -
- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ร	- - - ม	- ซ - ซ
- - - หนู	- - มา ลี	-ไป – เที่ยว	- ที่ - ใด	- - - เที่ยว	- ที่ - ใด	- - - เที่ยว	- ที่ - ใด
- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ม	- ร - ด	- - - -
- - - หนู	- - มา ลี	-ไป – เที่ยว	- ที่ - ใด	- ลูก - แมว	- ตาม - ไป	- ทัน - ที	- - - -

เพลงชวนกันเล่นอังกะลุง

ทำนอง : Mary Had a Little Lamp

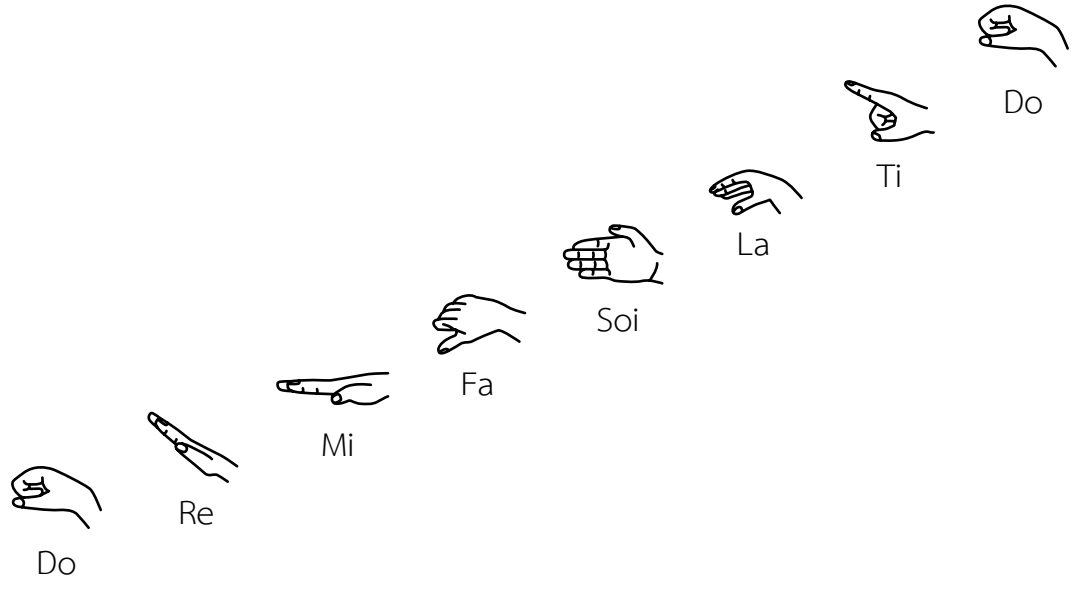
เนื้อร้อง : ผู้เข้าอบรมดนตรีสร้างสุข กลุ่ม 6

มาพวกเรา เราชวนกันมา ชวนกันมา ชวนกันมา

มาสนุกสนานเฮฮา มาเล่นอังกะลุง

- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ร	- - - ม	- ซ - ซ
- - - มา	- - พวกเรา	- เรา - ชวน	- กัน - มา	- - - ชวน	- กัน – มา	- - - ชวน	- กัน - มา
- - - ม	- - ร ด	- ร - ม	- ม - ม	- - - ร	- ร - ม	- ร - ด	- - - -
- - - มา	- - สนุก	- ส – นาน	- เฮ - ฮา	- - - มา	- เล่น - อัง	- กะ - ลุง	- - - -

แผนภูมิสัญญาณมือ



ที่มา http://www.musicedted.info/Sight_Singing_1c._The_Basics/Hand_Signs.html

ตัวอย่างแผนการสอน จัดทำโดยผู้เข้าร่วมการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ ครั้งที่ 2 ระหว่างวันที่ 2 - 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 ณ โรงแรมมณเฑียร ริเวอร์ไซด์ กรุงเทพมหานคร

แผนการสอนเพลงวันเกิด (ทางไทย)

สาระสำคัญ

อังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นง่าย เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ใช้ถ่ายทอดอารมณ์เพลงมาสู่ผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ฟังเกิดความซาบซึ้งประทับใจในบทเพลงที่เล่น

วัตถุประสงค์

1. สามารถร้องเพลงวันเกิด (ทางไทย) ได้อย่างถูกต้องและไพเราะได้
2. สามารถจดจำโน้ตเพลงวันเกิด (ทางไทย) ได้
3. สามารถทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้
4. สามารถเล่นอังกะลุงเพลงวันเกิด (ทางไทย) ตามสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้
5. สามารถบอกประวัติความเป็นมาของเพลงวันเกิด (ทางไทย) ได้

เนื้อหา

เพลงวันเกิด (ทางไทย) เป็นบทเพลงที่ทางมูลนิธิมนตรี ตราโมท จัดทำขึ้นเพื่อถวายสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เนื่องในวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบนักกษัตร โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อสร้างความคุ้นเคยทางด้านดนตรีไทยให้กับเด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไป รวมไปถึงสามารถนำบทเพลงนี้มาใช้ในชีวิตประจำวัน สำหรับเพลงวันเกิด (ทางไทย) ประพันธ์เนื้อร้องโดย ท่านผู้หญิงสมโรจน์ สวัสดิกุล ณ อยุธยา บรรจุเพลงโดยครูมนตรี ตราโมท ศิลปินแห่งชาติ สาขาดนตรีไทย ปี พ.ศ. 2528 ซึ่งใช้ทำนองเพลงโสมส่องแสง ท่อน 1

กิจกรรม

1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยซักถามเกี่ยวกับตัวโน้ตของดนตรีไทย
2. นำเสนอเนื้อหาที่จะทำการสอน
3. นำขับร้องเพลงวันเกิด (ทางไทย)
4. ทบทวนตัวโน้ตที่มีอยู่ในเพลงวันเกิด (ทางไทย)
5. ฝึกร้องโน้ตเพลงวันเกิด (ทางไทย)
6. ฝึกการเล่นอังกะลุงตามสัญญาณมือเพลงวันเกิด (ทางไทย)
7. การทำท่าทางประกอบเพลงวันเกิด (ทางไทย) ตามแนวคิดออร์ฟ

การประเมินผล

1. การร้องเนื้อเพลงและโน้ตเพลงวันเกิด (ทางไทย)
2. การสร้างสรรค์ท่าทางประกอบเพลงวันเกิด (ทางไทย)
3. การทำสัญญาณมือ และเล่นอังกะลุงได้ถูกต้องตามจังหวะและไพเราะ

สื่อ

1. เนื้อเพลงวันเกิด (ทางไทย)
2. โน้ตเพลงวันเกิด (ทางไทย)
3. เนื้อเพลงพร้อมโน้ตพลงวันเกิด (ทางไทย)
4. ภาพสัญญาณมือ
5. เครื่องดนตรีอังกะลุง

กิจกรรมเสนอแนะ

ฝึกเพลงที่คุ้นเคย เพื่อง่ายต่อการเรียนรู้

เพลงวันเกิด (ทางไทย)

เนื้อร้อง : ท่านผู้หญิงสมโรจน์ สวัสดิกุล ณ อยุธยา
ทำนอง : ครูมนตรี ตราโมท

วันนี้เป็นวันเกิด มีสุขเถิดทั้งใจกาย
คิดใดได้สมหมาย อายุมั่นขวัญยืนนาน

โน้ตเพลงวันเกิด (ทางไทย)

-	-	-	-	-	ซ	-	ด	-	-	-	ล	-	ซ	-	ม	-	-	-	ล
-	-	-	-	-	ซ	ม	-	-	-	-	ร	-	ม	-	ซ	-	-	-	ล

-	-	-	-	-	ซ	-	ด	-	-	-	ล	-	ซ	-	ม	-	-	-	ล
-	-	-	-	-	ซ	ม	-	-	-	-	ร	-	ม	-	ซ	-	-	-	ล

เนื้อเพลงพร้อมโน้ตเพลงวันเกิด (ทางไทย)

-	-	-	-	-	ซ	-	ด	-	-	-	ล	-	ซ	-	ม	-	-	-	ล
-	-	-	-	-	วัน	-	นี้	-	-	-	เป็น	-	วัน	-	เกิด	-	-	-	มี
-	-	-	-	-	ซ	ม	-	-	-	-	ร	-	ม	-	ซ	-	-	-	ล
-	-	-	-	-	คิด	ใด	-	-	-	-	ได้	-	สม	-	หมาย	-	-	-	อา

-	-	-	-	-	ซ	-	ด	-	-	-	ล	-	ซ	-	ม	-	-	-	ล
-	-	-	-	-	ซ	ม	-	-	-	-	ร	-	ม	-	ซ	-	-	-	ล

-	-	-	-	-	ซ	-	ด	-	-	-	ล	-	ซ	-	ม	-	-	-	ล
-	-	-	-	-	ซ	ม	-	-	-	-	ร	-	ม	-	ซ	-	-	-	ล

แผนการสอนเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน

สาระสำคัญ

อังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นง่าย เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ใช้ถ่ายทอดอารมณ์เพลงมาสู่ผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ฟังเกิดความซาบซึ้งประทับใจในบทเพลงที่เล่น

วัตถุประสงค์

1. สามารถร้องเนื้อเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้
2. สามารถเคาะจังหวะเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้
3. สามารถร้องโน้ตและจำโน้ตเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้
4. สามารถทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดานในเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้
5. สามารถบรรเลงอังกะลุงตามสัญญาณมือเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้
6. สามารถปฏิบัติ Body Percussion ประกอบเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้
7. สามารถปฏิบัติ Drone แบบ Ostinato ได้

เนื้อหา

1. เพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน ทำนองโดย Magda Giannikov เดิมชื่อเพลง Frere Jacques เป็นบทเพลงภาษาฝรั่งเศส เป็นที่รู้จักตั้งแต่ ปี 1780 โดยเฉพาะเนื้อเพลงภาษาอังกฤษ คือ Are You Sleeping ปัจจุบันมีการบรรจุเนื้อร้องหลากหลายภาษา รวมทั้งภาษาไทย มีการบรรจุเนื้อร้องเป็นหลายบทเพลง อาทิ เมาคลีล่าสัตว์ นิ้วโป้งอยู่ไหน
2. เนื้อเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
3. การอ่านโน้ตเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน โดยเริ่มจากการเรียนรู้สักลักษณ์แทนตัวโน้ต (Iconic)
4. การทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดาย
5. กลวิธีการบรรเลงอังกะลุง เพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
6. การปฏิบัติ Body Percussion ประกอบเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
7. การปฏิบัติ Drone แบบ Ostinato ตามเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน

กิจกรรม

1. นำเข้าสู่บทเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน ด้วยการนำทำนองเพลง Are you sleeping พร้อมเรียนรู้ประวัติเพลง
2. ฝึกขับร้องเนื้อเพลง และเคาะจังหวะเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
3. ฝึกอ่านโนตเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
4. ฝึกทำสัญญาณมือเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน ที่ประกอบด้วยโน้ต “ด ร ม ฟ ซ ล”
5. บรรเลงอังกะลุงตามสัญญาณมือเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
6. ฝึกปฏิบัติ Body Percussion ประกอบเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
7. ฝึกปฏิบัติ Drone แบบ Ostinato ในเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน

การประเมินผล

1. การขับร้องเนื้อเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้ถูกต้องและไพเราะ
2. การเคาะจังหวะเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้ถูกต้อง
3. การร้องและจดจำโน้ตเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหนได้ถูกต้อง
4. การทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายในเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
5. การบรรเลงอังกะลุงเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
6. การปฏิบัติ Body Percussion เพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
7. การปฏิบัติ Drone ในรูปแบบ Ostinato

สื่อ

1. เนื้อเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
2. โน้ตเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน
3. อังกะลุง

เนื้อเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน

นิ้วโป้งอยู่ไหน นิ้วโป้งอยู่ไหน
อยู่นี่จ๊ะ อยู่นี่จ๊ะ สุขสบายดีหรือไร สุขสบายทั้งกายใจ
ไปก่อนนะ สวัสดี

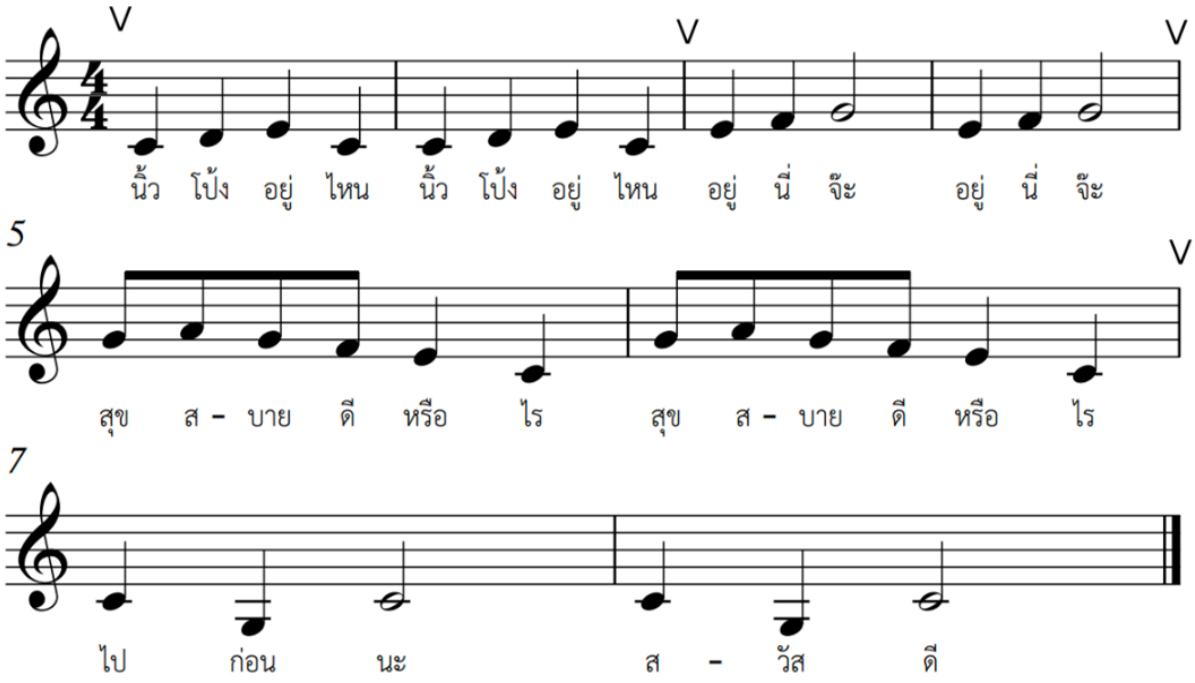
เมาคลีล่าสัตว์

เมาคลีล่าสัตว์ เมาคลีล่าสัตว์ ฆ่าแชคาน ฆ่าแชคาน
ถลกหนังมันออกหมด ถลกหนังมันออกหมด
มันฆ่าวัว มันฆ่าควาย

Are you sleeping

Are you sleeping? Are you sleeping?
Brother John. Brother John.
Morning bell are ringing. Morning bell are ringing.
Ding Ding Dong. Ding Ding Dong.

โน้ตเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน



แผนการสอนเพลงตามองตา

สาระสำคัญ

อังกะลุงเป็นเครื่องดนตรีที่เล่นง่าย เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย ใช้ถ่ายทอดอารมณ์เพลงมาสู่ผู้ฟังได้ดี ทำให้ผู้ฟังเกิดความซาบซึ้งประทับใจในบทเพลงที่เล่น

วัตถุประสงค์

1. สามารถร้องเพลงตามองตาได้
2. สามารถจดจำเนื้อเพลงและโน้ตเพลงได้
3. สามารถทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้
4. สามารถใช้ร่างกายทำจังหวะตามแนวคิดของออร์ฟได้
5. สามารถเล่นอังกะลุงตามสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้

เนื้อหา

1. เพลงตามองตา เป็นเพลงพื้นบ้าน มีการรำและร้องของชาวบ้าน ไม่ปรากฏชื่อผู้แต่งปัจจุบันยอดรัก สลักใจ ได้นำมาร้องใหม่เป็นการรำและร้องแบบง่าย ๆ มุ่งเน้นที่ความสนุกสนานรื่นเริงเป็นสำคัญ มีการนำมาใช้กิจกรรมลูกเสือ-เนตรนารีด้วย
2. เนื้อเพลงและโน้ตเพลงตามองตา
3. กระทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดาย เพลงตามองตา
4. การใช้ร่างกายทำจังหวะตามแนวคิดของออร์ฟในเพลงตามองตา
5. การเล่นอังกะลุง เพลงตามองตา

กิจกรรม

1. ผู้สอนร้องเพลงตามองตาให้ผู้เข้าอบรมฟัง 1 รอบ
2. ผู้สอนและผู้เข้าอบรมร่วมกันร้องเพลงตามองตาพร้อมกัน
3. ผู้สอนและผู้เข้าอบรมร่วมกันร้องโน้ตเพลงตามองตาพร้อมกัน
4. ผู้สอนทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายในเพลงตามองตา โดยมีสัญญาณมือตัวโน้ตดังนี้ “ด ร ม ซ ล ท” และให้ผู้เข้าอบรมร่วมกันปฏิบัติพร้อมกัน
5. ผู้สอนใช้ร่างกายทำจังหวะตามแนวคิดออร์ฟในเพลงตามองตา โดยการท่องเป็นจังหวะดังนี้ มือเรา-ตักเรา-มือเรา-มือเพื่อน และให้ผู้เข้าอบรมร่วมปฏิบัติพร้อมกัน
6. ผู้สอนแนะนำการเล่นเครื่องดนตรีอังกะลุง เช่น การจับ การเขย่า ตามสัญญาณมือ
7. ผู้เข้าอบรมเล่นอังกะลุงตามสัญญาณ เพลงตามองตา

การประเมินผล

1. การขับร้องเพลงตามองตาได้อย่างไพเราะและถูกต้อง
2. จดจำโน้ตเพลงและเนื้อเพลงตามองตาได้อย่างถูกต้อง
3. การทำสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายได้อย่างถูกต้อง
4. ใช้ร่างกายทำจังหวะตามแนวคิดออร์ฟในเพลงตามองตาได้อย่างถูกต้อง
5. เล่นอังกะลุงตามสัญญาณมือตามแนวทางของโคดายในเพลงตามองตาได้อย่างถูกต้อง

สื่อ

1. เนื้อเพลงและโน้ตเพลง
2. เครื่องดนตรีอังกะลุง
3. แผนภาพสัญญาณมือตามแนวคิดของโคดาย

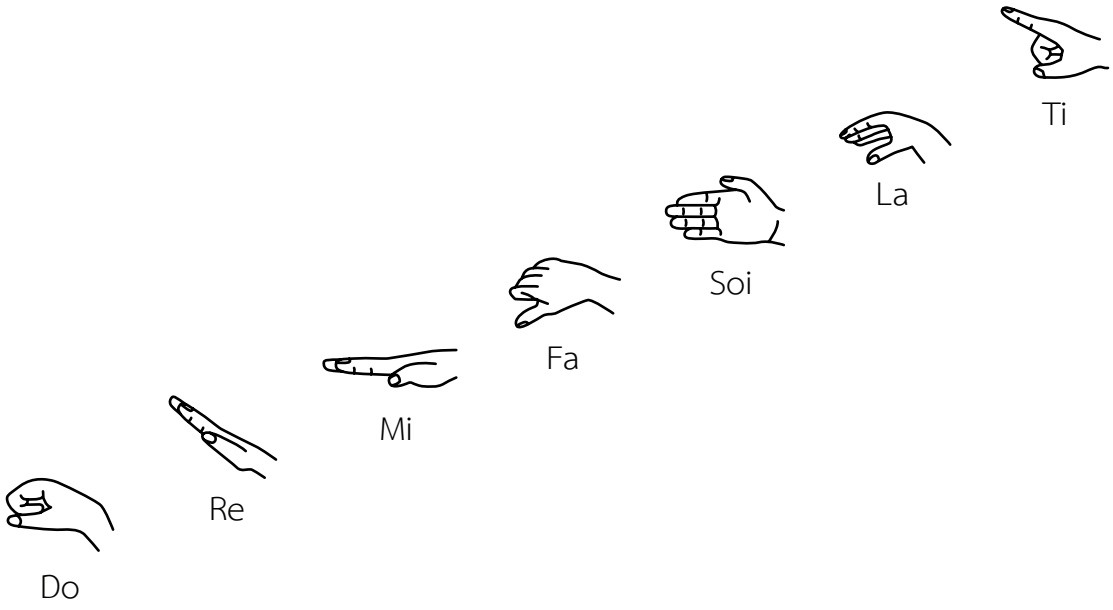
เนื้อเพลงเพลงตามองตา

ตามองตา สายตามาจ้องมองกัน
รู้สึกเสียวซ่านหัวใจ รักฉันก็ไม่รัก
หลงฉันก็ไม่หลง ฉันยังอดโค้งเธอไม่ได้
เธอช่างงามวิไล (ซ้ำ) เหมือนดอกไม้ที่เธอถือมา

โน้ตเพลงตามองตา

- - - -	- - - ด	- - - ท	- - - ล	- - - -	- ด - ล	- ซ - ม	- ซ - ล
- - - -	- - - ตา	- - - มอง	- - - ตา	- - - -	- สาย - ตา	- มา - จ้อง	- มอง - กัน
- ด - ซ	- ด - ม	- - - -	- ซ - ล	- - - -	- - - ด	- ด - ซ	- ล - ด
- รู้ - สึก	-เสียว-ซ่าน	- - - -	- หัว - ใจ	- - - -	- - - รัก	- ฉัน - ก็	- ไม่ - รัก
- - - -	- - - ด	- ด - ซ	- ล - ด	- ด - ล	- ซ - ด	- - - ล	- ซ - ม
- - - -	- - - หลง	- ฉัน - ก็	- ไม่ - หลง	- ฉัน - ยัง	- อด - โค้ง	- - - เธอ	- ไม่ - ได้
- - - -	- - - ด	- ด - ร	- ซ - ม	- - - -	- - - ด	- ด - ร	- ซ - ม
- - - -	- - - เธอ	- ช่าง - งาม	- วิ - ไล	- - - -	- - - เธอ	- ช่าง - งาม	- วิ - ไล
- - - ร	- ด - ร	- ด - ด	- ล - ด	- - - ร	- ด - ร	- ด - ด	- ล - ด
- - - เหมือน	- ดอก - ไม้	- ที่ - เธอ	- ถือ - มา	- - - เหมือน	- ดอก - ไม้	- ที่ - เธอ	- ถือ - มา

แผนภูมิสัญญาณมือตามแนวคิดของโคดาย



ที่มา http://www.musicedted.info/Sight_Singing_1c._The_Basics/Hand_Signs.html

ภาคผนวก 2
ตัวอย่างโน้ตและสัญลักษณ์มือตามแนวทาง อาจารย์พัฒนา สุขเกษม

1. เพลงชวา

ทำนอง หลวงประดิษฐ์ไพเราะ (ศร ศิลปบรรเลง)

จัดทำโดย คณะดำเนินงาน

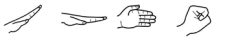
ท่อนที่ 1

1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
-	-	-	มี	-	ซอล	-	มี	-	ซอล	-	มี	-	มี	-	มี
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-	เร	-	มี	-	เร	-	มี	-	เร	-	เร	-	เร
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-	โด	-	เร	-	โด	-	เร	-	โด	-	โด	-	โด
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-	ลา	-	โด	-	ลา	-	โด	-	ลา	-	ลา	-	ลา
-	-	-		-		-		-		-		-		-	

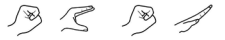
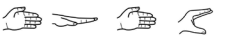
ท่อนที่ 2

1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
-	-	-	มี	ซอล	ลา	-	มี	ซอล	ลา	-	มี	-	มี	-	มี
-	-	-				-				-		-		-	
-	-	-	เร	มี	ซอล	-	เร	มี	ซอล	-	เร	-	เร	-	เร
-	-	-				-				-		-		-	
-	-	-	โด	เร	มี	-	โด	เร	มี	-	โด	-	โด	-	โด
-	-	-				-				-		-		-	
-	-	-	ลา	โด	เร	-	ลา	โด	เร	-	ลา	-	ลา	-	ลา
-	-	-				-				-		-		-	

ท่อนที่ 3

1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
-	-	-	มี	ซอล	ลา	โด	มี	ซอล	ลา	โด	มี	-	มี	-	มี
-	-	-										-		-	
-	-	-	เร	มี	ซอล	ลา	เร	มี	ซอล	ลา	เร	-	เร	-	เร
-	-	-										-		-	
-	-	-	โด	เร	มี	ซอล	โด	เร	มี	ซอล	โด	-	โด	-	โด
-	-	-										-		-	
-	-	-	ลา	โด	เร	มี	ลา	โด	เร	มี	ลา	-	ลา	-	ลา
-	-	-										-		-	

ท่อนที่ 4

1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
-	-	ซอล	มี	เร	โด	เร	มี	เร	โด	เร	มี	-	มี	-	มี
-	-											-		-	
-	-	มี	เร	โด	ลา	โด	เร	โด	ลา	โด	เร	-	เร	-	เร
-	-											-		-	
-	-	เร	โด	ลา	ซอล	ลา	โด	ลา	ซอล	ลา	โด	-	โด	-	โด
-	-											-		-	
-	-	โด	ลา	ซอล	มี	ซอล	ลา	ซอล	มี	ซอล	ลา	-	ลา	-	ลา
-	-											-		-	

ภาคผนวก 3
ตัวอย่างโน้ตเพลงสากล

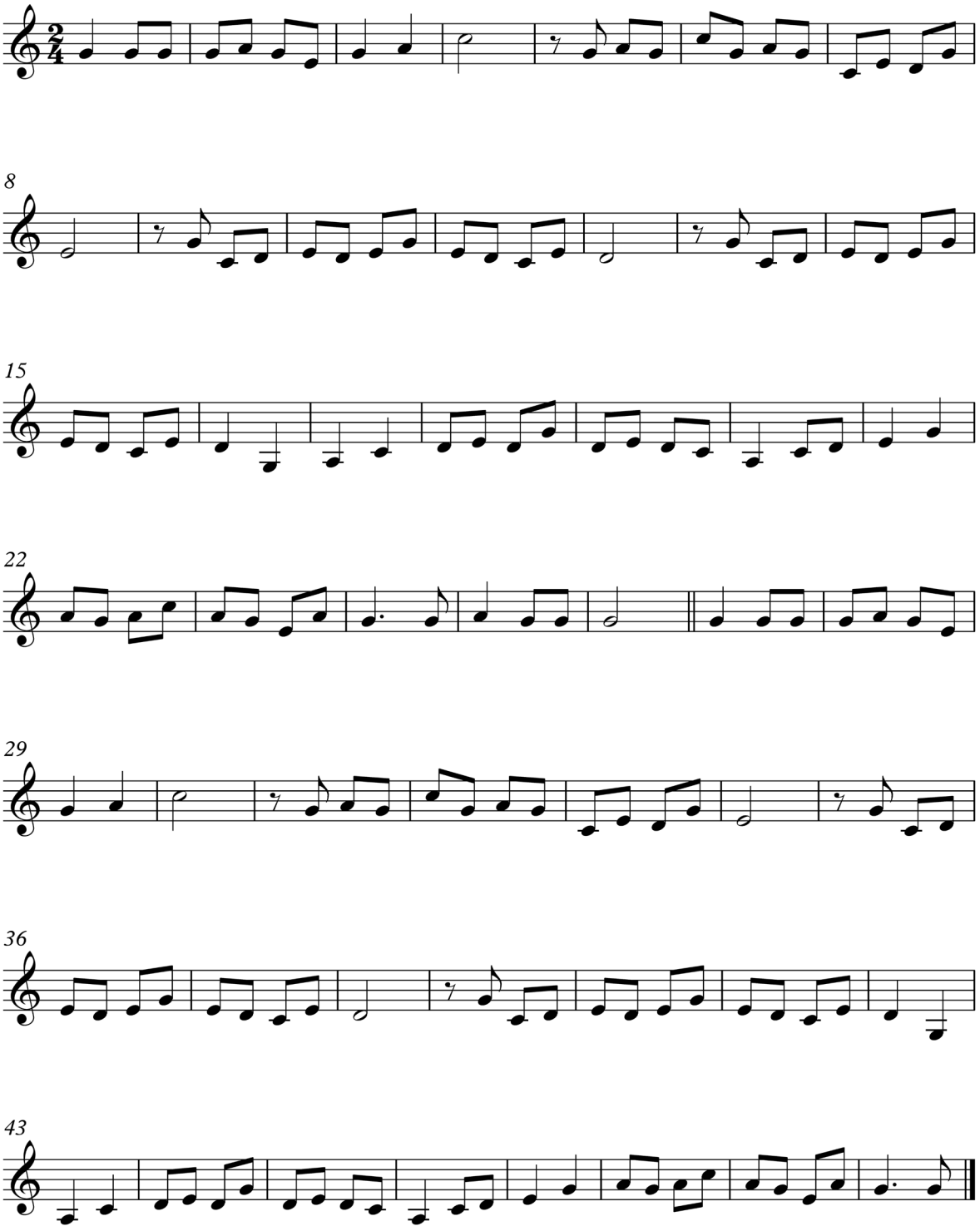
เพลงชวา

ทำนอง : หลวงประดิษฐ์ไพเราะ (ศร ศิลปบรรเลง)

จัดทำโน้ต : คณะดำเนินงาน

เพลงล่องแม่ปิง

ทำนอง : เพลงพื้นเมืองล้านนา
คำร้อง : จรัล มโนเพชร
จัดทำโน้ต : คณะดำเนินงาน



เพลงลอยกระทง

ทำนอง : เอื้อ สุนทรสนาน
คำร้อง : แก้ว อัจฉริยะกุล
จัดทำโน้ต : คณะดำเนินงาน

ภาคผนวก 4
ตัวอย่างตารางการวัดและประเมินผลผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม

กิจกรรมการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุเป็นกิจกรรมที่ใช้สร้างเสริม และพัฒนาคุณลักษณะได้หลายด้านสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ สร้างเสริมอารมณ์ สร้างเสริมสมาธิ สร้างเสริมสุขภาพร่างกาย และสร้างเสริมทักษะทางสังคม โดยมีรายละเอียดดังนี้

สร้างเสริมอารมณ์	สร้างเสริมสมาธิ	สร้างเสริมร่างกาย	สร้างเสริมสังคม
ยิ้ม	ฟังชัด	ได้นั่ง - ยืน	พูดคุย ทักทาย
หัวเราะ	เขย่าตรง	ได้ขยับมือ ขยับนิ้ว ขยับแขน	สวัสดี ช่วยหา ช่วยยก ช่วยเก็บ
สนุกกับเพลง	ทำตามทัน	ได้ยกอังกะลุง	ได้นำ ได้ทำตาม
สนุกกับเพื่อน	จดจ่อตลอดเพลง	ได้กวาดห้อง	จำชื่อเพื่อนได้

ภาคผนวก 5
แบบฝึกหัดผู้อำนวยเพลง

แบบฝึกหัดที่ 1 จงเขียนชื่อโน้ตตามสัญลักษณ์มือที่กำหนดให้

1..... 2..... 3..... 4..... 5..... 6..... 7.....

แบบฝึกหัดที่ 2 แบบฝึกเขียนเสียงดนตรีในช่องใต้รูปให้ตรงตามสัญลักษณ์มือ

1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	
-	-	-		-		-		-		-		-		-	

แบบฝึกหัดที่ 3 แบบฝึกหัดอ่านทำนอง ซอล - ฟา พร้อมเคาะจังหวะ และแบบฝึกการใช้โน้ตสัญลักษณ์มืออำนวยเพลง

แบบฝึกหัดอ่านโน้ตเพลงชวา

(ท่อนที่ 1)

- - - ม	- ซ - ม	- ซ - ม	- ม - ม	- - - ร	- ม - ร	- ม - ร	- ร - ร
- - - ด	- ร - ด	- ร - ด	- ด - ด	- - - ล	- ด - ล	- ด - ล	- ล - ล

(ท่อนที่ 2)

- - - ม	ซ ล - ม	ซ ล - ม	- ม - ม	- - - ร	ม ซ - ร	ม ซ - ร	- ร - ร
- - - ด	ร ม - ด	ร ม - ด	- ด - ด	- - - ล	ด ร - ล	ด ร - ล	- ล - ล

(ท่อนที่ 3)

- - - ม	- ซ - ม	- ซ - ม	- ม - ม	- - - ร	- ม - ร	- ม - ร	- ร - ร
- - - ด	- ร - ด	- ร - ด	- ด - ด	- - - ล	- ด - ล	- ด - ล	- ล - ล

(ท่อนที่ 4)

- - ซ ม	ซ ล ด ม	ซ ล ด ม	- ม - ม	- - ม ร	ด ล ด ร	ด ล ด ร	- ร - ร
- - ร ด	ล ซ ล ด	ล ซ ล ด	- ด - ด	- - ด ล	ซ ม ซ ล	ซ ม ซ ล	- ล - ล

บทเพลงล่องแม่ปิง

-	+	-	+	-	+	-	+
- - ซ ล	- ซ ซ ซ						
- - - ซ	- ซ ซ ซ	ล ซ ม ซ	- ล - ดˌ	- - - -	ซ ล ซ ดˌ	ซ ล ซ ดˌ	ม ร ซ ม
- - - -	ซ ด ร ม	ร ม ซ ม	ร ด ม ร	- - - -	ซ ด ร ม	ร ม ซ ม	ร ด ม ร
- ซ - ล	- ด - ร	ม ร ซ ร	ม ร ด ล	- ด ร ม	- ซ - ล	ซ ล ด ล	ซ ม ล ซ

บทเพลงลอยกระทง

-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
- - ซ ซ				ม ซ ล ดˌ				- ร ด ล				- ซ - ม				- ซ ล ดˌ				- ล ดˌ -				ซ ล ด ร				ด ล ซ ซ			
- - - ดˌ				- ดˌ ดˌ ดˌ				- - - ซ				- ซ ซ ซ				- ด ด ด				- ร ม -				ม ร ด ล				ซ ล ด ร			
- - ม ม				ม ม ม ม				- - ด ด				ด ด ด ด				- ดˌ ล ซ				ล ดˌ ล ดˌ				- ด - ล				ล ด ล ด			

ภาคผนวก 6
โครงการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

หลักการและเหตุผล

ในปี พ.ศ. 2560 สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ให้ทุนสนับสนุนดำเนินงานโครงการวิจัย การถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา อาจารย์พัฒนา สุขเกษม ครูใหญ่โฮงเฮียนผู้สูงอายุพะเยา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อถอดบทเรียนการใช้ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ ภายใต้แนวคิด หลักการ และวิธีการของอาจารย์พัฒนา สุขเกษม เพื่อการนำองค์ความรู้ที่ได้จากโครงการวิจัยดังกล่าว มาพัฒนาต่อยอดสำหรับเตรียมความพร้อมของสังคมไทยที่กำลังก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์” (Complete Aging Society) ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2564 ตามแผนสุขภาวะประชากรกลุ่มเฉพาะ “ผู้สูงอายุ” แผนงานหลักของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ระหว่างปี พ.ศ. 2561 – 2563

คณะดำเนินงานโครงการจึงนำองค์ความรู้ที่ได้จากโครงการวิจัยข้างต้น มาขยายผลดำเนินงานต่อยอดโดยกำหนดแผนพัฒนาหลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ และพัฒนาหลักสูตรการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลหลักสูตร และเอกสารประกอบหลักสูตรจากการถอดบทเรียนอาจารย์พัฒนา สุขเกษม ที่ได้นำเสนอแนวคิด หลักการ กระบวนการทางดนตรีศึกษา และการสอนดนตรีที่มีชื่อเสียงได้รับการยอมรับในระดับสากล อาทิ การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (Kodály) และการสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff) เป็นข้อมูลประกอบการพัฒนาหลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุและหลักสูตรการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยในปี พ.ศ. 2562 สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ จึงให้ทุนสนับสนุนการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุในพื้นที่ภาคเหนือตอนบน และพื้นที่กรุงเทพ ฯ และปริมณฑล เพื่อขยายผลการดำเนินงานดังกล่าวให้เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น

การจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุในพื้นที่ภาคเหนือตอนบน จัดขึ้นระหว่างวันที่ 4 - 7 สิงหาคม พ.ศ. 2563 ณ ห้องเบญจรงค์ โรงแรมพะเยาเกทเวย์ จังหวัดพะเยา โดยมีผู้เข้าอบรมและผู้สังเกตการณ์รวมทั้งสิ้น 35 คน ซึ่งมาจากองค์กรที่ดำเนินงานจัดกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุอยู่แล้ว 22 แห่ง ใน 8 จังหวัด ภาคเหนือตอนบน และการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุในพื้นที่กรุงเทพ ฯ และปริมณฑล จัดขึ้นระหว่าง วันที่ 2 – 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 ณ โรงแรมมณเฑียร ริเวอร์ไซด์ กรุงเทพมหานคร โดยมีผู้เข้าอบรมรวมทั้งสิ้น 35 คน

วัตถุประสงค์ของการดำเนินโครงการ

1. จัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ
2. ศึกษาผลจากการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

งบประมาณ

ทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ระยะเวลาดำเนินโครงการ

จัดอบรมจำนวน 2 ครั้ง สำหรับพื้นที่ภาคเหนือตอนบน ระหว่างวันที่ 4 – 7 สิงหาคม พ.ศ. 2563 และสำหรับพื้นที่กรุงเทพ ฯ และปริมณฑล ระหว่างวันที่ 2 – 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563

ผู้รับผิดชอบโครงการ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์	หัวหน้าโครงการ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิทยา ไล้ทอง	ผู้ดำเนินงานโครงการ
3. นางสาวณัชชา เตชะอาภรณ์ชัย	ผู้ประสานงานโครงการ

ผู้ดำเนินโครงการ

1. นางภรณี ภู่ประเสริฐ ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนสุขภาวะประชากรกลุ่มเฉพาะ (สสส.)	ที่ปรึกษาโครงการ
2. อาจารย์ชัยธวัชว์ ไทยยง นายกสมาคมครุศาสตร์สัมพันธ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	ที่ปรึกษาโครงการ
3. รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์	ประธานโครงการ
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิทยา ไล้ทอง	รองประธาน
5. นางสาวณัชชา เตชะอาภรณ์ชัย	กรรมการ
6. อาจารย์พัฒนา สุขเกษม	กรรมการ
7. นายศักดิ์ระพี รักตประจิต	กรรมการ
8. นางสาวมินทรา ทันตะเวช	กรรมการ
9. นางสาวศศินันท์ วิภูษิฑิมากูล	เลขานุการ
10. นางสาวศิรารัตน์ สุขชัย	ผู้ช่วยเลขานุการ

กลุ่มเป้าหมายที่คาดว่าจะได้รับประโยชน์

1. ผู้จัดกิจกรรมให้แก่ผู้สูงอายุ
2. ชมรมผู้สูงอายุ
3. โรงเรียนผู้สูงอายุ

ผลผลิตโครงการ

1. หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ จำนวน 1 หลักสูตร
2. หลักสูตรการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน 1 หลักสูตร
3. ผู้นำกิจกรรมสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน 50 คน

วิทยากรและผู้เข้าอบรม

วิทยากร

1. อาจารย์พัฒนา สุขเกษม
2. รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิทยา ไล้ทอง

ผู้เข้าอบรม

1. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดลำพูน
2. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดเชียงใหม่
3. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดแพร่
4. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดน่าน
5. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดเชียงราย
6. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดลำปาง
7. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดแม่ฮ่องสอน
8. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดพะเยา
9. ผู้นำกิจกรรมจากกรุงเทพ ฯ และปริมณฑล
10. ผู้นำกิจกรรมจากจังหวัดอื่น ๆ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ
2. ได้หลักสูตรการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ
3. ได้ผู้นำกิจกรรมสำหรับการจัดอบรมดนตรีผู้สูงอายุ
4. ผู้สูงอายุมีกิจกรรมดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีเพิ่มขึ้น

กำหนดการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1
ระหว่างวันที่ 4 - 7 สิงหาคม พ.ศ. 2563 ณ ห้องเบญจรงค์ โรงแรมพะเยาเกทเวย์ จังหวัดพะเยา

วันที่ 4 ส.ค. 2563

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 – 09.30 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 1
09:30 – 10:15 น.	ลงทะเบียน
10.15 – 10.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
10.30 – 12.00 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 2
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 15.00 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 3
15.00 – 15.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15.30 – 16.30 น.	การเขียนแผนการสอน
16.30 – 17.30 น.	ประชุมปฏิบัติการณ์การเขียนแผนการสอน
17.00 – 18.30 น.	รับประทานอาหารเย็น

วันที่ 5 ส.ค. 2563

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 – 10.00 น.	การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย 1
10.00 – 10.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
10.30 – 12.00 น.	การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ 1
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 15.00 น.	พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ 1
15.00 – 15.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15.30 – 16.30 น.	สุขภาวะผู้สูงอายุ
16.30 – 17.30 น.	ประชุมปฏิบัติการณ์การเขียนแผนการสอน
17.30 – 18.30 น.	รับประทานอาหารเย็น

วันที่ 6 ส.ค. 2563

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 – 10.00 น.	การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย 2
10.00 – 10.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
10.30 – 12.00 น.	การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ 2
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ 2
14.00 – 15.00 น.	อภิปรายสรุปองค์ความรู้การสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ
15.00 – 15.30 น	รับประทานอาหารว่าง
15.30 – 16.30 น.	พัฒนาแผนการสอน 1
16.30 – 17.30 น.	นั่งรถรางชมกว๊านพะเยา
17.30 – 18.30 น.	รับประทานอาหารเย็น

วันที่ 7 ส.ค. 2563

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 – 10.00 น.	พัฒนาแผนการสอน 2
10.00 – 10.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
10.30 – 11.30 น.	พัฒนาแผนการสอน 3
11.30 – 12.30 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
12.30 – 14.30 น.	นำเสนอผลงานของผู้เข้าอบรม
14.30 – 15.15 น.	รับประทานอาหารว่างและสัมภาษณ์ผู้เข้าอบรม
15.15 – 15.45 น.	สรุปและประเมินผลการอบรม
15.45 – 16.30 น.	มอบวุฒิบัตรและพิธีปิด
17.30 – 18.30 น.	รับประทานอาหารเย็น

กำหนดการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ ครั้งที่ 2
ระหว่างวันที่ 2 – 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 ณ โรงแรมมณเฑียร ริเวอร์ไซด์ กรุงเทพมหานคร

วันที่ 2 พ.ย. 2563

08:30 – 09:00 น.	ลงทะเบียน
09:00 – 09:30 น.	พิธีเปิดการจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สุงอายุ
09:30 – 10:30 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 1
10:30 – 10:45 น.	รับประทานอาหารว่าง
10:45 – 12:15 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 2
12:15 – 13:15 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:15 – 15:15 น.	การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย 1
15:15 – 15.30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15:30 – 16:30 น.	การเขียนแผนการสอน 1
16:30 – 17:30 น.	ประชุมปฏิบัติการ “การเขียนแผนการสอน”
17:30 – 18:30 น.	รับประทานอาหารเย็น

วันที่ 3 พ.ย. 2563

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08:30 – 10:30 น.	การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ 1
10:30 – 10:45 น.	รับประทานอาหารว่าง
10:45 – 12:15 น.	พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ 1
12:15 – 13:15 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:15 – 14:45 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 3
14:45 – 15:15 น.	ประชุมปฏิบัติการ “การฝึกทำสัญญาณมือ”
15:15 – 15:30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15:30 – 16:30 น.	สุขภาวะผู้สูงอายุ
16:30 – 17:30 น.	ประชุมปฏิบัติการ “การเขียนแผนการสอน”
17.30 – 18.30 น.	รับประทานอาหารเย็น

วันที่ 4 พ.ย. 2563

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน
08:30 – 10:30 น.	การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ 2
10:30 – 10:45 น.	รับประทานอาหารว่าง
10:45 – 12:15 น.	พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ 2
12:15 – 13:15 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:15 – 15:15 น.	การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย 2
15:15 – 15:30 น.	รับประทานอาหารว่าง
15:30 – 16:30 น.	ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 4
16:30 – 17:30 น.	พัฒนาแผนการสอน
17:30 – 18:00 น.	ประชุมปฏิบัติการ “การเขียนแผนการสอน”
18:00 – 18:30 น.	ประชุมปฏิบัติการ “การฝึกอำนวยเพลง”
18:30 – 19:30 น.	รับประทานอาหารเย็น

วันที่ 5 พ.ย. 2563

08:00 – 08:30 น.	ลงทะเบียน
08:30 – 09:30 น.	นำเสนอผลงานของผู้เข้าอบรม
09:30 – 10:30 น.	อภิปรายสรุปองค์ความรู้การสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ
10:30 – 11:15 น.	รับประทานอาหารว่าง
11:15 – 12:00 น.	สัมภาษณ์ผู้เข้าอบรม
12:00 – 13:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13:00 – 14:00 น.	สรุปและประเมินผลการอบรม
14:00 – 15:00 น.	การแสดงของผู้เข้าอบรม มอบวุฒิบัตร และพิธีปิด
15:00 – 15:30 น.	รับประทานอาหารว่าง

คณะดำเนินงาน
โครงการดนตรีเพื่อการพัฒนาสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ

รองศาสตราจารย์ ดร.ณรุทธ์ สุทธจิตต์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิทยา ไล้ทอง

นางสาวณัชชา เตชะอาภรณ์ชัย

นางสาวศศินันท์ วิภูษิตมากูล

นางสาวศิรารัตน์ สุขชัย

นายศักดิ์ระพี รักตประจิต

แหล่งเงินทุน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
ปีที่ดำเนินโครงการ พ.ศ. 2562 - 2564

วีดิทัศน์การอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 : https://youtu.be/W3ERS9WAbzs

ตอนที่ 2 : https://youtu.be/odsDC8687Q8

ตอนที่ 3 : https://youtu.be/2pu_mMYXwQc

ตอนที่ 4 : https://youtu.be/dNN0JqRDIec

การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (Kodály)

ตอนที่ 1 : https://youtu.be/mbzk-Q3IQkU

ตอนที่ 2 : https://youtu.be/PsJF0r1jkhY

ตอนที่ 3 : https://youtu.be/nHNiigbgpT8

ตอนที่ 4 : https://youtu.be/rQkR8w9ARKs

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff Schulwerk)

ตอนที่ 1 : https://youtu.be/8ni5qyz1SQE

ตอนที่ 2 : https://youtu.be/qIejgteAGuw

ตอนที่ 3 : https://youtu.be/3u0ffbhPx28

พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 : https://youtu.be/BS0vyO81eko

ตอนที่ 2 : https://youtu.be/vyuZpXIuePQ

ตอนที่ 3 : https://youtu.be/f-F8sEVIGO8

การจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

ประมวลภาพการจัดอบรม : https://youtu.be/OPpK6v9PyU8

เบื้องหลังการจัดอบรม : https://youtu.be/_Da5_IbUIQA

วีดิทัศน์การอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

ดนตรีสร้างเสริมสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 ตอนที่ 2 ตอนที่ 3 ตอนที่ 4

การสอนดนตรีตามแนวทางของโคดาย (Kodály)

ตอนที่ 1 ตอนที่ 2 ตอนที่ 3 ตอนที่ 4

การสอนดนตรีตามแนวคิดออร์ฟ (Orff Schulwerk)

ตอนที่ 1 ตอนที่ 2 ตอนที่ 3

พื้นฐานการสอนดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 1 ตอนที่ 2 ตอนที่ 3

การจัดอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ

ประมวลภาพการจัดอบรม เบื้องหลังการจัดอบรม

หลักสูตรการอบรมผู้นำกิจกรรมดนตรีผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๖๔