



宜蘭縣寒溪國民小學

原住民族教育課程 學生學習手冊



課程主軸/主題：泰雅文化—傳統歌舞

單元名稱：原歌勁舞

實施年級/主編教師：五年級/蔡宜君老師

目錄

寒溪泰雅樂舞.....	1
泰雅樂器.....	2
泰雅木琴與創作.....	6
泰雅樂器學習單.....	7
泰雅歌謠.....	8
泰雅歌謠學習單.....	15
泰雅舞蹈.....	16
原歌勁舞創作.....	22
原歌勁舞發表.....	23
泰雅舞蹈學習單.....	24

寒溪泰雅樂舞

原住民一向給人們的印象是，擁有天生的好歌喉以及節奏感佳，因此對於原住民來說，音樂及舞蹈似乎是跟原住民密不可分的，寒溪部落大多為泰雅族人，而跟大多數的原住民族一樣，也有其屬於自己的泰雅歌謠、樂器及舞蹈。

泰雅族在舞蹈方面，是以歌聲配合著舞步，加上少數樂器的伴奏。泰雅舞蹈是依據泰雅族傳統祭典及生活文化為主，其中分出了舞蹈的類型：口簧舞、祭祀舞、結婚舞、狩獵舞、竹竿舞、巫術舞、織布舞、敘事舞、歲時舞…等，每一種舞都有它的意義存在。

在音樂方面，泰雅族使用的樂器種類很少，主要有口簧琴、木琴、織布機胴，有一特別樂器「獵首笛」--即是在為安魂泰雅族人出草獵殺人頭後，以音樂慰禱亡者使用。

泰雅族人生性活潑、樂天知命，喜歡唱的樂曲，常能激起人們歡愉的情緒，具高亢宏亮和輕快活潑的歌聲，別具風格。歌舞在泰雅族人生活中，部落地位重要，泰雅族人自幼耳濡目染能歌善舞，善用大自然的材，製作各種樂器，來搭配使用，讓泰雅族的歌與舞，更加表現出屬於泰雅族人的文化特色。

寒溪國小泰雅舞蹈隊參賽影片欣賞。

泰雅樂器



木鼓

泰雅傳統織布機，因織布時會發出『洞』、『洞』聲，因而發展為泰雅樂器，現為泰雅傳統舞蹈表演中重要節奏樂器。

泰雅樂器



口簧琴

以竹製成，吹奏口簧琴時，以左手持其一端，嘴唇就簧面，以右手扯動細線，呼吸時造成簧片震動而發出聲音。泰雅傳統社會青年男女以此吹出旋律傳情意。

泰雅樂器



竹筒琴

以竹製成，泰雅傳統社會做為汲水器具，繫以揸帶，用於長途揸負運水，有時也以長竹管套接成人工取水道，取水時則以長短不一的竹筒來汲水，現今演變為泰雅樂器，作為表演用。

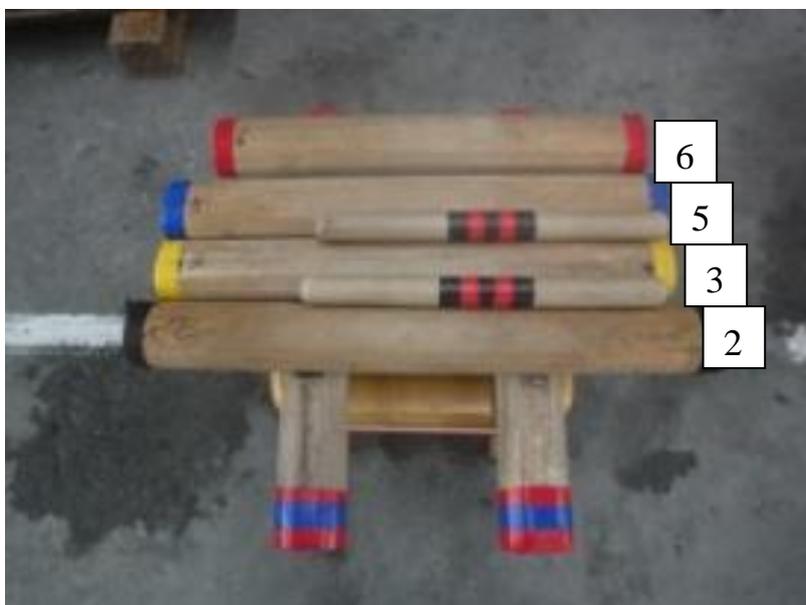
泰雅樂器



木琴

由梧桐樹枝做成，根據泰雅音樂中四個音階 Re、Mi、Sol、La 調整修切長短而成。

泰雅木琴與創作



木琴音階介紹

泰雅歌謠樂譜~你也來試一試！

5666 56653 56635 3222 3553
2333 56635 3222 3553 2333

泰雅樂器學習單

◎泰雅樂器

我認識泰雅木琴，我知道它_____

○

我認識泰雅木鼓，我知道它_____

○

我認識泰雅口簧琴，我知道它_____

○

我認識泰雅竹筒琴，我知道它_____

○

泰雅歌謠



泰雅祖訓歌

kinhulan na tayal
isu s' mku s' mki
qutux kayal yaba ta
nyu mlahang qalang tayal

泰雅歌謠



泰雅狩獵歌

qmu ta la kwara ryax soni
memow tala laqi ru yaba
yutas yaki mamow lokah
bana teru yaba uzi
memow mnizis ita tenaru
memow myugi kwara na tayal
baq bana tenaru kwara tayal
baq yugi tenaru kwara tayal

泰雅歌謠



泰雅工作歌

lokah ta kwara hata mtiyaw
musa ta tiyaw ta ita kwara ta
lokah ta kwara limuy sola limuy yo
mhwuy balay mhwuy balay

泰雅歌謠



泰雅歡樂歌

mqas mqas mqas mqas
mqas su balay
kinlalu yaba ta tayal
qutux ryax na soni nu ta mlahuy
lokah ta kwara
ana su musa ana inu
lahi yungi isu ga tayal
lokah da mlu gaga
sinbilan na tayal
lokah da inyanuh lokah da kwara
kwara mtswei bsi inlugan
qutux lamu da
ana su musa ana inu
lahi yungi isu ga tayal

泰雅歌謠



泰雅遷徙歌

laqi mu tayal ini tna kian ta la
si qlu llyung musa
si qalaw lahuy laqi
aki blaq kian ta
si kyanux kya nanak l-laqi

泰雅歌謠



泰雅戀歌

limuy solan limuy yo

yaba yaya yaki bqsun da ryax soni

bqsun da bqsun da

qutux ryax soni

泰雅歌謠



泰雅織布歌

timinun timinun timinum yaki
timinun timinun timinum yatas
minun minun minun minun
minun minun minun
baq su simu balay kneril tayal
baq su simu balay kneril tayal

泰雅歌謠學習單

◎泰雅歌謠

我會唱(泰雅祖訓歌、泰雅遷徙歌、
泰雅狩獵歌、泰雅工作歌、泰雅戀歌、
泰雅織布歌、泰雅歡樂歌)

我最喜歡唱_____，

因為_____。
_____。

泰雅舞蹈



祖訓舞

頭目是部落的領袖，受族人的景仰，惟有德高望重的人才能成為頭目。祖訓舞呈現頭目訓誡族人、帶領族人，如何成為真正的泰雅人，只有遵守泰雅『gaga』，不隨便做壞事，聽從祖先留傳下來的訓誡，才能成為真正的泰雅人。

泰雅舞蹈



勇士狩獵舞

傳統泰雅族社會，男人必須學會狩獵，會狩獵的泰雅男人才能紋面，也才能成為真正的泰雅男人，傳統狩獵工具為刺槍、弓箭、獵刀及設置陷阱。狩獵舞充分展現出泰雅男人狩獵時的勇猛與敏捷。



泰雅舞蹈



婦女工作舞

泰雅婦女除了織布外，平日也要協助農務，部落們的族人會互相幫忙，彼此協助對方的農務，泰雅族人稱之『換工』。婦女工作舞呈現出傳統泰雅婦女們播種、收割、搗米的情景。



泰雅舞蹈



戀舞

男生以口吹奏口簧琴表達愛慕之意，女生低頭雙手摸耳朵害羞地聆聽，其中男女生勾腳表達愛意的動作，最為之醒目。



泰雅舞蹈



織布舞

泰雅織布是台灣原住民最出色的，只有會織布的泰雅女人才能紋面，也才能成為真正的泰雅女人。織布舞除了表現織布時的動作及泰雅織布文化外，更讓孩子從中學會合作，共同呈現美麗的泰雅織布。

泰雅舞蹈



歡樂舞

傳統泰雅族社會，收穫為整個部落共有的，不分彼此，彼此『分享』，每當豐收時，族人們聚在一起，唱歌、喝酒、跳舞慶祝豐收。歡樂舞大多以泰雅族基本舞步，大家手拉手圍成圓圈的方式跳舞，表達團結、歡樂之意。

原歌勁舞創作

認識、體驗了泰雅樂器、泰雅歌謠、泰雅舞蹈，讓我們來試一試結合泰雅音樂、樂器、舞蹈，發揮創意編一支簡單的泰雅舞碼~



原歌勁舞發表

一起欣賞大家創作的泰雅舞碼~



泰雅舞蹈學習單

我會跳(泰雅祖訓舞、泰雅勇士狩獵舞、
泰雅婦女工作舞、泰雅歡樂舞、泰雅織
布舞、泰雅戀舞)

我最喜歡跳_____，

因為

。