

港聞 > 教育

**研究：學音樂可提升學業成績**  
10歲前最佳 學習5年專注力倍增

【明報專訊】及早學習音樂，原來有助提高學童學習成績。浸會大學音樂系副教授孟皓珣(圖)一項研究發現，學習樂器或參與合唱團多於5年的學生，專注力比從未有相關訓練的學生高出近一倍；且愈年幼學音樂，專注力會愈高，對學習有莫大幫助，10歲前學習效果最佳。孟皓珣認為，「沒有一種訓練比音樂更全面」。

孟皓珣獲大學教育資助委員會撥款逾63萬元，在06年10月至今年4月期間，分為4個階段進行有關學童學習音樂的研究，對象為5000多名小一至中四學生。測試其中200名學生的視覺和聽覺專注力後，她分析發現，接受校內音樂課以外的正統音樂訓練，即學習各種樂器或參加合唱團等的學生，對任何事的專注力都較未曾學習音樂的學生為高。

學者：音樂訓練最全面

各類課外活動中，孟皓珣指出，運動只能訓練學童手腳協調，繪畫就未能讓學生聆聽及發聲，音樂訓練則全面得多。學習音樂時學生既要開口唱歌、彈奏樂器，又要閱讀樂譜，令眼、手、腦及耳等同時受到訓練。除有助協調能力外，專注力亦會提高。

研究以100分為滿分，孟皓珣發現，已接受有關音樂訓練5年以上的學生，其整體專注力平均達89分，不曾接受音樂訓練的學生就只得50分。有「音樂底」的學生，聽覺專注力尤其出色(見表)。她指出，受訓年期愈長，對提高學生的專注力愈有幫助，有助學生在課堂上吸收知識。

孟皓珣補充，及早接觸音樂訓練，對小朋友的專注力提高愈有幫助。她指幼童接受新事物的能力很高，在10歲前開始學音樂，能學得更好，「如果太遲才學習音樂，專注力亦只能有限度提升」。

校長：英語音樂劇令成績進步



放大

**音樂訓練對學生專注力影響**

接受正統音樂訓練年期	聲音專注力 (分)	影像專注力 (分)	總計 (分)
多於5年	92	85	89
少於5年	75	80	78
從未	48	52	50

\* 以100分為滿分  
資料來源：浸大音樂系副教授孟皓珣

放大



浸大音樂系副教授孟皓珣研究發現，小朋友在10歲前開始學習音樂，可更有效提升他們的音樂潛能，從而提高專注力，為他們的學習打好基礎。(資料圖片)

放大

羅富國校友會學校(現轉為保良局羅富國校友會小學)校長古學俊表示，該校年前推廣英語音樂劇，校方曾作統計，參與了音樂劇的學生，學業成績都有進步，特別是掌握英語的能力。陳太女兒陳穎欣自6歲學琴，去年高考獲5優成績，她說沒有留意女兒的成績與學琴有沒有關係，「但我見到學琴的小朋友都乖些、坐得定些及專心點。」

現就讀香港大學醫學院一年級的周珮鈴，在7年的中學階段一直學習單簧管，亦是管弦樂團和合唱團的成員，她則認為音樂有助放鬆心情，但未感對學業成績或專注度有影響。

明報記者 馮樂琳

