浅论中小学生歌唱训练中音准与音乐

表现力的重要性及培养

武汉市艺术学校 杨婧

内容摘要**：**歌唱训练是中小学音乐教育的重要形式和内容，中小学生在不同的年级阶段会有着不同的特征。教师要针对他们不同阶段的特点进行不同要求的训练。音准是歌唱的基本。对歌唱技术的要求，但其最根本的却应该是对音准的追求。歌唱音乐的表现力也就是通过对歌曲的歌词、音乐的理解、作品的音乐风格，用合适的声音及音乐处理和声乐技术去表现作品内在情感的能力。如何培养中小学生歌唱训练中的音准与表现力是值得研究的问题。

关键词：中小学生 歌唱训练 音准 音乐表现力

世界最有影响的三大音乐教育体系——雅克·达尔克罗兹、卡尔·奥尔夫、佐尔坦·柯达伊教学体系都有一个共同的特点就是通过歌唱的形式来诠释自身的音乐教育理念。而在近些年推崇的学校音乐教育新体系中，歌唱训练也被公认为是中小学校音乐教育的重要形式和内容。中小学歌唱训练中包括独唱与合唱训练。合唱是中小学歌唱训练中的最重要的部分。

一、中小学生声音发展的阶段特征

中小学生年龄大概在6—16岁之间，跨度较大。在不同的阶段，歌唱的声音、生理、心理都在不断的发展、变化，有着不同的特征。

1.小学一、二年级学生的特征

这个阶段的学生，对歌唱还没有完全的意识，需要向他们强调歌唱与说话之间的区别。大部分的学生对音准缺乏概念。他们的音域在c1和d2之间。在这个年龄的孩子比较喜欢带有故事情节、游戏扮演的歌曲。由于他们基本语言能力的建立，开始对音乐的歌词有了最初的理解。经过一段时间的训练，他们会对歌唱的声音有一定的“感觉”，意识到在合唱中，与其他的小伙伴们要保持一定的和谐度。

2.小学三、四年级学生特征

经过一、二年级的声音训练，大部分的学生在三年级左右开始建立起对调性的感觉，基本能在调性内歌唱，不仅对自己音准有了意识，并且开始关注其他同学的声音，和谐的合唱声音对他们逐渐产生吸引力。在这个过程中，通过对声音技术的要求，他们的音域可以达到c1到e2或f2，音色干净，纯洁，高音部分显得更为明亮。这个时候他们可以演唱简单的多声部合唱作品以及一些有一定技术的声乐作品。

3.小学五、六年级学生特征

到了这个阶段，大部分的孩子经过训练，声音上会有很大的突破。在整个童声阶段，变声期之前，这个年龄段的孩子声音最好听。头声比起三、四年级的学生更为清晰，胸声区也有更大的发展空间，音域可以达到降b到f2，甚至更广。对音准的把握会大大的提高。智力、情感的逐渐成熟、对歌唱语言的理解和运用使得他们的音乐更具有歌唱性。很多的孩子在这个期间对于独唱、合唱都有很强的表演欲望。他们对音准，音色都变得敏感。想去唱更有表现力的作品，挑战他们的潜能。

4.初中学生的特征

进入到初中阶段（13—15岁），随着青春期的到来，很多孩子声音开始发生变化，也就是我们通常指的变声期。（当然由于个体发育情况不同，有一部分孩子的变声期会更早）在这个期间，女生的变化不是太明显，多则半年，少则几周。在正确的歌唱方法的指导下，很快就能渡过，并不会产生很大的影响。但男生则会不一样，声音会变的嘶哑、低沉，音域变得狭窄。这个时期，我们的歌唱训练主要以女生为主。很多专家也提出变声期的男生应该树立他们对声音的自信，在科学的方法指导下，继续歌唱。（在这里我们不做细致的阐述，研究）而这个阶段的学生，无论从音乐素养、声音的技巧、语言、表达的能力都可以达到一定的高度，他们的演唱是具有很强的表现力的。

二、音准在中小学生歌唱训练中的重要性

对于孩子们歌唱声音的训练，老师们会不断要求正确的歌唱状态，歌唱器官的运用，呼吸的运用，怎样运用头声唱出好听的声音······这么多的技术要求，但其最根本的却应该是对音准的追求。音准是歌唱的基本。没有音准，一切等于空谈。

歌唱艺术是嗓音发声的艺术，同时又是听觉的艺术。音乐听觉是人类听觉活动的一个特殊的部分，它是以人声的嗓音歌唱音乐音响为特定感知对象的一种特殊的听觉活动和听觉艺术行为。音乐中的音高，同其他音乐构成因素一样，必须遵守一定的规律。音高最基本的规律要求，就是音高的准确性，即我们平时说的“音准”。[[1]](#footnote-1)

1.导致中小学生歌唱中音准问题的原因

在歌唱中，音准问题就是指歌唱的音高不在原有实际音高的现象，也就是我们通常说的“走音”、“跑调”。而导致音准问题的因素有很多，我们大致分成以下几种：

（1）缺乏对歌唱的兴趣；疲劳的精神状态

都说兴趣是最好的老师，一旦缺乏兴趣，容易从心理上产生一种排斥心理，精神颓废，疲劳的歌唱一定会唱不准。

（2）不正确的歌唱姿势，不正确的歌唱方法

好的声音是需要在良好的呼吸支持下，调动身体各个机能，平衡各个器官的作用力。没有正确的歌唱姿势，没有科学的歌唱方法指导，音准一定会出现问题。例如呼吸的状态就是影响音准的很重要的一方面。气息太浅容易使得音偏高，反之气息太重，会使得声音流动受阻，音容易偏低。另外声音位置的高低也决定了音高的准确性，声音位置太低，音准必然偏低，高位置的声音是歌唱技术的要求，同时音准也会稳定的多。

（3）太高或太低的音区

从声音的技术上看，中声区部分呼吸较为平稳，声带的闭合自然，控制音准相对也会容易。当音区太高或太低时，歌唱的机能达不到声音的要求时，音准的控制就显得比较难了。

（4）特殊的旋律线

起伏的旋律线或调性内流畅的旋律进行时，音准是比较稳定的。但对于同音反复进行的旋律，连续音程跳度较大的旋律，长音旋律线条，年级较小的学生，缺乏对声音的控制力，音准会直接受到影响。对于很多学生来说，上行的旋律音准把握比下行的旋律要容易，延续较长的下行旋律，音准很容易偏低。

（5）速度、节奏、力度对音准的影响

对于孩子们而言，当演唱的速度很快时，他们的情绪特别容易激动，缺乏控制力的同时，发声各个器官开始紧张，呼吸变浅，音准偏高。相反演唱的速度很慢时，特别是在低音区的同时，发声器官开始松懈，没有了呼吸的支持，音准偏低。

复杂的节奏型变化，节拍频繁的转变会造成心理的紧张，使得发声各个器官的调节能力变得迟钝，听觉的注意力不能达到高度集中，给音高的准确带来困难。

一般正常的力度变化下，唱强音时，身体自然的会用更大的力量，这时气息容易过分冲击声带，使得音准容易偏高。当在高声区唱弱声时，对于声音的技术要求是非常高的，一定要有良好的呼吸和正确的声音的高位置。否则，音准是很难达到的。

（6）和声对音准的影响

对于中国的学生来说，从小接受的音乐教育，就多以旋律性为主，纵向的和声听辨能力是很薄弱的。一旦进入合唱的和声练习，对自己声部的音高的准确性就不够肯定，加上对和声的听辨缺乏训练，和声对歌唱的音准问题影响是显而易见的。

以上列举了6种影响歌唱中音准问题的因素，当然还有很多其他的原因。但无论是哪种原因引起的音准问题，都不是单一的现象，一定是各种因素相互影响，具体问题具体解决。

2.如何培养中小学生歌唱中的音准

（1）听觉训练

在今年江苏卫视综艺节目《最强大脑》第二季上，年仅8岁的孙奕廷挑战了节目组的幕后科学团队一致认定的听音届最强考题——高空坠物。短短几十米的高空，装满水的气球随机坠落，选手要仅仅凭借气球落地的声音判断出坠落的高度，并且正负误差不能超过1米才算挑战成功，他做到了。他有着超乎常人的听力，大自然中的一切声音进入他的耳朵，都可以转化为五线谱上的音符。他是神童。在一般的人群中，拥有这样的超能力的少之又少。但绝大多数的人可以借助对乐音相对音高关系的记忆，可以有效地辨别、比较、区分不同乐音之间的相对音高关系，使歌唱者能够在乐器或人声伴奏（唱）的帮助下准确控制歌唱音准。[[2]](#footnote-2)听觉对歌唱训练影响是绝对的，而对听觉的训练是完全可以达到的。

①告诉学生们当他们歌唱时，用耳朵听比用声音唱更为重要，要把更多的注意力放在“听”上。

②多用轻声练习，学会在轻声的歌唱中，辨别自己或其他人的声音。

③作为老师，一定要有很好的音准，无论是在“听”或是“唱”上。给学生做出正确的示范，学生认真听辨，并且学会模仿。

④强调“内心听觉”的重要性。在歌唱之前，一定要在心里或脑子里“听到”所将要唱的音高。将“思考”——“呼吸”——“歌唱”[[3]](#footnote-3)的理论用于歌唱训练中去。

⑤运用柯达伊手势进行视唱练耳的训练，视唱练耳对于建立良好的音准和调性关系有非常重要的作用。

（2）声音技术训练

从上文的分析我们得知，不正确的歌唱方法，声音技术不当也是影响音准的很重要的方面。

①歌唱的基础是呼吸，气息是歌唱的动力。培养学生正确的呼吸方法，锻炼控制呼吸的能力是歌唱的必要条件。

②发声要自然，对于中小学生特别强调高位置歌唱。在合唱声音训练中更应注重头声的运用。

③歌唱是身体各个器官、机能的综合运动。打开身体的每个共鸣腔体，平衡好整体与各个部分的关系，积极的歌唱。

④语言在歌唱中有着举足轻重的作用。不同语言的作品，要发现其规律和特殊性，

当然，除此之外，我们要针对不同的问题采取不同的训练方法。例如杨鸿年老师在节奏与音准的训练中就提出：动中求静，慢中求动，繁中求简，简中求细。还有更多的方法让我们去思考、实践。

三、中小学生歌唱训练中音乐表现力的培养

1.歌唱训练中培养学生音乐表现力的重要性

学校音乐教育新体系的教学目标明确指出中小学生学习音乐的目标为使学生掌握基本的音乐情感体验经验，学会通过音乐活动积极地换起情感、抒发情感、表达情感、交流情感，使学生们在校和一生的精神生活更美好。[[4]](#footnote-4)实际上音乐的学习也就是审美学习的一种体现，是让学生感受美、体验美、表达美的一个过程。

匈牙利著名音乐教育家柯达伊曾说 “通过歌唱最容易接近音乐，歌唱也都是最容易表达思想情感的音乐形式”。正确的理解音乐，用心的感受音乐，真情实感的歌唱。通过歌唱，激发学生对美的音乐，对美好生活的热爱这是歌唱训练的最终目的。

歌唱音乐的表现力也就是通过对歌曲的歌词、音乐的理解、作品的音乐风格，用合适的声音及音乐处理和声乐技术去表现作品内在情感的能力。

歌唱的表现力有着丰富的情感性。音乐是情感的艺术，歌唱更是人表达情绪、思想、情感的手段。歌唱作品也是作曲家通过具体的音乐符号，表现所需表达的音乐形象。在中小学阶段，正是人生发展中是情感形成的重要时期，教师要善于通过歌唱，引导学生对音乐正确的情感认知、感受。激发对音乐、对生活的热爱。

歌唱的表现力有着较强的创造性。歌唱音乐的表现力实际上也是二度创作的过程，作为人类特有的精神活动，是创造力的直接体现。作为中小学生，他们处于想象力最为丰富的阶段，积极引导他们发挥音乐的想象与情感联想，在歌唱中更好的表现作品。

歌唱的表现力有着的明显的综合性。歌唱本来就是一种综合性的艺术活动。不仅对歌唱技术有一定的要求，更需要对音乐有敏锐的感知力，还需要修养的积淀以及对作品的分析、理解和表现的能力。音乐表现的综合性特征是由音乐艺术本体的特点决定的。奥尔夫说：“从来就没有孤立的音乐，而只有与动作、舞蹈、语言同时存在的音乐”[[5]](#footnote-5)

2.如何培养中小学生歌唱中的表现力

歌唱表现力的培养对于年纪较小的学生还是不容易的，待到高年级后随着年龄逐渐成熟，对歌曲的情感、情绪的感知度加强。慢慢的可以有能力做到声音力度的对比，音色的变化，歌词的内涵······这是一个训练的过程，需要老师和学生共同的努力。

（1）音乐兴趣的培养，调动学习音乐的积极性

音乐教学的首要任务和目标就是音乐兴趣的培养。一味的追求技巧将失去音乐学习的本来意义。因此，歌唱的训练也应该把如何培养学生的兴趣作为首要的问题。

增加歌唱的趣味性，设计更多与歌唱相关的游戏，让所有的学生都参与到游戏中，激发他们的兴趣，调动学生的积极性，快乐的歌唱更能提高训练的效率。

上文中对不同阶段的学生的特征进行了论述，因此，在训练的过程中，要因材施教。针对不同年龄，选择合适的教学内容，难易合理的作品，将参与性、艺术性、审美性相结合，才能引起学生对歌唱更大的兴趣。

（2）将合唱、多声部歌唱作为歌唱训练的主要部分

合唱是中小学音乐教育新体系的重要内容。由于自身的特点，音乐的表现力大大超过独唱。合唱的教学目标就是建立共同音乐情感表达经验。[[6]](#footnote-6)中小学音乐教育任务，并不是培养歌唱家。而合唱训练对提高学生的综合素质等各个方面有积极的影响。是培养学生音乐表现力、创造思维、与他人合作能力最好的一种方法及手段。

（3）体验式教学，激发想象力

老师要向学生介绍每首作品的创作背景，包括时代背景、作曲家生平等等。帮助学生理解不同音乐表达不同作品的情绪。，就像朗诵诗一样大声的朗诵歌词。音乐也是一种语言，通过语言，对作品所表达的意境或情感、情绪产生共鸣。甚至可以把歌词中的重点圈出来，让学生体会作者及作曲家的想法及意图。在此基础上，引导学生发挥想象力，与教师、同学交流、分享。

（4）回归到曲谱

认真读谱，曲谱上的每一个音符，每一条旋律，每一个表情记号，每一个节奏型的连接，都写着作曲家的真情实感。正确的把握作品的速度，力度，音准，节奏，才能准确的在歌唱中表现音乐，表现作品。为此，也可以设计不同的训练方法，例如：唱最熟悉的歌曲，用不同的速度、力度、节奏来练习；在音准的基础上，唱最弱和最强的声音，进行对比；借用节拍器，增强速度、节奏律动的意识等等。

（5）舞台实践

大部分的孩子，天生具有表现欲望。在平时的训练中，就要激发学生表演的冲动。歌唱的音乐培养一定要有舞台，提供给学生更多的舞台实践机会，鼓励学生多参与舞台演出。舞台上，优美的歌声和得体的表演才是对音乐最美的表现。

四、结语

综上所述，中小学生在不同的年级阶段会有着不同的心理、身理特征。为了更好、有效的声音训练，要针对他们不同阶段的特点进行不同要求的训练。然而，音准和音乐的表现力是训练中最重要的部分。当然，无论是音准还是音乐表现力都是其复杂、综合的问题。作为中小学生歌唱训练，做到了良好的音准，有一定的音乐表现力，那么作为音乐教育的一部分，这个过程是艰苦的，但结果却是成功的。通过对学生歌唱的训练，激发了学生对音乐，对生活的热爱。给予他们对美的感受，美的表达的能力。更发展了创造性思维和良好的合作能力。

但目前我们国家在中小学歌唱教学的能力普遍较低，随着经济的快速增长，国际文化交流繁荣，国外先进的音乐教学理念对我们有了更多的启示，加上国家对中小学音乐素质教育的高度重视，同时有着更多的为之而辛勤耕耘、努力的老师们，相信我国的中小学歌唱的水平会越来越高！

参考文献

[1] Linda Swear,Teaching the Elementary school chorus,west Nyack,New York

[2] John Yarrington,Sound Recipes for Teenage Voices.Dallas:Choristers Guild,

[3] 杨鸿年，《童声合唱训练学》，人民音乐出版社，2011年2月北京第7次印刷

[4] 修海林、李妲娜、尹爱青，《奥尔夫音乐教育思想与实践》，上海教育出版社，2002年2月

[5] 汪丽娜，《论中小学生音乐表现力的培养》，湖南师范大学硕士学位论文，2009年5月

[6] 臧学娜，《歌唱艺术中的音准问题》，声乐研究 ，MUSIC LIFE 2009.04

[7] 刘大巍，《歌唱音准问题研究》，交响——西安音乐学院学报（季刊） ，2001年12月

[8]《学校音乐教育新体系的教学目标、内容与方法》，人民音乐，2014，（1）

1. 臧学娜，《歌唱艺术中的音准问题》，声乐研究 ，MUSIC LIFE 2009.04 [↑](#footnote-ref-1)
2. 刘大巍，《歌唱音准问题研究》，交响——西安音乐学院学报（季刊） ，2001年12月第20卷第4期 [↑](#footnote-ref-2)
3. John Yarrington,Sound Recipes for Teenage Voices.Dallas:Choristers Guild,1980,P.14 [↑](#footnote-ref-3)
4. 《学校音乐教育新体系的教学目标、内容与方法》，人民音乐，2014，（01） [↑](#footnote-ref-4)
5. 修海林、李妲娜、尹爱青，《奥尔夫音乐教育思想与实践》，上海教育出版社，2002：48 [↑](#footnote-ref-5)
6. 《学校音乐教育新体系的教学目标、内容与方法》，人民音乐，2014（01） [↑](#footnote-ref-6)