

# 初中学生变声前期的合唱教学策略初探

丁越华

(广东省东莞市虎门第三中学 523907)

**[摘要]**变声期是所有学生都要经历的一个过程,这个时期的他们正处在青春期,他们敏感多疑,很容易就产生自卑的心理,不利于教学活动的正常进行。在初中的音乐合唱教学过程中,学生们身处变声期,这一时期的他们需要特别注意保护自己的嗓子,这极大的增加了合唱教学的难度。变声期的学生的声音不稳定,甚至很多懵懂的学生对自己的发声的问题倍感困惑,不利于音乐合唱教学的有效性,因此初中音乐教师要积极转变教学理念,不断引导学生正确看待这一时期发生的一系列生理或者心理变化,制定科学有效的合唱教学计划,提高学生的艺术素质。

**[关键词]**初中学生;变声前期;合唱教学;策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.184

## 引言

初中阶段的学生正处在迅速发展的阶段,这个阶段的他们生理和心理都会发生一定的变化。正处在变声期的学生的嗓子非常“脆弱”,如果教师在进行合唱教学时让学生唱不适合的歌曲,很容易就会让学生的嗓子受到伤害,给初中的音乐教师带来很大的困难。针对初中学生变声期的特点,音乐教师在开展合唱教学中要积极开展有针对性的课堂教学,使学生顺利度过变声期。

### 一、正确对待变声期,让学生明白保护嗓子的重要性

变声期的学生发声器官正处在发育的时期,所以学生在这个时期的声音变化非常不稳定,再加上学生不了解发声的技巧,所以很有可能就会出现不良的用声习惯。在变声初期学生的嗓音并无太大的变化,这时就需要教师提前为学生打好防御针,告诉学生保护嗓子的重要性。在变声中期学生嗓音的变化明显,原来较为灵活的发声会变得比较吃力、困难,男生尤为明显。在变声后期学生说话的声音就变成了成年人,这时他们的声音较之前来说相对稳定。在声乐教学过程中,教师应该对学生进行变声期嗓音变化的教育,引导学生正确认识和对待变声期出现的各种生理和心理问题,教会学生用声的方法,让学生能够正确、科学的面对自己变声期出现的问题,树立健全的歌唱心态。

### 二、运用科学方法,培养学生良好的用声习惯

在初中音乐合唱教学过程中,很多音乐教师容易急于求成的毛病,想让每一个参与合唱的学生都迅速准确的进行合唱,这往往是事与愿违的。处于变声期的学生,教师要给学生明确一个循序渐进的规律和持之以恒的毅力,引导学生用气息进行歌唱,并让学生改变依赖用嗓唱歌的习惯。教师可以根据学生变声期的状况进行分组歌唱,对于变声不同时期的学生进行不同强度和声位的合唱任务,给学生安排最合适的位置保证学生唱歌时自身气息的顺畅以及发声的准确性,为确保发出优美动听的声音打下坚实的基础。音乐教师要格外重视学生的变声期,科学地处理教学问题,在不易控制的音区采用假声或者半假声的演唱方法,讲究气息的运用和音质与音准,减少因变声给学生带来的困难和苦恼,帮助学生获得丰富、美好的歌曲音色。

### 三、巧妙声乐练习,给学生最恰当的音乐教学

如何对待初中生在接收音乐方面表现出的种种行为,这是教师应该首要解决的问题。正处在变声期的学生,嗓子非常脆弱,但是只要学会正确得当的唱歌方法,即使是因为变声期而导致发音困难的学生也可以唱出优美的歌声。变声期的学生一定要注意自己的音量,切忌大声喊叫,所以教师可以为学生讲述轻唱的方法,同时选择一些音域宽的歌曲作为练习的内容,不仅帮助学生保护了声带,又为发出优美的歌声打下了基础。除了轻唱还有哼鸣的练习方法,就是在吸气之后放松鼻孔,让鼻腔有扩大感之后再发出声音。在七年级的学生他们大多数还未到变声期,这个时期的学生还处在良好的唱歌状态,所以就可以进行较高难度的唱歌练习。在学生步入八、九年级后,这个时候是变声期的关键时期,就需要巧妙进行声乐练习,保护

嗓子。

### 四、因材施教,教给学生正确的合唱方法

在音乐教学过程中,初中生由于青春期心理和生理的变化而导致课堂表现的封闭性无疑会降低教学的有效性。因此初中音乐教师要针对不同的学生个体和学生变声期的各个阶段为学生选择更合适和合唱位置。在变声期,男生的声音都会变得低沉,所以男生就可以负责中音和低音,女生则是高音和中音,再根据学生的实际情况详细分析进行位置调整。初中生的音乐认知水平已经有了一定的基础,对音乐的感知能力也有所加强,所以教师在选择歌曲的方面,要挑选难度适中的合唱曲目,注重培养学生的团队协作能力。由于学生个性心理的发展,很多学生已经可以理解具有哲理性的经典音乐作品,教师可以用以听带唱的方法,引导学生感受歌曲的内容,拓展他们的音乐视野。

### 五、以情带声,帮助学生克服心理和生理障碍

唱歌是学生情感表达的过程,变声期的学生常常会遇到发音困难的问题,所以在进行合唱时主动性不强、不自信。所以初中音乐教师在进行教学时要注意进行科学地引导学生积极面对并且适应变声这一必要生理经历,正确调整唱歌心态,保证声带的清新。众所周知,唱歌技巧虽然重要,但是唱歌的灵魂还是情感,因此教师在引导学生进行唱歌时,不要要求学生注重唱歌的声音大小,而是要注重自己的真情实感。在进行实际练唱时,教师要向学生分析歌曲所表达的感情和形象,减轻学生的压力,告诉学生用有控制的声音来表现歌曲的思想内涵的技巧。当然,教师还要以积极的态度去面对学生喜欢的歌曲类型,让学生可以针对自己喜欢的歌曲进行练习,对学生给予充分的肯定,用良好的教态滋润学生的心田,进而培养学生丰富的情感和想象力。

### 结语

变声期的合唱教学是一个非常严肃的问题,初中音乐教师在展开合唱教学时要引导学生科学地用嗓子,让学生学会调节和控制自己的气息,进而解决破音或者高低音不标准的问题。教师在传授音乐合唱技巧的过程要采取具有针对性的方法进行教学,调动学生心理变化中的积极因素,使合唱过程中的声音过度自然,声音协调统一。为了让学生们顺利度过变声期,教师在进行合唱教学时要从音域的调整、作品的选择方面下功夫,针对学生的不同情况做出相应的教学方案的调整,让学生在合唱中真假混用的技巧,感受并体验到音乐的和声美,陶冶情操。

### 参考文献

- [1]新时期初中音乐课堂合唱教学策略分析[J].黄子文.北方音乐.2018(19)
- [2]变声期青少年的嗓音养护与潜力挖掘[J].史曼洁.云南艺术学院学报.2018(01)
- [3]初中“班级合唱”教学多元化的有效策略初探[J].刘乔莎.课程教育研究.2017(18)

# 如何在小学语文教学中渗透心理健康教育

聂祥飞

(贵州省毕节市七星关区毕节十九小 贵州 毕节 551700)

**[摘要]**小学语文教学中,在充分尊重学生身心发展规律和语文学科学习规律的前提下,把心理健康教育目标与小学语文学科教学所含的有关因素,自然地、有机地结合起来,在渗透式的教学过程中,发展学生健康的个性,培养学生良好的意志品格,提高学生心理健康水平,促使学生全面、主动、和谐、健康的发展。

**[关键词]**小学语文;渗透;心理健康教育

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.185

所谓心理健康指的是人的一种心理功能状态,即能够使人们所具备的全部心理潜能都得到充分发挥的理想状态。英格里士认为:“心理健康是一种持续的心理状况,当事者在那种情况下能做出良好的适应,具有生命的活力,且能充分发展其身体的潜能。”小学生处在少年时期,他们思想单纯,活泼好动,自理能力较差,容易受到社会不良环境、不良现象的影响,加之他们基本都是独生子女,大多受到双亲家庭的溺爱,在幼年期养成了许多不良的习惯,对以后的成长相当不利,心理素质脆弱,必须对他们进行心理健康教育,爱国主义、政治、思想、道德和法纪等教育,使他们逐步成长起来,引导他们树立正确的学习态度,树立集体主义思想,克服个人主义,文明礼貌、遵纪守法,养成学习、生活及日常活动的好习惯,为此加强小学心理健康教育尤为重要。

### 一、语文教师应具有良好的心理素质

教师作为教育实施的主体,其自身的素质对开展心理健康教育起着举足轻重的影响。很难想象,自身心理健康水平低,对心理健康教育缺乏科学认识的教师,能够培养出具有良好心理素质的学生。所以重视教师自身素质的提高是真正深入、有

效地开展学生心理健康教育的前提和保障。本课题将定性定量研究小学语文教师心理健康水平与所教学生心理健康水平的关联程度,以及如何提高教师心理健康水平和增长教师关于心理健康方面知识。

### 二、挖掘小学语文教材,渗透心理健康教育

小学语文教材是小学语文教学大纲的具体化,是小学语文教师组织教学的主要依据,是教学内容的载体。小学语文教材涵盖的内容广泛,既有语言文字训练的内容,也有思想品德教育和心理健康教育因素。将心理健康教育因素从众多的教育内容中提取出来,提高教师对小学语文教材的理解,进一步提高教师对心理健康教育的认识。低年级的教育方法主要是各种游戏。在语文课上结合教材安排插入一年级入学时“自我介绍”游戏(我叫某某,我住在某处,我是某校一年级某班学生,我喜欢干什么),内容虽然简单却能帮助孩子学会介绍自己,了解别人,有利于语言交际能力的提高。可以进一步锻炼学生的自信心,培养良好的心理品质。关注学生心理,营造一个良好课堂心理环境。

### 三、提高自身修养,注重人格的表率作用