

# 体态律动在小学低段音乐课堂教学中的运用

张景芬

(北京市朝阳区花家地实验小学)

**[摘要]** 随着社会的进步与发展,音乐教育越来越受到人们的重视,教师的课堂教学也不再拘泥于传统的教学方法。在当今的音乐教育中,让学生欣赏、感悟音乐以及提高对音乐学习的兴趣成了更重要的部分。小学生活泼好动,具有较强的音乐感受力与表现力,体态律动教学法对于小学低段的音乐教学有着很深的运用意义。因此,本文以体态律动的概念为出发点,对体态律动在小学低段音乐教育中的优势和运用进行了讨论。

**[关键词]** 音乐课堂; 教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.091

音乐是小学阶段的基础性学科,对学生的全面发展有着十分重要的意义。并且随着教育的不断改革与创新,音乐教育也不单纯是为了让学生学会歌曲,刻板且模式化的教学方法已经不能满足于目前的教学环境。小学低段学生普遍活泼好动,注意力相对难以集中,所以课堂教学应该更加注重激发学生对于音乐的兴趣,使学生积极参与到课堂互动中,活跃课堂氛围,从而提高学习效率。体态律动教学法当中用身体感受节奏的概念对于小学低段音乐教学有很强的指导意义。

## 一、体态律动的概念

体态律动是达尔克罗兹教学体系中的一种教学手段,是瑞士的音乐教育家达尔克罗兹(1865—1950)开始提出并使用的。他认为律动是音乐中必不可少的部分,而人类又是通过身体的运动来将感情转化成音乐的,因此律动和人体的运动有密切的联系,人的身体其实就是乐器。达尔克罗兹认为单纯地教音乐、学音乐而不结合身体的运动,那无疑是孤立的、片面的。在此背景下,他提出了“体态律动学”的教学法<sup>[5]</sup>。在体态律动学说中,传统的音乐教育对于学生在音乐训练是远远不够的,仅仅停留在“学会歌曲”“唱准音符”上,没有将体态、肢体动作融入进去。因此很多学生获得的只有音乐记忆的能力和熟练的技术,却缺乏对音乐整体的感受和表现力。事实上,对音乐的理解需要外化的表达,而律动结合了肢体动作和韵律感,学生在听合,才是体验音乐、诠释音乐的最好的方式<sup>[3]</sup>。体态律动教学法正是结合了这种理念,让学生不再是单纯地学习音乐,而是通过多种感官来体会音乐,尝试更多的可能性,感受艺术的魅力,从而尽情释放潜能。

## 二、体态律动教学法的优势及意义

达尔克罗兹教学体系中的体态律动这一教学方法就是调动学生的感官,将听觉与视觉、运动觉结合起来,在学习的过程中让学生用整个身体来感受音乐,在音乐体验与表达上拥有更多的可能性,从而尽情释放自己的潜能。无论是歌曲或者是器乐教学中,教师首先应当带领学生进入到音乐情境中去,通过身体的动作、节奏变化与音调的起伏来表现音乐

中的情感,从而发展为音乐节奏感,提升音乐的想象力和创造力。体态律动教学法与传统的教学方法不同,它的优势在于更注重在音乐教学过程中多聆听,更直观的让学生摄入音乐信息,避免过多讲解所带来的干扰,让学生通过自己的判断来理解音乐,再用肢体动作来表现音乐情绪。这样一来,学生能够更加关注于音乐的氛围,在聆听音乐的过程中,感受音乐的速度、力度与节奏,情感、情绪与氛围的强弱变化,发挥想象力将自己的身体作为乐器来想象具体的演奏场景,用身体表达乐曲,加强对音乐的感受,提升乐曲表演的表现力与自信心。小学低段的音乐教学不要求学生掌握过多技巧性或是严肃的知识,更多的是培养兴趣以及对于音乐的启蒙。并且这个阶段的学生非常活泼好动,注意力比较难以集中,在课堂上容易走神,通过体态律动的教学方法可以激发起学习兴趣,帮助学生更好地锻炼专注力。体态律动教学法在小学低段音乐教学中的优势在于,首先,可以很好的将音乐游戏融入课堂,调动学生的积极性,培养学生专注于课堂,对于小学低段学生的培养有积极影响;并且将音乐与动作相结合,利用多种感官来体会音乐,可以让学生更好地体会音乐的情绪和情感,用肢体语言去表达音乐的情景,增强对乐曲的理解;此外,这种多样化的开放式教学方法,尽情表现音乐的内容,能够激发学生的想象力,创造力,有利于学生的全面发展。

## 三、体态律动教学法在课堂中的运用

### (一) 用节奏游戏激发学习兴趣

节奏是乐曲的基础,不同的节奏所表达的情感也不同,只有把握了节奏,才能对乐曲有更深入的心得。小学阶段的学生年龄较小,对于音乐学习的态度主要凭借主观喜好。兴趣能够成为学生音乐学习的催化剂,无形中推动学生的音乐学习,从而使音乐教学达到事半功倍的效果<sup>[2]</sup>。活泼好动并且表现欲较强是小学低段学生的特点,枯燥的课堂容易令其分散注意力,而利用游戏的方式能很好地让学生专注于课堂,学习新的知识。根据学生的这一身心发展特点,教师可以将游戏融入体态律动音乐教学中,引导学生主动参与到音乐课堂中来,激发学生的音乐思维。一方面,能够使学

到节奏相关的知识,感受强弱变化,实现对学生音乐素质的提升。另一方面,能够提高学生在音乐教学中的参与感,使学生对音乐学习产生兴趣,吸引学生参与到音乐课堂教学中,改变传统音乐课堂教师单方面进行互动的情况,有效拉近音乐教师与学生之间的距离,凸显学生的主体地位,使音乐课堂教学高效进行,从而达到促进全面发展的目的。音乐游戏不仅可以让学生们学习音乐又锻炼了孩子们的反应能力,增强了他们之间的合作精神。孩子根据歌曲来做游戏这不仅是简单的活动,更是儿童情感和思想的表达,音乐的某些“内容”更会引起孩子的共鸣。在游戏中唱歌跳舞更是自由无拘束的增加了儿童的乐趣和美感。在游戏的过程中儿童之间、师生之间的关系将产生新的变化。因为游戏需要同伴的合作,所以在游戏过程中会建立对同伴的信任同时也会拉近师生之间的关系。例如在乐曲《火车开啦》的教学当中,“咔嚓咔嚓咔嚓火车开啦”这个乐句,教师可以设计两个动作,让学生跟随音乐,体会2拍子的节奏。例如前一拍时拍手,后一拍时拍桌子,在欣赏音乐的同时跟随节奏进行拍手和拍桌子的动作,能锻炼学生的节奏感和协调性,也能与火车行进的主题相呼应。这种方式不仅能够调动学生的课堂积极性,也能便于记忆,更好地掌握节奏相关的知识。

### (二) 用肢体语言表达音乐意境

感受音乐的情绪、融入音乐的意境是正确表达音乐情感的前提<sup>[1]</sup>。小学低段学生很难具有抽象化的思维,他们更倾向于直接地感受,因此在小学音乐教学中通过体态律动的方式来进行音乐意境的表达是十分有效的方法。并且在音乐教学中融入一些动作元素,也能培养学生的协调性,将音乐与肢体动作相关联,加深对于音乐的理解。在学习乐曲时,用肢体动作来还原歌曲的场景,能让学生直观地感受到音乐的氛围。例如,《乒乓变奏曲》这首歌曲由一个主题和五个变奏组成,在颠球的主题下,第一个变奏为表达挥拍,第二个变奏为表达换手挥拍,第三个变奏为加油助威,第四个变奏为慢动作扣杀,第五个变奏为换手慢动作扣杀。学生可以通过不同的肢体语言来感受不同的变奏,模拟各种打球的动作,从而融入相应的音乐情景中去。例如在第一个变奏时两两组面对面挥拍,模拟打乒乓球的动作;在第二段变奏时“练习”反手挥拍的动作;在第三个变奏时可以拍手或挥手,模拟给运动员加油助威的场景;在第四个变奏时模仿慢动作的扣球,结合音乐的变化,感受体育竞技的魅力;第五个变奏时跟随音乐进行换手扣杀。教师可以在课上与学生一起欣赏乒乓球运动员比赛的片段,让大家更好地理解不同变奏时动作的变化,从而加深对于音乐情景的理解,更能对乒乓球运动有更深入的了解,在今后的学习和生活中也能将知识与生活场景相结合,举一反三。同时这种方法有利于提升

学生的表达能力和创造力,让学生在音乐中这样一来,学生能够通过自身的体会自行在音乐中感受到乒乓运动的魅力,也能更好地体会音乐的变奏,更加准确地掌握乐曲的情绪,从而达到欣赏乐曲的目的。

### (三) 用情景创造激发音乐思维

对于小学低段的学生来说,激发学生的想象力和创造力在课堂当中是十分重要的部分。学生天生充满着想象力,对事物充满好奇心并会有自己独特的见解。而教师在课堂教学中应保护学生们的这种与生俱来的创造力,用学科知识来激发学生的创造性思维。在新课程改革的背景下,学生在课堂教学当中的角色越来越重要。尤其是音乐学科,教师应时刻注意多给学生发挥创造力和想象力的机会,在课堂中要多给学生表达的机会。结合体态律动,在《报灯名》的教学中,“一团和气灯,和合二圣灯,三阳开泰灯,四季平安灯,五子夺魁灯,六国封相灯,七擒孟获灯,八仙过海灯,九子十成灯,十面埋伏灯”的歌词很利于学生发挥自己的想象力,用每个人独具特色的方式表达其中的意思。教师可以适当解释歌词的含义,帮助学生理解歌曲的情境,然后以开展戏曲表演的形式,给学生足够的时间与空间去发挥自己的创造力,不但能够加深他们对乐曲的理解,更能让他们专注于创作,提高专注力。学生可以发挥自己的表演才能,结合戏曲方面的相关知识,对于报灯名中的各个“灯”进行表演,将音乐学习与创作相结合。而在展示自己的创作成果时,又可以锻炼到表演能力,对于提升自信心有很大的帮助。

## 四、结语

综上所述,将体态律动与音乐教育相结合,不仅能够让学生更专注于课堂,更能提升他们对音乐的理解力以及创造力。体态律动教学法弥补了传统音乐教育较为单一的不足,让学生不仅能够听和唱,更能够调动全身去感受音乐。在小学低段音乐课堂教育中,将体态律动融入教学是十分重要的,有利于学生的全面发展。

### 参考文献

- [1]王誉璇.体态律动在小学音乐教学中的运用[J].学周刊,2021(35).
- [2]蔡春梅.小学音乐教学中体态律动的运用探讨[J].读与写,2021(35).
- [3]吴艺婕.“体态律动”中的节拍教学[J].大众文艺,2021(19).
- [4]龚欢欢.让体态律动应用在小学音乐课堂中[J].读与写,2021(21).
- [5]陈丽芳.律动,打造灵动的音乐课堂——达尔克罗兹体态律动教学法在小学音乐教学中的运用[J].教师,2019(34).