

基于小学合唱训练关键问题及解决的美育实践

——音准、音色及作品选择

黄 珍

北京市宣武师范学校附属第一小学, 中国·北京 100054

【摘要】中国合唱艺术自学堂乐歌时期李叔同《春游》发端, 历经百年发展已呈现多元发展格局。合唱作为学校美育与艺术教育的重要载体, 在全国中小学校中蓬勃发展。学生在合唱训练中感知人声和谐之美, 体验音乐旋律之美, 参与集体协作之美……重视和加强中小学合唱教学, 提升学生审美素养与学校美育建设, 让学生享受合唱带来的愉悦感受, 培养集体意识与合作能力。

本文立足小学合唱一线训练实践, 聚焦学生合唱音准把控、音色统一、作品遴选三大核心内容, 梳理日常训练中常见问题, 提出科学的解决策略与训练方法, 为实现小学合唱团建设的规范化、高效化训练提供实践参考。

【关键词】美育; 合唱; 音准; 音色; 作品选择

【基金项目】本文系中国成人教育协会2025-2026年度“艺术教育赋能学习型社会建设”研究一般课题“深度学习视域下的中小学音乐教师专业成长路径研究”(项目号: YS-YB20250011S)阶段性研究成果;

北京市西城区小学阶段“新课程方案与课程标准实施”项目《指向深度学习的小学音乐项目式学习实践研究》(课题编号: 2024-012)阶段性研究成果。

引言

合唱是由多人分成若干个声部同时演唱多声部歌曲的演唱形式, 具有丰富的表现力, 讲究整体的和谐与均衡, 要求各声部的音高准确, 音色融合统一, 各声部音量均衡有层次。合唱也是学校美育的重要途径和实践形式。

普通小学的合唱团与专业少儿合唱团存在本质区别: 专业合唱团通过多方面专业的林遴选, 团员具备优秀的先天音准与演唱基础, 侧重艺术表现力提升; 而校园合唱团成员从本校学生中招募, 音准和演唱基础水平不一, 入团后才开始系统的合唱训练, 无论是音乐基础还是合唱能力都需要更多专业、全面的指导。

著名合唱指挥家杨鸿年先生说: “一个合唱队在技术上最基本、也是最重要的要求之一就是具备理想的音色和良好的音准”^[1]。小学合唱必须把基础训练放在首位, 夯实音准与演唱能力, 才能稳步提升合唱的艺术表现力。

1 合唱音准训练的改进策略



谱例1 C自然大调音阶音程练习^[3]

音乐学习中最重要能力, 首先是听觉, 听准是唱准的前提。因此在合唱基础训练中, 听觉训练是必不可少的。在听准的基础上, 还要加强学生的识谱能力, 通过科学有效的视唱练耳训练, 积累音乐学习能力, 进而提升合唱训练的学习效率。

合唱指挥家孟大鹏老师曾提出“孟氏刻槽法”^[2], 用来进行音高音准的训练。所谓“槽”, 即固定精准的音高位置, 通过长期系统化练习, 帮助学生建立十二平均律半音概念与固定音高内心听觉。

1.1 构建阶梯式的音准训练体系

首先, 横向音准从全音、半音的聆听模唱入手, 开展大小二度、三度、六度、七度及纯四度、纯五度、八度音程的听辨和反复练唱, 然后从模唱发展到听唱, 夯实单音与音程音高基础; 在此过程中, 同时进行听辨互检练习, 采用“生生互听互评”模式, 辨析音高, 培养主动聆听习惯, 固化内心听觉。

在熟练掌握C调音阶、音程后，逐个进行大小调的进阶训练，实现十二个音级、24个大小调全覆盖。音高“刻槽”积累越丰富，整体音准稳定性越强。

孩子们在扎实专业的音准训练中不断提升固定音感，纵向多声部和声训练由浅入深进行推进，就会变得事半功倍。

练习可以从三度开始，从协和音程、和弦开始练习，逐渐加入不协和音程、和弦。例如二声部开始三度音程（do-mi），逐渐叠加至三声部大三和弦（do-mi-sol），再拓展至四声部的七和弦，强化声部间的纵向和声音准把控。然后还会有例如二部的大小二度、增四减五度，三部的连续二度（do-re-mi）、四度（do-fa-si）等等，以此类推，使每一个半音、每一个音级都得到充分的演唱和练习。

孩子们在时而叠置、时而交错、时而对抗、时而和谐的多声部演唱中自由探索，丰富和声效果和旋律的流动起伏，让孩子们在合唱中体会到演唱的快乐，感受到合唱的魅力。

1.2 强化持久的气息支撑能力

小学生年龄小，生理机能尚未发育成熟，对于气息这个抽象概念的理解尚未能深入，大多不会主动运用歌唱气息。较浅的气息运用无法形成对声音的支撑，发声状态松散无力，极易出现音高上浮、下行偏低、长音不稳等现象，是影响合唱音准的重要原因。气息支撑不仅是歌唱发声的根基，更是保障合唱音准稳定的前提。

为了帮助学生理解抽象的“气息”概念，教师可以借助游戏化的教学方式，引导学生理解并主动做到。比如，打破一成不变的站立练习的方式，在练习过程中鼓励学生用肢体动作带动身体的联动，找到自然发力的感觉。在学生练习自然音阶时，Fa音容易偏低、Si音容易偏高，教师在学生演唱这两个音的时候，引导学生用手指动态地表现“↑”、“↓”，帮助学生唱准。还可以通过手臂画出不同大小圆圈的方式，边唱边感知不同音级的高度，在律动过程中，学生身体的其他部位是松弛的，而核心部位是需要发力的，在这种不经意的小活动中，既减少了学生练习的枯燥感，又激活了学生的力量运用能力，巧妙地改善学生的气息支撑。

小学生活泼好动，注意力集中时间短，需要教师具备长久的耐心和育人的智慧，把科学的方法融入到游戏和活动中，不断提升和强化学生的气息支撑能力，助力音准问题的解决。

2 合唱音色表现的提升方法

影响学生音色的因素有很多，例如咬字方式、发声位置、气息支撑等，导致声部间艺术表现力的失衡。音色表现力是合唱中基础而重要的能力，可从咬字归韵、科学演唱、松弛状态三个维度进行规范训练。

2.1 规范咬字归韵，达成音色统一

我国传统音乐中，积累了丰富的演唱方法与理论，昆曲鼻祖魏良辅在《曲律》中提到：“曲有三绝：字清为一绝；腔纯为二绝；板正为三绝。”体现了戏曲艺术对“依字行腔”的考究。此外，“十三辙”的韵母分类体系，明确汉语韵母的收音，强调字正腔圆，为学校合唱的音色提升提供了重要启发。

学生在演唱中经常出现“拼字”问题，即将每一个字的字头、字腹、字尾演唱的非常明显，学生总是习惯刻意强调，用力笨拙，很难达到音色的统一。借鉴传统音乐十三辙“归韵”的原理，引导孩子们重视歌词中每一个字的韵母，要求发音时韵母占据百分之八十的时值，并在气息支撑、口腔松弛的基础上发音饱满、充分，保持统一咬字位置。

以古诺三声部合唱的《夜》^[4]为例，作品节奏舒缓、气息绵长，学生极易出现拼字问题。



谱例2 合唱《夜》节选

这一段音乐，在整首作品中是节奏比较宽阔的部分，音高和节奏变化不大，但是要求气息连贯平稳。在“辽阔大地已安静入梦乡”这一句中，学生总是将每个字的音节拉得很长，比如“辽”字，经常会唱出（l-i-a-o）四个音节，“阔”字经常会唱出（k-u-o）三个音节，这样的情况就属于拼字。

为了避免拼字现象，可以将每一个字单独拿出做长音的练习，要求口腔打开时快速到达韵母元音的位置，不在辅音上过多停留。经过练习，学生能快速到达元音韵母的位置，不仅避免了拼字问题，合唱团的整体咬字和发声位置更加和谐统一，也更好的表现了作品宁静、庄严的风格特点。

2.2 遵循发声规律，贴合作品表现

科学的声音训练,能规范学生歌唱方法,加强身体的发声机能,提升综合演唱素养。在实际训练中,很多人会一味的追求高音区的完美音色,势必会出现声部不均衡的问题。训练要合理分配各声部时长与强度,避免音量、层次的缺失。同时,还要考虑到小学生的身体发育情况,贴合学生的嗓音发展生理规律。例如,发声训练可以从U元音开始,学生比较容易找到放松状态;遇到较难把握的发音,可以借助相对容易掌握的音来辅助,比如A作为开口音,比较容易发出白声,可以用I、O元音来带A元音,帮助学生通过“搭桥”找到准确的声音位置。

合唱作品类型丰富,风格多样,针对不同的作品需要进行不同的艺术理解和加工,这是对合唱团演唱能力的极高考验。中国民族音乐作品侧重圆润婉转的民间唱腔,外国作品贴合地域音乐特质,当面对中国作品时,肯定不能用意大利歌剧的声音和共鸣来表现;反之,面对各国的音乐作品时,要了解各国音乐的特征和作品的背景。

以学生为中心强化合唱团员的演唱能力,充分了解合唱作品的风格特色,是合唱训练中至关重要的内容。

2.3 保持松弛状态,优化声部共鸣

中国学生相对拘谨和内敛,他们的身心状态直接影响歌唱状态和音乐表现,教师需引导学生建立自然松弛的歌唱状态。比如创设轻松的训练环境和师生关系,让学生心理上乐于接纳;还可以在热身环节设计一些体态律动游戏,帮助学生放松肌肉、肢体等;演唱时教师还需要时刻引导学生放松身体和喉头等发声器官,保护嗓音的同时,建立起科学的发声方法。

身体的松弛状态、喉炎口腔的开合度、气息的支撑能力,都会通过长期的训练养成习惯,形成肌肉记忆。训练有素和良好的演唱能力,为合唱团演唱表现不同合唱作品,奠定了技术基础。

3 合唱作品的遴选原则与训练策略

面对数量繁多的合唱作品选择,既不能盲目跟风,又需结合实际、训练目标来进行选择。教师应该全面了解合唱团的优势和不足,根据不同的目标,选择不同的方向,做到有的放矢。

3.1 日常训练取长补短

日常训练生积累能力的重要过程,也是补齐短板,实现提升的关键环节。日常训练中可以对自身的不足设计练声

曲,音准不够好的可以选择设计一些半音、全音等音阶类练声曲;气息能力较弱可以设计一些结合核心力量动作的练习,既有声音训练,又能帮助学生找到腹部的支撑感。

合唱团如果低声部较弱,可以选择一些低声部旋律丰富变化多一点的作品,通过有侧重的训练提高自身较弱的部分;如果高声部较弱,就应该选择高声部比较突出的作品,还可以通过慢速的长音练习,提升合唱团的高音区演唱能力。总之,哪方面弱就主要训练哪一方面,充分分析和了解自身情况,树立实事求是的训练目标。

3.2 演出赛事扬长避短

选择竞赛作品,应该突出优势,展现合唱团最优秀的一面,做到扬长避短。例如,如果团里有很优秀的领唱,可以选择突出领唱的曲目,为歌曲表现锦上添花;如果还不具备持续有力的高音演唱能力,就应该避免过多需要气息支撑能力的曲目,暴露合唱团的不足。

好成绩的获得,会给合唱团带来自信和动力,是学生刻苦训练的成果,也是激励学生不断努力的契机。形成了良好的循环,合唱团的演唱能力和音乐表现力就能够得到长足进步,整体水平往更专业的方向发展。

4 结语

小学合唱训练不仅能提升学生演唱能力与音乐鉴赏水平,更能培育其审美素养与集体协作精神。童声如同天籁,使得小学合唱独具魅力,音乐教师需坚守美育初心,以科学方法解决音准、音色、选曲中的问题,让童声合唱成为滋养学生心灵、落实立德树人的重要美育载体。

参考文献:

[1] 杨鸿年. 培训发言[R] 全国第六届中小学音乐教师基本功大赛培训会,湖北宜昌2012. 11.

[2] 孟大鹏. 培训发言[R] 北京市海淀区第二十四届学生艺术节合唱展演点评,北京2021. 05.

[3] 黄珍制谱.

[4] 杨鸿年编.《中外童声合唱作品精选(西欧)》[M] 北京,人民音乐出版社,2017,56.

作者简介:

黄珍,北京市宣武师范学校附属第一小学音乐教师,北京市骨干教师,北京市西城区“黄珍小学音乐名师工作室”主持人。