

# 关于高中合唱基础训练实践探讨

◆ 乐 颖

(广西横县中学 530300)

**摘要:**在素质教育理念在高中教学领域不断得到渗透的背景下,突出了音乐教学在促进学生全面发展中所发挥的关键性作用。从高中音乐教学体系的组成部分来说,合唱是其中的一个基础环节。提高高中学生的合唱能力已经成为了音乐教师所面临的一项重要教学任务。高中音乐教师应该以各类基础训练作为主要的教学方式,提高学生的合唱能力以及音乐素养。本文就高中合唱基础训练的实践方法展开了一系列的探讨。

**关键词:**高中音乐;合唱基础训练;实践方法

**前言:**近几年,高中音乐教师在开展教学活动的过程中,以优化音乐教学效果为目标,大多数教师都选择了实践活动这种教学方式,希望通过组织活动使学生能积极主动地参与到音乐教学当中,逐渐形成音乐兴趣,为其展现音乐能力提供一个良好的平台。合唱是一种比较基础和常见的音乐教学方式。因此,高中音乐教师应该充分认识到合唱训练的重要性,将学生的实际合唱能力以及合唱教学目标作为依据和基础,通过基础训练使其合唱综合能力得到提升,强化学生的合作意识。

## 一、呼吸训练

呼吸训练室是合唱基础训练体系中的重要模块,也是高中音乐教师在开展合唱教学活动中应该重视的教学环节。相比于独唱的呼吸方式,合唱的呼吸方式虽然存在很多的契合点与相同点,其中所运用的原理和方法也较为类似。但是,高中音乐教师需要重点考虑到的是,学生在合唱的过程中,应该保证呼吸方式的一致性,这就体现了与独唱呼吸方式的不同之处。在独唱中,对于呼吸方式的选择存在较大的自主性和自由性。在一般的情况下,在合唱中每个歌唱者都需要仔细观察指挥的起拍提示,将其作为调整呼吸方式的主要依据。例如,教师带领学生合唱《嘎达梅林》这首歌曲时,在合唱之前,应该引导学生对曲目进行基础分析。这是一首具有蒙古族特色的短调民歌,其构成部分是上下两个乐句,每个乐句分别包含五个小节,速度的平缓性以及音域的宽广性是这首歌曲的特点。在演唱此类抒情歌曲的过程中,应该将胸腹式呼吸作为主要的方式,这样能够为演唱者完成曲目的演唱提供足够的气息,还能保证长线条旋律的完整性,从而将歌曲中蕴涵的民族精神充分地展现出来。

## 二、姿势训练

从合唱的角度来看,大多数都是采用站立的姿势,这样能达到较好的演唱效果。这是因为人处于站立的状态下,能使肺活量达到峰值,身体肌肉也比较放松,有利于演唱者找到合适的气息支撑位置。但是这需要根据具体的合唱排练情况而定,不同的合唱排练情况,演唱的姿势也不相同<sup>[1]</sup>。比如,在进行日常演唱训练中,一般都是保持站姿,但是学生的体力有限,如果训练的时间较长,为了保证学生的精力和体力,教师也可以让学生以坐姿进行演唱。另外,教师音乐教师在实际带领学生进行合唱时,还应该对咬字、吐字等方面给予重视,这样的训练方式有利于提高高中合唱训练的质量。

## 三、连音跳音训练

首先,针对于连音,一般都会被引用用于一些抒情歌曲当中,能保证旋律以情绪的连贯性。音乐的慢速性特点较为明显,这一类歌曲的主要内容比较宽广。高中音乐教师在实际带领学生进行合唱练习时,应该向学生强调气息平稳与充足的重要性,将力量集中在腰腹肌上,使其能给予演唱者一个支撑力,通过这样的方式使气息能够保持平稳。在演唱时,应该以缓慢的速度将气呼出,使音色得到集中,这样能使听者感受到绵延的感觉。例如,教师带领学生练习合唱《草原在哪里》这首歌曲时,其中包含较长的乐句,对气息的顺畅性要求较高,应该保持慢呼气和慢吸气的状态。在实际的训练中,教师可以引导学生将眼睛闭上,用语言引导学生,使学生的思维进入到草原的景色当中的,演唱时仿佛对着远处呼喊。在这样的教学过程中,教师应该督促学生,不能发出太燥的声音,应该保持声音的绵长性。这样才能更好的将歌

曲中草原的景色用音乐的形式表达出来。

其次,针对于跳音,要唱的很好的将跳音表达出来,需要掌握气息的平衡。人们唱歌所发出声音的原理是气息对声带的冲击,在演唱中,应该使二者的配合达到平衡的状态。如果气息的力量过大,甚至超过了声带所提供的阻碍力量,很容易导致声带较难闭合的问题,这样的情况会使得声音比较分散,音色也比较浑浊。相反的,会使演唱者感觉到无法用气,发出的声音也比较局限<sup>[2]</sup>。因此,教师在指导学生进行跳音练习的过程中,应该使声带处于放松的状态,使声门能在气流流动的情况下进行自然闭合。这样能提高振动的清晰程度,演唱的调音准确度也会提高,使听者形成舒服的感受。

## 四、气息训练

气息能为学生进行演唱提供动力,只有学生能对气息形成合理的把握,才能真正提高歌声的优美程度。如果缺少气息的支撑作用,所发出的声音就比较干枯。因此,在合唱训练当中,教师应该重点向学生传授寻找气息支撑点的方法,这是学生应该掌握的一项合唱技巧。在进行气息控制时,应该将腰部、上腹部、小腹间的力量进行相互配合。在比较自然的状态下,感受吸气的过程,打哈欠能使气息被自然吸入,使腰部得到扩张,腔体也会被打开,呼吸系统都进入到较为积极的状态当中。因此,教师应该针对于不同的情况,合理选择音乐的片段,带领学生进入到针对性气息训练当中<sup>[3]</sup>。例如,教师带领学生练习合唱《牧歌》这首歌曲时,这首歌曲的旋律较为舒缓,曲调也比较优美,教师可以将其作为训练学生气息的工具。教师可以带领学生进行慢吸气、慢呼气训练,在这个过程中向学生强调一些方式方法,使每一个音都能被平稳的表达出来。

**结论:**综上所述,在高中阶段和合唱训练中,重视合唱的基础训练对提升学生的音乐素养和演唱能力具有关键性的作用。高中音乐教师应该对高中生的年龄特点以及对音乐的认知能力形成清楚的了解,并从呼吸训练、姿势训练、连音跳音训练以及气息训练的角度对学生进行多角度、多元化的合唱训练。通过本文对高中合唱基础训练的实践方法展开的一系列探讨,希望能为提高高中生参与合唱的水平提供一些参考。

## 参考文献:

- [1]梁尹琪.蕴美于情 蕴情于声——高中音乐合唱教学的策略分析[J].北方音乐,2018,38(16):165.
- [2]陆锋.走进柯达伊、走进合唱——谈柯达伊教学法在高中合唱团训练中的运用[J].北方音乐,2017,37(20):126-127.
- [3]郑玲琼.基于审美能力培养谈高中合唱教学的改进对策[J].北方音乐,2017,37(14):182.

