

# Discussion on the application of momentum rhythm in junior high school music teaching

Juan Chen

Huangshi Experimental Middle School Huangshi, Hubei, 435000, China

## Abstract

In traditional junior high school music education, some teachers, constrained by professional limitations, fail to adequately emphasize rhythmic movement instruction. Classroom teaching predominantly relies on music playback and teacher-led singing, resulting in suboptimal teaching outcomes. Rhythmic movement instruction effectively addresses this issue. This paper first elaborates on the core concepts of rhythmic movement, then explores five practical application points through examples from the People's Education Press junior high school music textbook. By systematically examining rhythmic movement principles and teaching practices, this study aims to provide actionable strategies and innovative perspectives for music educators, ultimately enhancing classroom engagement and students' musical expressiveness.

## Keywords

sound momentum rhythm; junior high school music; teaching; application; key points; discussion

## 声势律动在初中音乐教学中的运用探讨

陈娟

黄石市实验中学, 中国·湖北黄石 435000

## 摘要

在传统初中音乐教学中,部分教师受专业素养的限制,对声势律动教学的重视程度不够,课堂教学形式多以播放音乐和教师领唱为主,导致整体教学效果不理想。声势律动教学能很好地改善这一问题。基于此,本文首先对声势律动的内涵展开论述,随后结合人教版初中音乐教材实例探讨5项其在初中音乐教学中的具体运用要点。希望通过对声势律动的系统探讨与教学实践梳理,为广大初中学音乐教师提供操作路径与反思维度,从而增强课堂活力与学生音乐表现力。

## 关键词

声势律动; 初中音乐; 教学; 运用; 要点; 探讨

## 1 引言

声势律动是当前音乐教育领域常见的一种教学形式,旨在引导学生配合音乐运用不同姿势和动作发出有规律的声响,从而锻炼学生的节奏感与律动感,增强学生的音乐感知意识和音乐表现力。有鉴于此,下文将基于研究与实践针对声势律动在初中音乐教学中应用展开探讨,以供参考。

## 2 声势律动概述

“声势律动”作为音乐教育术语,其核心在于将“声”(即发声、歌唱、音响)与“势”(身体姿态、动作张力、肢体表达)融合为有机整体,由肢体动作与声音协同构成音乐体验的一体化呈现。其基础源自西方律动教学思想(如柯达伊、奥尔夫、达尔克罗兹等体系中“律动”理念)与我国音乐教

育改革语境中的本土化探索。在中国中学音乐课堂中,声与势并非简单并置,而是在节奏、旋律、力度、速度、音色等音乐要素驱动下,肢体动作以“势”的方式回应与呈现,使学生从听觉、身体、运动多重通理解音乐结构与表达<sup>[1]</sup>。

在初中阶段,学生的身体机能、协调能力和想象力已具备一定发展基础,声势律动可恰当承载较为复杂的音乐结构表达。它能够强化节奏感知、增强音乐形象构建、促进音乐表现力养成。一方面,通过律动动作,学生能更敏锐地觉察节拍、切分、强弱等结构要素;另一方面,身体表达可以具体化抽象的音乐情绪、意境,使学生不再停留于“听见”层面,而是“体验”与“内化”。在我国初中音乐教育改革趋势中,强调学生的音乐核心素养培养,声势律动正好为“表演能力”“音乐感知”“创造表达”等维度提供支撑。同时,已有学者分析,在初中音乐课堂中整合声势律动教学可有效提升课堂参与度与教学效果。

【作者简介】陈娟(1984-),女,中国湖北大冶人,本科,中学高级教师,从事中学音乐教育研究。

### 3 声势律动在初中音乐教学中的运用要点

#### 3.1 旋律线势动描绘与声线牵引

在旋律教学中,学生常停留于音高识别与延伸模唱层面。若引入声势律动,则可通过肢体动作来描绘旋律线的形态、曲折、张力走向。教师可以通过手势示范、空间线条、身体重心的变化,让学生的身体运动的轨迹从对旋律走向的上、下、回三部分的切分,映射为“身体—旋律”的动态映射关系。以人教版七年级上册《茉莉花》为例,这是一首典型的中国传统民歌作品,旋律平缓舒畅,音域较窄,但是具有丰富的梯度性,“层层铺展—渐次回旋—柔中带韧”的势动特征十分鲜明。旋律多采用五声调式,上行与回旋结合,歌唱性较强,旋律情感刻画细腻。教师可利用声势律动的方式,引导学生在身体运动中理解旋律线条的形态与内在呼吸节奏。首先,旋律感知与线条想象。先让学生一边聆听《茉莉花》,一边感受旋律的起伏以及歌曲的呼吸节奏。之后在大屏幕或者电子白板上画出谱子的线条,呈现旋律的上行、回旋、收束等内容。教师还可以利用手臂做出一些特别简洁的手势,示范旋律走向的流线型动作。如旋律上行时,右手由胸前缓缓上举,肘部保持放松,犹如放风筝一般自然展开,有利于将旋律的弧线感更细致地传达给学生;旋律下行时,则是左手自上向下慢慢滑落,指尖略向上扬,也是将之细分为数个小的动作来进行完成,可以使得整个旋律更柔和、线条更顺延;旋律回旋或者是乐句重复的现象时,两手可以同时形成摆动双臂,模仿歌曲中乐句间的回环往复、勾勒连绵姿态的样子。采用这些方法,可以让学生的脑海中对这首歌曲产生一个简单的旋律空间感印象。其次,声线牵引与身体共振。旋律模唱时,学生随着老师的引导,在哼唱时要用手臂“牵引”声线。“好一朵美丽的茉莉花”,右臂由下向上方做着弧度向上收起,带动气息上升;当旋律向下时,手臂慢慢放下,放松气息。用身体力量递减对应旋律力量减小的趋势,身体的状态舒展也随着旋律进行时空气流动性的变化规律渐渐柔和,让学生能够通过身体状态以及动作去感受势和声相融形成的音乐律动。再者,结构化分组与动作层次拓展。教师可以划分学生为A、B、C三个小组,并分配不同任务:A组,用手臂线条来表达出歌曲的旋律线条走向;B组,依靠身体的动作,前倾、后仰等一系列身体重心移动来表现歌曲旋律的高低起伏;C组则,两侧平稳地转动肩膀来表现歌曲旋律的横向向流动与延展性。然后让三组的学生合唱的同时配合相应的身体动作,教师引导学生比较不同表现层的“势动感”差异,探讨哪种动作最能体现《茉莉花》的旋律柔韧与气息连贯,从而在身体体验中深化音乐理解。最后,综合表达与“势—声”融合。在完整的演唱当中,老师可以制定“柔起—渐展—回旋—收势”的声势律动方案,在律动的过程中,将身体气息与旋律的抒情属性配合起来:前半句使用声音的柔和、身体的舒展带出茉莉花初绽的美好;旋律上行时肢体稍稍往前倾、双手自然抬起,表现花香气味的上扬

的情势;最后句收音的时候顺势将双臂缓慢收回,身体也随之顿住,象征着乐句和情绪的收束。做到“势动”“声线”相结合,用势来带动声线的变化,在声线上感受到身体势态的变化,实现“动中有声”“声中有势”。

#### 3.2 力度速度变化的“势”动诠释

力度(强弱)与速度(快慢)变化是音乐表现的关键要素,其本质是动态张量的变化。声势律动可将力度速度变化转化为身体动作张力与动作节奏变化,从而让学生在身体体验中感知这些微妙变化。理论上,教师可设计动作和呼吸的张力变化(如伸展/收缩、加速/减速、爆发/停顿)来对应力度与速度的起伏。以人教版七年级下册《游击队歌》为例,此曲旋律简洁明快、节奏坚毅有力,具有典型的进行曲风格特点。作品以坚定的节奏型和层层递进的力度变化展现了游击队员奋勇前行的豪迈气概,速度和力度变化交替产生的典型的“势动结构”。教学过程中可以利用声势律动引导学生带着身体动作的张合,步伐节奏的变化以及手臂力量的转换,来感受音乐之“势”。首先,教师在课堂中将完整的歌曲播放出来,引导学生描绘力度—速度张力曲线:前半部分平稳坚实,中间部分不断加强力度渐快,在最后部分加快速度快速进入高潮。同时引导学生以手臂伸展—屈肘—再伸展的动作变化,表现音乐由弱至强、由平稳至激昂的“势”向。学生可通过身体的扩张与收缩建立对音乐动态走势的整体感知。其次,采用分节训练的形式,把作品划分为引子(平稳行进)、主体(力量递进)、尾声(坚定收束)三个部分,设计动作与节奏匹配练习:引子部分可让学生用轻微的踏步配上掌心轻拍胸口的动作表现稳健的节奏感,体现初始的弱勢张力;在主体部分慢慢加大力度、加大速度,做手臂随着强拍向上挥动,加重脚步、加快节奏,显示出速度与力度产生的势能;尾声部分更要维持长久的高张力的身体状态,直至结束时才缓慢地收回双臂、步伐放慢,挺胸站立。此外,在力度与速度异步段落中,教师可分别设置上肢张力与步频节奏两个动作系统:当力度加大而速度不变时,可以通过抬臂、握拳等上肢张力来呈现出内在力量的积蓄;当速度加快力度又逐渐减弱时,可将步伐频率加快,并将上肢张力降低,营造一种轻盈快速的势能转换。最后,创编部分也可以给出“踏步—挥臂—跃步—收势—挺立”的提示语,引导学生根据节拍自编一串势动的方法,并设计动作链“踏步—挥臂—跃步—收势—挺立”,集体表现游击队员的英勇无畏之气势<sup>[4]</sup>。

#### 3.3 节奏切分与复节律动作互动

在初中音乐教学中,切分节奏、复节律(即同时进行多重节奏层次)是学生较难掌握的内容。声势律动的交互动作设计,可以帮助学生通过身体分层参与不同节奏层次,从而深化节奏结构理解。理论上,应设计“主—伴律动”的互动结构:一组学生做主节奏动作,另一组做切分节奏动作,彼此在律动对话中实现互补。以人教版七年级下册《B大调前奏曲与赋格》(巴赫)为例,该作品的前奏曲部分呈

现出均衡流动的分解和弦型节奏与内声切分音的层叠特征；赋格部分节奏交错，体现了复节奏织体的严谨逻辑与动态张力。针对此曲的节奏特点，可设置“主—伴律动”的身体律动，带领学生从肢体层面去感知复节奏交错的动荡与协调之美。首先，科学设定分层律动，将全班学生分为两个小组：A组负责主节奏，以前奏曲的均分十六分音符为核心节拍，以手掌下拍和脚踏的方式参与到拍点的准备当中，通过肢体稳定地维持主拍的框架感；而B组负责切分节奏，在第二、四拍“&”的位置用手指轻敲或用手背拍打胸口，感受内声切分音的起落变化，并且要求两组人的节拍速度一致，可以用组长报数、教师出示带节拍器的时间代码等方式帮助学生实现节拍同步。其次，在律动对话阶段，按四个小节为一段律动规律循环练习，轮流交换两组学生的角色，即第一轮由A组维持主节奏稳定，B组在“&”拍处执行切分动作；第二轮则反向切换，让A组执行切分节奏、B组保持主拍。学生在交替律动的情况下，能够对相同时间框架下不同节奏层的冲突与协调平衡有更深刻的理解，进一步体会到了巴赫复调音乐中“多声部节奏独立性”。最后，教师可以选择《B大调赋格》的主题段落节奏型（例如附点八分音和十六分音的交替）设计复节律律动融合练习，将全班分为两组完成主拍与附点节奏层，每8小节设置一个“静止节点”以及“同步重启”的指令，学生根据指令在下次演奏的第一个节拍重新找到整体的节奏感。老师可以借助节奏卡片、节奏图谱来进行教学引导，在这个过程中锻炼学生的节奏预判与反应时序能力。

### 3.4 表演整合与声势律动汇演环节

将声势律动最终整合进课堂音乐表演中，是将“训练性动作”转化为“真实声音与动作一体化表达”的关键。理论上，应在每一单元课末或模块结束时加入“声势律动汇演”环节，让学生在演唱、伴奏、动作一体化表达中检验所学。此环节不是装饰，而应设计与教材歌曲或练习内容紧密结合的动作—声音统一表演。以人教版八年级上册《保卫黄河》为载体，声势律动汇演环节的教学应以“动作—声音一体化”为核心，贯穿学唱、整合与反思全过程。教师需依据作品结构与情绪走向，将全曲划分为导入、展开、高潮、尾声四阶段，

并构建相应的肢体律动框架，使律动成为音乐表达的延伸。在学唱阶段，教师可引导学生在旋律导入部分以轻微肩胛摆动与胸腔扩张的呼吸律动体验旋律脉动，在“保卫黄河”主旋律句段采用手臂内收与外展的节奏动作，使肢体张弛与旋律线条相互呼应。进入高潮部分，当旋律情绪高涨、节奏急促时，高音声部可采用臂展上扬、重心前移的跨步动作强化音势冲击，低音声部保持稳重步伐和轻度身体摆动形成层次对比；空间布局上，可设置错位层级避免动作堆叠。汇演阶段应在单元末实施，学生按声部与节拍指令完成动作与演唱同步表演，教师以指挥手势或节拍提示控制整体节奏与协调性，确保动作与音乐的同起同止。汇演结束后进行动作—声音融合反思，学生针对高音段呼吸受限或动作幅度不均等问题进行自我评估与调整，可通过动作幅度收缩、重心微调、节奏细化等方式优化表演协调性。如在高潮句“保卫黄河”中若臂展过大导致呼吸支撑不稳，可调整为半臂展姿态以保持声音集中。

## 4 结语

综上所述，如何在初中音乐课堂上发挥声势律动教学的价值是当下备受关注的议题之一。声势律动为初中音乐教学带来了肢体、声音与节奏的融合表达路径。通过节奏律动结合、旋律势线描绘、力度速度互动、节奏切分互动以及表演整合五个要点的实施，教师可以在课堂中构建更具张力与表现性的音乐学习体验。中学教师在推进这一方法时，应持续反思动作—声音协调性，并根据学生个体差异灵活调整。

### 参考文献

- [1] 张智君.声势律动在初中音乐教学中的运用研究[J].课堂内外(高中版),2024(10):134-136.
- [2] 陈璐.声势律动在初中音乐教学中的实践运用[J].艺术大观,2024.
- [3] 高韵林.声势律动在初中音乐教学中的运用研究[J].新智慧,2024(7):94-95.
- [4] 杨晓燕.初中音乐课堂中"声势律动"的应用实践[C]//首届基础教育教学方法研究论坛.中国智慧工程研究会智慧教育专业委员会,2023.