

合唱声音训练中声势律动对声部融合的促进作用探讨

张芳晨

哈尔滨青年宫，黑龙江省哈尔滨，150000；

摘要：声部融合是衡量合唱艺术水平的标准，也是合唱训练中急需解决的问题。本文从合唱教学实践出发，系统探究声势律动这一将肢体动作与声音训练相结合的教法学法，对声部融合的理论基础、作用机制、实践路径进行探究。研究首先理清了声势律动的概念源流和它在合唱训练中的功能定位，再从音乐心理学和运动知觉理论的角度出发，对它通过实现节奏同步、建立动态平衡、引发情感共鸣这三个方面来促成声部融合的内在机理进行剖析。本文主要建立了一套由浅入深的声势律动训练体系，并给出了相应的效果评价方法。研究结论显示，将声势律动科学、系统地融入合唱训练中，可以有效地提高团员的内在音乐统一感，大大提高声部之间以及整体的艺术表现力，给合唱教学模式的创新提供重要的理论依据和实践途径。

关键词：声势律动；声部融合；合唱训练；教学策略

DOI：10.64216/3080-1516.26.02.056

合唱艺术的魅力来源于多声部交织产生的和谐美，声部融合是产生这种和谐的关键。传统的合唱训练往往过分强调单个音准和声乐技巧，不能很好地解决声部之间在节奏、力度、音色、情感表达等各方面的深层次的融合问题。声势律动，来源于达尔克罗兹教学体系的综合性方法，以身体作为律动感知与表达的媒介，给合唱训练带来了新的角度。它不但可以提高个体的节奏感和音乐表现力，而且在集体上形成了一种非语言的沟通渠道，为声部间的默契合作打下了基础。本文主要对声势律动的理论体系进行系统的梳理，详细阐述它对声部融合的多重作用机制，并且提出具有可操作性的实施策略，以期对我国合唱训练的科学性、艺术性起到一点帮助。

1 声势律动的理论基础及其在合唱训练中的功能定位

1.1 声势律动的概念界定与理论渊源

声势律动是体态律动理论下的一种综合性音乐教学法，核心是通过身体动作来达到对音乐要素的内在化认知。该理论由瑞士音乐教育家达尔克罗兹提出，认为听觉、运动觉、认知觉三者要有机地结合在一起，形成完整的音乐学习体验。声势律动把合唱中抽象的节奏、力度等音乐参数变成可以被身体感知的动作，创建起一种多感官协同学习模式。这样既加强了个体对音乐结构的认识，又为声部之间的配合形成统一的感知框架，在时空上达到更深的默契，为声音的融合做好了铺垫。

1.2 声势律动在合唱训练中的核心应用价值

声势律动在合唱训练中有诸多价值，第一，用节律

性的身体动作来形成稳定的内在节奏感，使各个声部在时间上达到高度的一致，为声部融合提供基本的保证；第二，在多声部的练习中培养团员的声部平衡意识，通过动作的差异来感知声部的关系，促使演唱者主动调节音色、音量来达到和声的共鸣；第三，用身体参与来转移对发声技术的过度关注，降低表演焦虑，使歌唱表达更自然流畅^[1]。这样身心同步的训练方式，使得声部技术和艺术表现达到深层次融合。

2 声势律动促进声部融合的内在作用机制

2.1 节奏同步机制：构建声部融合的时间基石

节奏同步为声部协同打下了基础，而声势律动则依靠多感官整合来加强时间的一致性。该训练把听觉节拍转化为动觉体验，让团员通过拍手、踏步等身体动作形成共享的时空参照系。在复调段落中用差异化的律动设计（高声部拍腿对应快速的音符，低声部跺脚对应长音）来使各个声部的节奏脉络可视化。具身化认知使团员在演唱的时候主动调节时序，使乐句和音符精准对齐，为声部融合打下良好的时间基础。

2.2 动态平衡机制：调控声部融合的力度关系

声势律动把抽象的力度概念变成可以感觉到的身体能量变化。通过动作幅度调节（渐强时手臂展开，突强时顿足制音）来使声能联动，使团员能够直接感受到音量的层次。在多声部作品中，用主旋律声部的开放性动作和伴奏声部的收敛性动作的对比，把声部主次关系可视化^[2]。这样的身体暗示会使得演唱者无意识的去控制发声的强弱，形成一种立体的、均衡的音响，即纵向

声部的平衡。

2.3 情感共鸣机制：深化声部融合的艺术表达

声势律动用肢体语言来连接音乐的情感和声部的表现。针对不同音乐性格设计相应的律动，欢快的乐曲用跳跃的体态、庄重的乐章用舒缓的体态，把抽象的情感具体化。团员在协同动作中产生共情，在内化中达成统一的艺术认知。身体记忆让呼吸、音色等表现要素自然趋同，在技术上超越达到情感驱动的声部交融，提高合唱艺术的感染力。

3 合唱声音训练中声势律动的系统化实施策略

3.1 阶段性训练体系的设计与内容安排

为了保证声势律动训练的有效性，必须遵循循序渐进的原则，建立一个由浅入深的完整的训练体系。在初期应该以巩固个体节奏感，熟练基本动作为主。可以选择节奏规整、速度中等的合唱片段，要求合唱团员在演唱的同时做统一的拍手、踏步等简单的律动，重点培养身体动作和发声的协调性以及保持基本拍的能力。进入中级阶段以后，主要培养声部间的协作意识。这时可以引入多声部声势练习，为旋律声部设计同歌词韵律相匹配的身体律动，为和声铺垫声部安排突出节拍重音的持续性动作，使团员在视觉、动觉、听觉的多重刺激下清楚地感知到自身声部在整个音乐中的位置和作用^[3]。在高级训练阶段，主要体现在音乐表现力的全面升华上。训练内容要包含复杂的节奏型、细微的力度变化以及带有表现力的空间移动。引导团员根据音乐线条的起伏来改变身体姿态的高低，根据和声色彩的变化来调节动作的紧张与松弛，设计一些简单的队形变化来表现音乐中的对话与呼应，使技术训练与艺术表现融为一体。

3.2 教学实施过程中的关键要点与原则

在具体的教学过程中，指挥或者教师要把握一些基本的原则。一是示范动作的准确性和启发性，教师不仅应该准确地示范动作，而且要向团员解释此动作同音乐节奏、音量、情绪等各要素之间存在着怎样的关系，使团员了解为什么要做出该动作。二是因材施教的灵活性，要敏锐观察团员的接受程度和个体差异，对基础薄弱者给予分解练习与个别辅导，对能力较强者则可以赋予其带领或者创编的职责，以点带面提高整体水平。三是不断积极的反馈。及时肯定团员的进步，引导团员相互观察、倾听，养成团员自我调整、声部间相互倾听的习惯。最终目的是把声势律动变成一种排练习惯，使团员在没

有明确的动作指导时，也能依据训练中所养成的律动感、协调性去表演。

4 声势律动训练效果的评估体系构建

4.1 基于演唱音频的客观化分析路径

要评价声势律动训练的效果，就得采取主客观相融合的办法。客观分析可以使用录音技术，对训练前后同一个合唱片段的演唱进行录音并对比^[4]。分析维度要全面涵盖声部融合的关键指标，第一是节奏同步性，用软件分析各个声部进入的起音时间差是否明显变小，第二是音准融合度，看频谱里各个声部泛音的协和程度以及“声场”的集中度如何，第三是动态平衡性，测量各个声部在不同乐句中的音量比例关系是否更加符合作品的要求，第四是整体表现力，感受录音中音乐进行的流畅度、起伏对比和情感张力是否有所提升。这些客观数据可以给训练成果给予直观且有说服力的证据。

4.2 基于主体反馈的主观化评价方法

主观评价主要是从训练参与者自身感受和认识的变化方面来加以考虑。可以通过设计结构化的问卷或者进行深度访谈来收集数据。问卷的内容可以是团员对自己节奏稳定的程度的评价、对其他声部听清程度的体验、在演唱中自信舒适的主观感受变化、对音乐作品理解浅浅的认识等。访谈可以进一步探究声势律动训练对学生合作观念、音乐表达欲望的影响。另外指挥或者教师的现场观察记录也是重要的第一手资料，团员排练时专注度的强弱、互动的质量、对音乐指令的反应快慢等行为的变化^[5]。主客观评估结果互相支撑，可以全方位，多角度展现声势律动训练的实际成效，给后面训练方案的改进给予科学依照。

5 声势律动在不同合唱风格作品中的应用探析

5.1 古典复调作品中的清晰性与结构性强化

声势律动的运用要依据音乐作品的风格特征来做出相应的改变。文艺复兴时期或者巴洛克时期的复调合唱作品，音乐的核心就是各个声部旋律线的独立性以及交织的清晰度。此时声势律动的设计要服务于这一目的。可以给每一个有独立意义的声部旋律线设计出独特的、能够体现其节奏特征和走向的肢体律动（用手臂划出旋律的起伏线条，用脚步提示重要的进入点）。团员同时做这些动作就可以“看见”、“感觉到”不同声部像对话一样一高一低的复调结构，这样在唱歌的时候就会有意识地让自己的声部流畅地进行，和其它声部在交叉处

保持和谐，不会出现声部的混淆和粘连。

5.2 现代合唱作品中的复杂节奏与音响效果实现

对于大量使用不协和和声、复杂节奏、现代演唱技法的当代合唱作品来说，声势律动更能发挥出它的独特优势。该类作品对节奏的精确性、特殊音色、音响效果有很高的要求。声势律动能成了很好的“解码”工具。复杂多变的非方整性节拍，就用设计出来的非对称动作组合来让团员们把握其律动的规律；对那些要模仿特定音响效果（风声、水滴声）的乐句，创编出具体的、具象化的身体动作来启发团员们找到相应的发声感觉和音色。把抽象的音乐符号转化成身体可以执行的指令，声势律动能显著降低现代音乐作品的学习难度，加快排练速度，保证特殊的音乐意图得到正确的体现。

6 影响声势律动训练效果的关键因素分析

6.1 指挥者的核心引导与综合素养

声势律动训练能否顺利进行，完全取决于指挥者或者指导教师自身的素质和能力。指挥者要熟悉合唱艺术及指挥技术，还要掌握声势律动的教学理论和方法，具有较好的身体协调能力和表现力，能做出正确、有感染力的动作示范^[6]。另外，指挥者还要有好的教学设计能力，能根据团队的具体情况和作品的要求创造性地产出有针对性的、有效的律动方案。更重要的是指挥者要善于营造出一种安全、开放、鼓励探索的排练氛围，消除团员由于身体表现而产生的羞涩、紧张心理，使团员能够全身心地投入到体验当中。指挥者的理念、技能和教学艺术，决定着声势律动训练能否由形式走向实质。

6.2 合唱团体的基本条件与接受心理

合唱团自身条件也会影响训练的效果。这些条件有团员的平均年龄、身体基本素质、音乐基础（尤其读谱和节奏基础）、团队合作的传统和氛围。年轻的、有活力的、乐于接受新方法的团队和年长的、习惯传统训练模式的团队，在声势律动的引导策略、进度安排上必然不同。充分评价团队现状，从适应性练习开始循序渐进地引导，防止操之过急引发抵触情绪，是保证训练顺利进行的前提。同时持续向团员解释每一项练习的目的和原理，使他们明白其对于提高演唱水平的好处，才能激发他们的内在动机，变被动执行为主动参与。

7 结论与展望

7.1 结论

经过系统论述表明，声势律动不是合唱训练中可有可无的点缀，而是有深厚的理论依据，并且能促进声部融合的一种有效的教学策略。它依靠塑造稳固的节奏同步根基、调节精准的动态均衡联系、引发强烈的感情共鸣感受，从技术和艺术两个角度出发，全方位促进合唱各声部向深层次融合迈进。所提出的阶段性实施策略以及综合评价方法，给该理论转化成教学实践赋予了可行的途径。经由实践证实，恰当应用声势律动，可明显改善合唱团员的集体协作意识，音乐感知能力以及综合艺术表现水平。

7.2 展望

对于声势律动在合唱训练中运用的研究还存在着广阔的发展空间。可以进一步开展不同年龄段、不同水平合唱团实证研究，从而得到不同群体最优的训练方案。另外，科技发展之后，如何利用动作捕捉技术对团员的律动一致性展开定量分析，又或者创建出基于虚拟现实的沉浸式声势律动训练系统，也都是可以深入探究的领域。最后，声势律动与传统音乐、民族民间合唱风格的融合如何，以及它在治疗性合唱活动中的应用前景怎样，都留待进一步去开拓。不断深入地开展该领域研究，必将会给合唱艺术的教、学、演带来更加丰硕的成果。

参考文献

- [1] 赵宣. 声势律动教学法在小学音乐教学中的应用策略[J]. 新课程导学, 2025, (03): 21-24.
- [2] 唐湄娟. 声势律动教学法在中学音乐课堂中的应用[J]. 琴童, 2024, (22): 108-110.
- [3] 陈业. 浅谈合唱中的声部互动与融合[J]. 戏剧之家, 2024, (23): 105-107.
- [4] 陈刊. 合唱训练的高效性与针对性研究[J]. 名家名作, 2024, (14): 37-39.
- [5] 吴倩. 合唱教学在音乐课堂中的有效运用探讨[J]. 成才之路, 2023, (29): 109-112.
- [6] 王振国. 合唱中各声部音色的融合探讨[J]. 明日风尚, 2019, (04): 74.

作者简介：张芳晨，出生年月：1985.6，性别：女，民族：汉，籍贯：山东省，学历：本科，当前职称：中级（群众文化馆员），研究方向：声乐（合唱）教育。