

读之·吟之·歌之·舞之

——古诗全脑学习法

主 编 朱福生
编 著 朱 煜
审 定 陆 襄



百家出版社
Baijia Publishing House



诗者，志之所之也。在心为志，发言为诗。情动于中而形于言，言之不足故嗟叹之，嗟叹之不足故咏歌之，咏歌之不足，不知手之舞之足之蹈之也。

责任编辑：赵春玲
封面设计：金伟良

ISBN 978-7-80703-806-1



9 787807 038061 >

定价：16.00元

百家版图书 版权所有 盗版必究
有奖举报及服务热线：63858303 63856950

读之·吟之·歌之·舞之

——古诗全脑学习法

主 编 朱福生
编 著 朱 煜
审 定 陆 襄



百家出版社
Baijia Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

读之、吟之、歌之、舞之：古诗全脑学习法/朱福生主编；朱煜编著. —上海：百家出版社，2008.5

ISBN 978-7-80703-806-1

I. 读… II. ①朱…②朱… III. 古典诗歌—中国—小学—
教学参考资料 IV. G624.203

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第065669号

读之·吟之·歌之·舞之 ——古诗全脑学习法

朱福生 主编

上海文艺出版总社

百家出版社出版发行

(上海市茶陵路175弄3号 200032)

新华书店上海发行所经销 上海宝山译文印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 8 字数 150000

2008年5月第1版 2008年5月第1次印刷

ISBN 978-7-80703-806-1/G·381 定价：16.00元

百家版图书 版权所有 盗版必究

有奖举报及服务热线：63858303 63856950

愛我中華

蘇步青題



序 言

● 夏征农

在素质教育的春风吹拂下，让孩子们在“记忆的黄金时期”，熟读中华古诗文经典，从小接受传统文化的滋养，坚定地站在五千年文化的基石上，面向世界，开创未来，这似乎已逐渐成为人们的共识。

背诵是积累，读之、吟之、歌之也是一种积累。我们需要寻找一些有效的方法，使学生乐于背诵，乐于积累。对于传统文化的学习，可从传统教学的方法借鉴。儿童学古诗，宜提倡读之、吟之、歌之，歌之不足，手之舞之足之蹈之。

吟诵是我国传统的一种以欣赏为主的读书方法，是古人学习的重要手段。吟诵是一种“半念半唱”的独特的朗诵方式。吟诵时，平声长，仄声短，带有一定的韵律，但无定型的曲调。每首诗，按吟诵者的感情，按时空的变化而变，注重语言因素。所以这“半念半唱”的方式，谱难记，但自我涵泳、自我陶融的腔调较固定。语言在发展，吟诵艺术也在继承中发展。传统的吟诵用方言，今天则用普通话，有时亦可用方言。

吟唱是吟诵的发展。《毛诗序》：“情动于中而形于言，言之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，故咏歌之。”吟诵不足则吟唱，全部是唱，不再是“半念半唱”（嗟叹），从朗诵方式发展到歌唱的方式。吟唱有定型的曲调，但吟唱不能替代吟诵，因为吟诵有其自我陶醉的功能。

这本古雅又新颖的《读之·吟之·歌之·舞之——古

诗全脑学习法》，是弘扬民族文化的佳音，是寓教于乐的结晶，定会受到儿童及家长、教师的欢迎。

在不断创新的时代，在人类已经跨入21世纪以后，如何让学生植根于中华民族传统文化的沃土中茁壮成长，这个课题的研究是很有价值的。

儿童学古诗，读之、吟之、歌之、舞之，不亦乐乎？试想，在我们小学语文课堂上，学生在缓缓吟诵、细细品味中净化心灵，陶冶情操，吟诵吟唱声此起彼伏，这将是一个怎样的释放活力、舒展灵性、生动活泼的诱人景象！

愿这本小册子，给孩子们带来浓郁的传统文化氛围，带来诗情，带来童趣，带来欢乐。

读之·吟之·歌之·舞之

——古诗全脑学习法

●陆 嘉

建国以来，小学古诗教学内容变化甚大，20世纪50年代教材中只有6首，80年代36首，至今新课标必背古诗达70首。可见对孩子传统文化“根”的教育高度重视。然而如何使学生不增加负担，乐于积累，乐于背诵，我们一直在寻求有效的途径。

上海师资培训中心，对小学古诗教学，研究多年，曾与打虎山路第一小学共同编写的《读读·吟吟·唱唱——儿童学古诗》，2001年曾列入上海市中小学活动课教材。特别是近年来我们与国内外广泛交流后创导的“读之、吟之、歌之、舞之”的方法，倍受师生欢迎。我们曾对市内外近万名教师（包括幼教）进行互动式培训，反响热烈。各校的古诗教学，不再是死气沉沉，一味的背，而换之以生动活泼的形式。学生反映背得住，记得牢。教师体会，这种调动左右脑协调发展的全脑学习法，解决了学生苦于背诵的难题，是古诗教学的好途径。有的学校参加国际吟诗节，获好评；有的荣获市古诗诵读比赛一、二等奖；有的学校赴台交流颇受欢迎。《新闻晚报》曾作了《读之、吟之、歌之、舞之，上海小学生新方法学古诗》、《摇头晃脑学古诗》等专题报道。

为配合新课标、新教材的全面实施，加强对学生民族精神的教育，以诗益智，以诗冶情，以诗明理，以诗育人，我们特编写这本典雅又新颖的古诗读本。

先谈读之、吟之。古诗诵读，蔚然成风，然而风格各

异。有的按快板的节拍读，有的随心所欲地吟，有的凡五言一律二、三节奏读，凡七言一律四、三节奏读，虽琅琅有声，热情可嘉，但总感到似乎缺了些什么。不少专家认为，缺的是格律诗的韵律。关于吟诗也有模糊看法，认为高声地诵读就是吟诵。其实吟诵是我国传统的一种以欣赏为主的读书方法。吟，呻也，哦也，即曼声而唱；诵，读之而有音节者。吟诵是一种“半念半唱”的独特的读诗方式。

我们认为学习传统文化可借鉴传统的教学方法。读诗与吟诗拟遵循格律诗的规律，特别是在节奏点上的“平长仄短”的规律。这是传统诗歌的精华，只有从小读熟了，吟熟了，才能真正领悟格律诗的音韵美，长大后，兴之所至，也能欣然命笔而作之，不亦乐乎？

我国古代诗歌按照体裁划分，可分为古体诗和近体诗两种。古体诗对格律的要求不严格，近体诗的要求就非常严格，一首诗的字数、音节、押韵、对仗、平仄等都有一定的规律。

音节。古诗字有定数，朗读与吟诵时就不能超越它对停顿的固定要求。一般来说，格律诗的节奏单位（每两个音节即两个字作为一个节奏单位）和意义单位（一个词、一个词组）是一致的，但是也有不一致的。如李白的绝句《赠汪伦》第三句“桃花潭水深千尺”，按平仄格式应读为“桃花——潭水——深千——尺”其中桃花的“花”深千尺的“千”宜读长些而潭水的“水”宜读短些。“花”“千”是平声，“水”是仄声。按语法结构应读为：“桃花潭——水——深千尺”这就把二、四、六字的节奏点打

破了。所以读诗与吟诗应按节奏，理解内容按语法结构。

押韵。押韵是指在规定的^上位置上（一般在句尾）用上韵母相同的字。近体诗双句最后一个字必须押韵，也就是说，绝句的第二、四句，律诗的第二、四、六、八句的最后一个字是押韵的位置。至于第一句的最后一个字，无论绝句或律诗，都可押可不押。格律规定在每联对句末字用韵，就可以通过节奏停顿的延长和音量的调整，给听者留下吟味的余地。吟诵必须呼应韵脚、突出语言色彩、烘托情感，形成回环往复的节奏感。

对仗。对仗就是对对子，指同一联中，出句和对句在词性、句法和意义等方面都要相对。律诗讲究对仗，第二、三联（即颌联和颈联）必须相对，至于第一、四联（首联和尾联）可对可不对。绝句不一定要求对仗，但绝句似截取律诗格式一半而成，所以许多绝句也用了对仗。对仗句给诗歌增添艺术魅力，吟诵起来，跌宕回环，更觉意境深远。

平仄。“平”指平声字，包括现在普通话中除去由古入声字变来的全部阴平和阳平的字。“仄”指上声、去声和入声的字。现在的普通话没入声，古代的入声字现在分别归到普通话中的阴平、阳平、上声和去声里面。归到上、去两声的入声字，过去和现在都属仄声，而归到阴平、阳平两类的入声字，古代叫仄声字，现在却叫平声字，记住这些为数不多的字，就可以区分古代的平仄了。今人写诗，有的也在试着按普通话的四声（阴平、阳平为平，上声去声为仄）和平仄的格式练习，但读古代近体诗就要了解入声字。

平仄是律绝（也是律诗）格律中最主要的内容。一句诗中平仄相间，朗读与吟诵起来，平长仄短，给人以抑扬

顿挫之感。五绝诗中有四种平仄格式。第1种是仄起首句不入韵，第2种是平起首句不入韵，第3种是仄起首句入韵，第4种是平起首句入韵。其中以第1种仄起首句不入韵为最常见。所谓平起与仄起是指每首诗第一句第二个字是平声为平起，是仄声为仄起。平仄的符号，一般是“—”表示平声，“|”表示仄声，⊗表示入声

如：

⊗仄平平仄

大漠沙如雪

| | — — ⊗

平平仄仄平

燕山月似钩

— — ⊗ | —

⊗平平仄仄

何当金络脑

— — — | |

⊗仄仄平平

快步踏清秋

| | | — —

（字外加圈属可平可仄的字）

（李贺《马》）

七绝诗中也有四种平仄格式：第1种是平起首句入韵，第2种是仄起首句入韵，第3种是平起首句不入韵，第4种是仄起首句不入韵。其中以第1种平起首句入韵为常见。

如：

⊗平⊗仄仄仄平

朝辞白帝彩云间，

— — ⊗ | | — —

⊗仄平平仄仄平

千里江陵一日还。

— | — — ⊗ ⊗ —

⊗仄⊗平平仄仄

两岸猿声啼不住，

| | — — — ⊗ |

⊖平⊕仄仄平平

轻舟已过万重山。

——|||——

（字外加圈属可平可仄的字）

（李白《早发白帝城》）

格律诗对平仄的要求相对严格，如本句中平仄交替，对句中平仄相反，上联对句与下联出句平仄相粘等。朗读与吟诵时除了应了解韵脚分平声韵、仄声韵之外，还应知道“一三五（五言是一三）不论，二四六（五言是二四）分明”等规律。

再谈歌之，要区别吟诵与吟唱的关系。

古诗吟唱古已有之。《史记》：“三百五篇，孔子皆弦歌之，以求合韶武、雅颂之音。”诗不是为了看的，而是为了“吟”的。古人所谓的“吟”就是唱。古曲《阳关三叠》又名《渭城曲》就是按唐代诗人王维的《送元二使安西》一诗谱的曲，唱出了哀怨别离之情，流传至今。

吟唱是吟诵的发展。《毛诗序》：“情动于中而形于言，言之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，故咏歌之。”吟诵不足则吟唱，全部是唱，不再是“半念半唱”，从朗读方式发展到唱歌的方式，所以吟唱有特定的曲调。优秀的吟唱曲既表现了古典诗歌的声律特点和节奏关系，又加强了歌唱性。通过吟唱具有不同感情色彩和曲调旋律的诗歌，借助音乐，再现诗歌的意境，传达诗人的感情，引起人们心灵的共鸣。吟唱与吟诵有同样的功能，但吟诵，熟读成诵，行腔使调较自由，所以吟诵谱，有的就无小节线。吟诵口耳相传，古人的腔调已失传了，但注重语言因素，平长仄短的规律没变。为挽救吟诗的失传，在试吟中我们可以借用民歌的腔调，或戏曲或歌曲，按照在节奏点上平长仄短规律自由发挥，这也不失为继承和发展古代吟

诗的有效途径。吟唱，作为一个辅助手段，在学古诗，特别是儿童学古诗中，“寓教于乐”，颇受欢迎。所以，我们热切欢迎作曲家多为孩子们给古诗谱曲，让孩子们尽情歌之。

所谓舞之，就是让孩子边唱唐诗边用手语或体态语，亦歌亦舞动起来。在我们试验中小朋友十分活跃，因为手语中有拼音、有字形，可书空，有生动的形象，有丰富的想像。况且手语也是一种语言，扩大的形象的语言，有利于学生对古诗的理解和记忆。

总之，读之、吟之、歌之、舞之，这种既学到了格律诗的韵律又调动学生左右脑协调发展的途径，我们还将继续探索。我们的学校古诗教学，应该是“乐”的教育而不是“苦”的教育，正像有的学校宣传经典诵读所提倡的那样：只求书声琅琅，不求死记硬背；只求生动活泼，不求暮气沉沉，真正做到以学生发展为本。

目 录

一、五言绝句

- (一) 仄起首句不入韵 (7) ----- (1)
- 登鹳雀楼-----[唐]王之涣 (1)
- 风 (解落三秋叶) -----[唐]李 峤 (3)
- 独坐敬亭山 (众鸟高飞尽) -----[唐]李 白 (4)
- 秋浦歌 (白发三千丈) -----[唐]李 白 (6)
- 逢雪宿芙蓉山主人 (日暮苍山远) -----[唐]刘长卿 (7)
- 绝句 (迟日江山丽) -----[唐]杜 甫 (9)
- 乐游原-----[唐]李商隐 (10)
- (二) 平起首句不入韵 (3) ----- (12)
- 宿建德江 (移舟泊烟渚) -----[唐]孟浩然 (12)
- 夜宿山寺 (危楼高百尺) -----[唐]李 白 (14)
- 池上 (小娃撑小艇) -----[唐]白居易 (15)
- (三) 仄起首句入韵 (4) ----- (17)
- 塞下曲 (林暗草惊风) -----[唐]卢 纶 (17)
- 塞下曲 (月黑雁飞高) -----[唐]卢 纶 (19)
- 哥舒歌 (北斗七星高) -----[唐]西鄙人 (21)
- 梅花 (墙角数枝梅) -----[宋]王安石 (23)
- (四) 平起首句入韵 (1) ----- (24)
- 塞下曲 (鹫翎金仆姑) -----[唐]卢 纶 (25)

二、七言绝句

(一) 平起首句入韵 (19) (27)

- 凉州词 (黄河远上白云间) -----[唐]王之涣 (27)
凉州词 (葡萄美酒夜光杯) -----[唐]王 翰 (29)
出塞 (秦时明月汉时关) -----[唐]王昌龄 (30)
送元二使安西 -----[唐]王 维 (32)
早发白帝城 -----[唐]李 白 (34)
望天门山 -----[唐]李 白 (35)
赠花卿 (锦城丝管日纷纷) -----[唐]杜 甫 (37)
滁州西涧 (独怜幽草涧边生) -----[唐]韦应物 (39)
望洞庭 -----[唐]刘禹锡 (40)
寒食 (春城无处不飞花) -----[唐]韩 翃 (42)
小儿垂钓 (蓬头稚子学垂纶) -----[唐]胡令能 (44)
清明 -----[唐]杜 牧 (45)
蜂 -----[唐]罗 隐 (47)
书湖阴先生壁 -----[宋]王安石 (48)
题西林壁 -----[宋]苏 轼 (50)
六月二十七日望湖楼醉书 -----[宋]苏 轼 (51)
游园不值 -----[宋]叶绍翁 (53)
石灰吟 -----[明]于 谦 (54)
己亥杂诗 (九州生气恃风雷) -----[清]龚自珍 (56)

(二) 仄起首句入韵 (30) (58)

- 咏柳 -----[唐]贺知章 (58)
回乡偶书 (少小离家老大回) -----[唐]贺知章 (60)
从军行 (青海长云暗雪山) -----[唐]王昌龄 (61)
芙蓉楼送辛渐 -----[唐]王昌龄 (63)
望庐山瀑布 -----[唐]李 白 (65)
赠汪伦 -----[唐]李 白 (67)
黄鹤楼送孟浩然之广陵 -----[唐]李 白 (68)

别董大	[唐] 高 适 (70)
江畔独步寻花 (黄师塔前江水东)	[唐] 杜 甫 (72)
江畔独步寻花 (黄四娘家花满蹊)	[唐] 杜 甫 (73)
枫桥夜泊	[唐] 张 继 (75)
乌衣巷 (朱雀桥边野草花)	[唐] 刘禹锡 (76)
浪淘沙 (九曲黄河万里沙)	[唐] 刘禹锡 (78)
竹枝词 (杨柳青青江水平)	[唐] 刘禹锡 (80)
山行	[唐] 杜 牧 (81)
江南春	[唐] 杜 牧 (83)
秋夕 (银烛秋光冷画屏)	[唐] 杜 牧 (84)
元日	[宋] 王安石 (86)
泊船瓜洲	[宋] 王安石 (87)
惠崇春江晓景	[宋] 苏 轼 (89)
示儿	[宋] 陆 游 (91)
四时田园杂兴 (昼出耘田夜绩麻)	[宋] 范成大 (92)
四时田园杂兴 (梅子金黄杏子肥)	[宋] 范成大 (94)
小池	[宋] 杨万里 (95)
晓出净慈寺送林子方	[宋] 杨万里 (97)
春日	[宋] 朱 熹 (98)
题临安邸	[宋] 林 升 (100)
乡村四月 (绿遍山原白满川)	[宋] 翁 卷 (101)
竹石	[明] 郑 燮 (103)
村居 (草长莺飞二月天)	[清] 高 鼎 (104)

(三) 平起首句不入韵 (3) (106)

江南逢李龟年 (岐王宅里寻常见)	[唐] 杜 甫 (106)
饮湖上初晴后雨	[宋] 苏 轼 (108)
墨梅	[元] 王 冕 (109)

(四) 仄起首句不入韵 (3) (112)

九月九日忆山东兄弟	[唐] 王 维 (112)
绝句 (两个黄鹂鸣翠柳)	[唐] 杜 甫 (113)

秋夜将晓出篱门迎凉有感 -----[宋]陆 游 (115)

三、五言律诗

(一) 仄起首句不入韵 (2) ----- (117)

春夜喜雨 -----[唐]杜 甫 (117)

商山早行 (晨起动征铎) -----[唐]温庭筠 (119)

(二) 平起首句不入韵 (1) ----- (122)

赋得古原草送别 -----[唐]白居易 (122)

(三) 仄起首句入韵 (1) ----- (125)

送杜少府之任蜀州 (城阙辅三秦) -----[唐]王 勃 (125)

(四) 平起首句入韵 (1) ----- (128)

没蕃故人 (前年戍月支) -----[唐]张 籍 (128)

四、七言律诗

(一) 平起首句入韵 (2) ----- (131)

登金陵凤凰台 (凤凰台上凤凰游) -----[唐]李 白 (131)

甲辰八月辞故里 -----[明]张煌言 (134)

(二) 仄起首句入韵 (1) ----- (137)

游山西村 -----[宋]陆 游 (137)

(三) 平起首句不入韵 (1) ----- (140)

和子由澠池怀旧 (人生到处知何似) -----[宋]苏 轼 (140)

(四) 仄起首句不入韵 (1) ----- (142)

闻官军收河南河北 (剑外忽传收蓟北) ---[唐]杜 甫 (143)