



中国优生科学协会推荐读物

中国妇女出版社



2CD

随书赠送

中国儿童

ZHONGGUO ERTONG

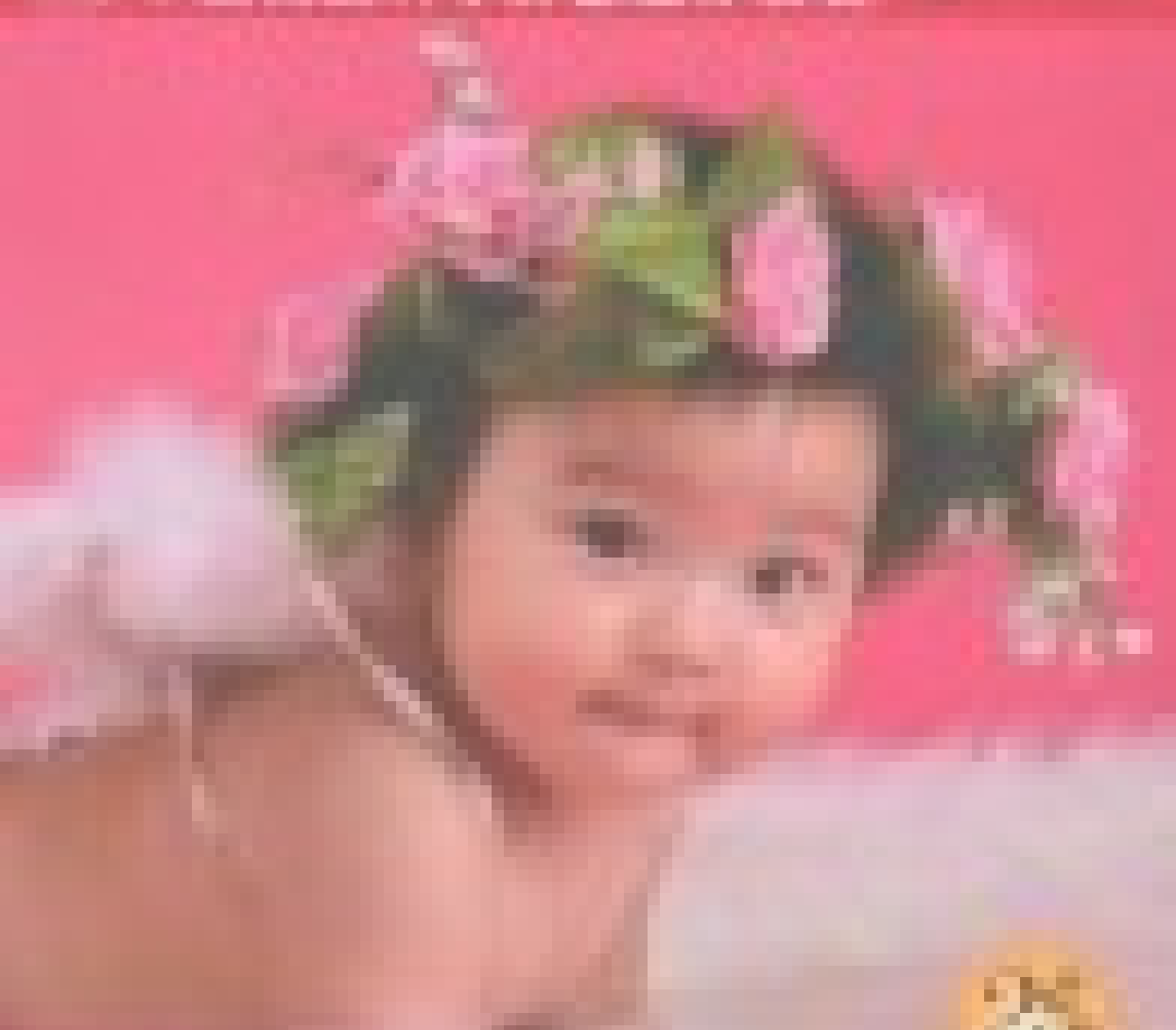
* ZAOQI YINYUE JIAOYU FANGAN

早期音乐教育方案

0~3岁

中华女子学院学前系艺术教研室主任 王丹 主编

中国音乐家协会音乐考级教材 中国音乐学院考级教材 中国音乐学院考级教材



中国儿童 早期音乐教育方案

第一卷

中国音乐学院考级教材 中国音乐学院考级教材 中国音乐学院考级教材



中国优生科学协会推荐读物



中国儿童早期音乐教育方案

ZHONGGUO ERTONG ZAOQI YINYUE JIAOYU FANGAN

0~3岁

中华女子学院学前系艺术教研室主任
王丹 主编

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国儿童早期音乐教育方案 (0~3岁) / 王丹主编. —北京:

中国妇女出版社, 2008. 1

ISBN 978-7-80203-510-2

I. 中... II. 王... III. 早期教育—教学参考资料 IV. G613.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 185276 号

中国儿童早期音乐教育方案 (0~3岁)

主 编: 王 丹

责任编辑: 朱婷婷

版式设计: 吴晓莉

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) (010) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京才智印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 11.75

字 数: 200 千字

版 次: 2008 年 1 月第 1 版

印 次: 2008 年 1 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-80203-510-2

定 价: 29.80 元 (配 2CD)

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

目 录 CONTENTS

第 1 章 给宝宝插上音乐的翅膀

第一节 天籁的启示：音乐有那么重要吗？ /2

- 一、音乐创造了差别 / 3
- 二、左脑和右脑 / 4
- 三、把握大脑的关键期 / 5
- 四、如何开启多元智能 / 6
- 五、拥有音乐的生活 / 7

第二节 放眼望世界：最著名的三大音乐教育体系 /9

- 一、瑞士的达尔克罗兹音乐教育 / 9
- 二、匈牙利的柯达伊音乐教育 / 10
- 三、德国的奥尔夫音乐教育 / 11

第三节 做成功智慧的家长 /12

- 一、伙伴与引导者 / 13
- 二、享受音乐时光 / 13
- 三、音乐小屋 / 15
- 四、唤起孩子的兴趣 / 16
- 五、千万次的鼓励 / 16
- 六、坚持就是胜利 / 17
- 七、三种不适合的方法 / 17
- 八、建立常规 / 18
- 九、选择最好的亲子音乐 / 19
- 十、和孩子一起进步 / 19

第2章 亲子音乐屋

第一节 聆听自然世界

/22

一、适合婴幼儿聆听的音响 / 22

二、写给爸爸妈妈的话 / 22

三、聆听的活动游戏 / 23

- 风（风娃娃） / 23
- 雨（小雨滴） / 23
- 雷（雷雨） / 24
- 河（我家门前有小河） / 24
- 海（海浪花） / 24
- 鸟（鸟儿） / 24
- 猫（小猫咪咪） / 25
- 公鸡（小公鸡） / 25
- 狗（小花狗） / 25
- 羊（小山羊） / 25
- 牛（高高山上一头牛） / 25
- 鸭（赶鸭） / 25
- 青蛙（小青蛙） / 26

第二节 咿呀音乐会

/27

一、适合母亲的歌和爱抚的歌曲 / 27

二、“妈妈语”和说唱 / 27

三、咿咿呀呀歌唱法 / 28

四、简单易行的亲子歌唱方法 / 29

五、亲子歌唱活动游戏 / 30

- 找朋友（歌唱、游戏） / 30
- 小豆芽（歌唱） / 33
- 春晓（吟诵、歌唱） / 36
- 小雨点旅行记（歌唱、律动） / 39
- 小钟说话（歌唱、游戏） / 42

- 有趣的歌声（歌唱） / 45
- 鸡蛋壳（歌唱、游戏） / 48
- 小蝌蚪（儿歌、游戏） / 51
- 四只小青蛙（歌唱、律动） / 54
- 咏鹅（吟诵、歌唱） / 58

第三节 动感宝贝

/62

一、适合婴幼儿律动的音乐 / 62

二、亲子律动游戏 / 66

- 踢踢踏（律动、节奏乐） / 66
- 小手变变变（律动、游戏） / 70
- 小木匠（歌唱、律动） / 74
- 淘气的太阳宝宝（律动、节奏乐） / 78
- 小刺猬运苹果（律动、游戏） / 81
- 四小天鹅（欣赏、表演） / 84
- 鲢鱼（歌唱、律动） / 87
- 舞动的纱巾（律动） / 91
- 小秧歌（律动、节奏乐） / 95
- 包饺子（歌唱、律动、游戏） / 99

第四节 小乐器总动员

/102

一、适合婴幼儿节拍活动的音乐 / 102

二、节奏的世界 / 102

三、乐器是个大玩具 / 103

四、亲子节拍方法 / 105

五、亲子节拍活动游戏 / 107

- 快乐小马（节奏乐） / 107
- 小蜜蜂（说唱、律动） / 110
- 三只熊（节奏乐、游戏） / 113
- 剪羊毛（节奏乐、表演） / 116
- 打花巴掌（歌唱、节奏乐） / 119
- 盘子交响曲（节奏乐、探索声音） / 122
- 太阳出来喜洋洋（节奏、律动乐） / 124
- 小乐器总动员（节奏乐） / 127

- 中国锣鼓经（节奏乐） / 129
- 欢乐游乐场（节奏乐、表演） / 132

第五节 走进音乐童话 /135

- 一、适合婴幼儿欣赏以及表演的音乐 / 135
- 二、用音乐讲故事 / 135
- 三、让你变成童话中的天使 / 136
- 四、亲子音乐故事及小音乐剧的活动游戏 / 138
 - 小精灵漫游记（律动、表演） / 138
 - 绿野仙踪（表演） / 141
 - 森林铁匠（欣赏） / 144
 - 时钟店（欣赏） / 148
 - 糖果仙子（欣赏、表演） / 152
 - 巨人的花园（表演） / 155
 - 雪橇（欣赏、表演） / 159
 - 洋娃娃和小猫（欣赏） / 163
 - 雪人减肥记（律动、表演） / 166
 - 波斯市场（节奏乐、表演） / 170

附录1 了解你的宝宝（0~3岁） /173

- 一、0~6个月：特别需要爱 / 173
- 二、6~12个月：摸摸这个世界 / 175
- 三、13~18个月：调皮探险家 / 176
- 四、19~24个月：爱说“不”的独立小人儿 / 177
- 五、25~30个月：不安分的两周岁 / 178
- 六、31~36个月：秩序感与过家家 / 179

附录2 音乐小知识/ 180

第 1 章

给宝宝插上音乐的翅膀



母爱是——



第一节 天籁的启示：音乐有那么重要吗？

音乐是灵动的语言、多彩的图画、生命的律动，优美的音符让我们陶醉、激奋、震撼。一个缺少音乐的生命宛如春天缺少明媚的阳光，翱翔的鸟儿缺少展飞的翅膀。有音乐相伴的开端会更丰富、更富有创造力和生命的张力。

音乐是最古老的艺术形式之一，音乐作为自我表达的方式，以人声或其它器具为载体，与其他艺术形式共同存在于这个世界。人类能够通过它相互沟通并创造文明。我们每个人都会有这样的经历：诞生前就伴随着母亲的心跳声一起生活，并且与自己的心跳和呼吸节律及更精妙的新陈代谢和脑电波活动节奏共存。由于人类与生俱来就拥有音乐的天赋，因此每个人都能够发展这种才能。在儿童早期，特别是0~3岁的声音和音调敏感性发展的关键期，音乐能力的发展具有决定性的作用。在这一时期，一个丰富的音乐环境能够为孩子今后音乐能力的培养以及多元潜能的开发奠定良好的基础。

音乐能带给孩子的不仅是审美的感受，也不仅是孩子全脑开发与人格塑造的手段与途径，更不仅是艺术技巧的打磨，音乐应该成为孩子的好伙伴，应该带给孩子爱 and 美的信息，让他们获得创造的灵感、心灵的平静、成长的激励与幸福的体验。



我6岁开始跟父母学习小提琴，音乐赋予了我直觉，对我的新发现（运动物体光学）有极大的帮助。

——爱因斯坦

一、音乐创造了差别

当我们教孩子音乐的时候，教会他如何聆听；当我们教孩子画画的时候，教会他如何观察；当我们让孩子想象的时候，在为他创造美好的世界。

荷兰的教育者深信艺术与音乐的力量。1968年，艺术和音乐就已成为荷兰初中的必修课，甚至决定学生是否有资格升入大学。在之后1994年国际数学和科学教育成就研究活动中，荷兰的大学生取得了数学类第一名，自然类第二名的好成绩，呈现出音乐、数学、科学的紧密联系。美国国家唱片艺术暨科学学院策划了一项“聪明交响乐”项目，自1999年起，将一张获得格莱美奖的古典音乐唱碟与尿布一起，送给即将离开医院的新妈妈，希望用这种礼物给美国的孩子带去科学与文化的优势。音乐真的能影响孩子的智力与能力吗？回答是响亮而肯定的。

音乐能够影响孩子的大脑发育。年轻的父母可能会惊讶，新生儿的大脑中含有1000亿个神经细胞，多得像银河系里的星星一样，难以准确计算。初生时，婴儿的大脑几乎已经包含了人一生所有的神经细胞，但是如果没有一个充满良性刺激的环境，孩子大脑会受到不良的影响。美国的研究人员发现，没有机会玩耍或很少接受抚摸的孩子，其大脑比同龄正常孩子小20%~30%。在活泼的音乐中，孩子会有更多的玩耍和运动的机会，他们的大脑也会受到更多的良性刺激。

音乐能够让孩子的听觉能力产生差别。听觉器官是孩子最早发育的器官之一，在孕期四个月时，孩子在母体中就会听了。孩子能听到母亲的心跳，听到母亲的说话，甚至听到母体以外的多种声响。日本有个实验，阿部桂是一个普通的日本小女孩，她刚出生不久，母亲就在她的卧室里播放莫扎特、海顿和其他大师的作品录音。出生六个月的时候，当阿部桂听到熟悉的旋律时，就会发出咯咯的欢笑声，说明她对这些音乐已经记住并且能够听出来了。孩子不仅能主动探究和选择环境中的刺激，而且具有惊人的早期音乐学习倾向，甚至能将这种音乐能力迁移到其他领域。

音乐能够让孩子在时间与空间的推理能力方面产生差别。科学家在洛杉矶的一个学前班测试了33名孩子。他们将孩子分为两组，并给其中的19人提供了8个月的歌唱课程，其余14人没有任何音乐训练。接受训练的一组孩子每周

接受音乐课程 10~15 分钟。8 个月后，研究人员对他们进行了测试。测试的结果是，没有接受音乐训练的孩子，其能力仅仅提高 6%，而那些接受音乐训练的孩子却提高了 46%！

音乐还可以让孩子大脑的记忆功能产生差别。加拿大安大略省汉密尔顿市麦克马斯特大学的研究人员进行的一项研究显示，孩子尽早接触音乐有助于提高记忆力。研究人员在一年里对两个小组年龄在 4~6 岁的孩子进行了 4 次测试，其中一个小组的孩子在幼儿园放学之后上音乐课，另一个小组的孩子则不上，结果发现在 4 个月时，两个小组的孩子在记忆力方面就有区别了。接触音乐的孩子被问及有关曲调、节奏以及音调等音乐常识，然后研究人员让他们听一系列的数字、记住这些数字并重复出来。尽管此前有研究显示那些接触音乐的孩子会比仅接触戏剧的孩子智商更高，但这项研究却首次显示出了孩子接触音乐后整个大脑的发育都在进步。

二、左脑和右脑

左脑是“自己的脑”，不断存储着后天所获得的各种信息，成为经验和知识的记忆宝库。右脑是“祖先的脑”，存储着从古到今人类 500 万年遗传因子的全部信息。刚出生的婴儿如果左脑出现障碍，可以照常吃奶，这是本能的意识行为，说明右脑天生存在着生存所必需的信息。一直以来人们过于强调左脑的功能，却忽视了右脑对孩子潜能开发的重要性，而右脑对孩子的记忆、情感、创造等方面的作用至今还有着科学家也不能解释的神奇影响。

1981 年，美国科学家斯佩里因研究人脑而获诺贝尔奖。他发现左脑是“理性脑”，同逻辑思维紧密相连，而右脑是“情感脑”，同形象思维紧密相连，并且右脑的记忆量为左脑的 100 万倍。这说明左右脑分管人的两种不同思维模式，这两种模式对人的发展同样重要。因此，左脑和右脑的发展同样重要，而音乐是能够促进左右脑两半球共同发展的。哈佛大学的霍华德·加德纳博士说：“大多数音乐能力主要表现在大脑右半球，但不能由此简单地得出结论，认为音乐主要是右半球的功能。当一个人提高了音乐技能，最初在右半球发现的能力逐渐在左半球出现。看起来像是由于音乐训练，相当一部分技能转移到主导语言的另外一个脑半球。”

美国科学家皮特等近年在《科学》杂志上发表了他们的有关研究结果。研

究揭示：音调的相关活动可以调动人脑的认知、情感和记忆功能，可以调动左右脑的参与。

当收音机中播放出优美的旋律时，聆听者的思绪一下子回到了那个浪漫的月光之夜，那一时刻的幸福时光令人永难忘怀。或许每个人都经历过相同或相似的情景，但直到最近科学家才弄懂了其中的奥妙。研究人员对8位音乐家进行了实验，实验结果显示，人类识别音乐的能力由前额后面的一块中心区域所掌控。而前额皮层部分（分布在）在人类的学习、反应能力及情绪控制等方面扮演着重要角色，这就说明音乐活动和人脑的情感发展区域相关。

当我们教孩子唱一首歌时，一般歌曲是有前奏的，然后再开始唱或进行律动。前奏结束的前一刻，孩子就会调动大脑各部分来确定如何在准确的音高、节奏、时刻开口唱歌，如何用身体的动作与爸爸妈妈配合，这些都与人的内心听觉、超前思维、动作协调、音调记忆等有关。上述这些音乐活动既包括认知又包括感受的活动，既需要理性脑——左脑的参与，又需要情感脑——右脑的参与。

三、把握大脑的关键期

大脑有形成音乐能力的关键期。像对待语言一样，婴儿的大脑总是准备处理各种音乐的细微变化，然而当孩子到了一定年龄时，这种能力就逐渐衰退了。因此，父母们要把握孩子对于音乐感应的“关键期”。

3岁孩子的大脑神经细胞已经达到成人的80%，听觉方面的发展已经完全成熟，3岁之前使用音准好的乐器进行训练，可以使孩子获得类似于天赋的绝对音感。研究表明，具有绝对音感的孩子，对乐谱的记忆力强，对音乐的感受极为敏感，属于优势群体。不具有绝对音感的孩子，在多数情况下需要经过一定的努力和训练才能掌握。研究还表明，3岁以前开始进行音乐训练，经3~4个月就能获得绝对音感；4岁开始进行音乐训练，经6个月左右能获得绝对音感；5岁以后开始则需要10个月或更长的时间才能获得绝对音感。在0~3岁这一时期，一个丰富的音乐环境能够为孩子音乐能力的发展奠定基础。

丰富的音乐环境首先创设于家庭。婴儿在诞生前就伴着自己的心跳和呼吸节奏及母亲的心跳声生活，可以说在胎儿期，音乐就已经和胎儿大脑的认知神经紧密联系了。对于出生后的婴儿，让他们学会聆听是家庭音乐教育的主要目

标。可以让孩子聆听成人的对话以及家庭中的各种音乐。可以设立一个音乐小屋，尽可能地通过音乐让孩子的大脑获得多感官的刺激。当孩子成长到幼儿期时，可以让他们在托幼机构中获得较为系统的音乐教育。

四、如何开启多元智能

哈佛大学的心理学家霍华德·加德纳（Howard Gardner）把智能分为八个领域，即多元智能。多元智能理论认为一个人的智能并不是固定或天生的，而是存在着巨大潜能的。孩子通过学习音乐和艺术，可以发展这些潜能。那么，音乐是如何促进孩子的多元智能发展的呢？

音乐是自然与生命的最初的语言，婴儿还不会说话时就能感受音乐，并通过它认识自我、感知世界。音乐里有春天的细苞嫩芽和鲜花，告诉孩子快乐和奔放；音乐里有秋天五彩缤纷的落叶及馥香，让孩子希望和憧憬；还有冬天的明朗和严寒，带给孩子勇气、力量、坚忍和克己的情绪。孩子就像一个待发的精灵，音乐为他们开辟了一条流畅而迅速的通道，让他们飞向远方的目标。

表1展现了八种智能的类型与音乐潜能开发的关系：

表1 音乐促进婴幼儿的多元智能发展

智能领域	音乐促进智能的方法
音乐智能	通过歌谣、律动培养孩子的音高感。通过歌曲、表演唱和演奏培养孩子的音乐表现表达能力、即兴创造能力。通过欣赏音乐培养孩子的音乐感受力。通过打击乐培养孩子的节奏感、辨别音色的能力。
语言智能	通过不同类型的音乐故事、戏剧表演培养孩子对语言的理解力。通过歌曲和表演唱培养孩子的语言表达能力。通过歌谣、律动自然获得语言韵律。
人际交往智能	通过音乐表演或欣赏，培养孩子基本的社交能力，如能倾听他人的演唱、演奏等。通过音乐游戏、戏剧表演等，培养孩子的直觉能力。通过歌唱、音乐游戏、体态律动、戏剧表演等集体活动，理解他人的能力以及合作精神。
身体运动智能	通过律动、表演唱、游戏和舞蹈，培养孩子大肌肉动作的灵活性。通过小型打击乐器、制作道具、乐器，培养孩子小肌肉动作的灵活性。
视觉空间智能	通过学习乐器提高孩子的空间智能。在他们大脑中形成图画和想象，并能够将大脑中想象的内容制作成形。通过绘画和音乐结合的活动，培养孩子的视觉记忆力、联想能力。通过戏剧、歌舞等活动，提高孩子的空间分配技能。

(续表)

表1 音乐促进婴幼儿的多元智能发展

智能领域	音乐促进智能的方法
数理逻辑智能	通过学习使用乐器,提高清晰、批判性的思考能力。通过律动、歌曲等活动,自然获得均分与序列规律、比率、结构关系、次序。通过学会音乐小节的拍子,认识一首音乐主题的结构和反复再现。通过音乐活动强化对某些数学概念的理解。
自省智能	通过音乐创造活动,培养孩子独立思考、独立创作能力。通过节奏、歌谣、律动、歌唱、戏剧来表现和表达自己。通过学习音乐让孩子了解自己。
自然观察智能	通过音乐让孩子能够发现自然界的聲音,如鸟鸣、雨声、雷声等。通过季节变化等主题活动,让孩子能够在大自然中找到艺术的表现形式。通过各种音乐活动,让孩子能够找到大自然中事物的结构和主题。

现代研究表明,智能的发展并不完全依赖于天赋,也不是终生不变的,也就是说,低智商不会永远是低智商,人为的努力可以促进智商的发展。重视早期的亲子音乐学习,可以很好地促进孩子多元智能的发展。

五、拥有音乐的生活

音乐就像是常春藤那样围绕着我们生活。从婴儿期的摇篮曲到学校的进行曲,从生日快乐歌到毕业歌,从电视机里的音乐到领奖台的音乐……,孩子的生活似乎总是伴随着音乐。

音乐的奥秘不仅在于抽象和流动,也在于参与,有待于人们亲自去“做”。这个“做”有着多方面的含义,绝不只限于创作。进行亲子音乐训练的孩子们,起先他们咿咿呀呀连节拍都跟不上,甚至在活动初期只能看着妈妈。但才过了几个月,孩子们就能根据音乐的变化,调整自己的运动频率、身体位置,甚至调整声音唱歌。即使是陌生的乐曲,孩子们也会在较短的时间内领会旋律、节奏节拍等音乐元素的变化。孩子在汲取外界的信息并将其成为自己生命的一部分,他们的感官变得敏锐起来,拥有一套灵敏度极高的信号接受系统,这对其发展多元潜能有着重要意义。

音乐能够拉近孩子与数学之间的距离。很多美学家论证了美的形式与数学的微妙关系,假如数学是心志锻炼的体操,那么,从小就接受音乐教育的孩子

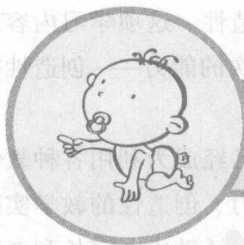
就多了一种从直觉上把握数学的能力。孩子们能够毫不费力地把一个短暂的单位时值均分，甚至可以同时进行两种不同的均分，潜移默化地发展了数学能力。

另外，音乐活动往往离不开想象，而想象又是孩子从音乐活动中获取快乐的重要途径之一。我们可以在日常生活中经常观察到：只要是在没有心理压力的情况下，许多孩子常常会在各种场合旁若无人地长时间陶醉于充满乐趣的想象活动之中。

孩子们接受的音乐作品的结构是多种多样的，有的是快慢快的三段体，有的却是起、承、转、合的结构，有的在达到高潮后结束，有的在末尾却要飘然而去……种种不同的模式愈来愈多地积累在孩子们的记忆中，对于提高其智商来说是十分重要的。人们认识复杂事物的基本方法是简化过程，即把陌生的新事物归档储存在脑海中已有分类的各个栏目中去。脑海中储存的模式越多，想象力、理解力也就越强，大脑储存后又重新排列组合，构成新的图示，可以帮助孩子发展创造性思维。

音乐能带给孩子丰富的情感体验，并教会他们控制自己的情绪和情感。在日常生活中父母们都有这样的经验，粗鲁的人表达自己的情感只有一两种方式，而心理情感丰富的人，会根据不同的场合、以不同的方式表达自己不同程度的愤怒和喜悦。艺术大师们的各种作品，仿佛是一道道锻炼孩子自控能力的习题；不同风格的乐曲，有不同强弱对比方式；不同声部的交织，又有不同表现的要求；唱弱了，弹弱了，未成声音；唱强了，弹响了，不成声音；快了，过于激动；慢了，又流于拖沓。绝大多数经过音乐训练的孩子，脑子里都有鲜明的分寸感，而有机会和家人进行亲子音乐训练的孩子，则更懂得协调的重要，他们明白自己在合作中的作用，知道怎样约束自己，怎样发挥自己。

生活中既然离不开音乐，父母们何不更有效地帮助孩子选择音乐作品，让孩子在生活中感受音乐，在音乐中体验生活呢？



第二节 放眼望世界：最著名的三大音乐教育体系

教育是一门艺术，同样的内容，不同的教法，效果迥然。婴幼儿的思维具体形象，容易受情绪感染，所以早期音乐教育应该借鉴国外先进的教育理念，采用操作性强，生动形象的教育法，充分运用游戏、体态律动、节拍等多种活动，让孩子在不知不觉中感知音乐，学习丰富的表达方式。

一、瑞士的达尔克罗兹音乐教育



著名的瑞士作曲家、音乐教育家爱弥儿·雅克·达尔克罗兹（Emile Jaques-Dalcroze）创立了20世纪最早的音乐教育体系。这个已有上百年历史的音乐教育体系对20世纪后相继出现、形成的各种音乐教育改革的思想、体系都具有深远影响。达尔克罗兹方法能让孩子们理解复杂的韵律，听到音乐时，孩子们会随着节奏起舞。通过视觉、听觉、感觉的调动，孩子们会随音乐而动，得到完整的音乐

体验，达尔克罗兹的教育原则也构成了柯达伊教学法和奥尔夫教学法的基础。

达尔克罗兹还强调即兴活动在创造性音乐教育活动中的重要性。即兴活动是即时作出音乐表现、音乐判断的创造性音乐行为。在即兴创作或表演中，表演者不仅需要具有一定的音乐表现力，还需要有丰富的想象力、灵敏的反应能力和流畅的音乐思维能力；要对同时出现的音高、节奏、音色、力度等问题给