

# 浅谈音乐节奏在快乐体操活动中的作用

◎蒋婉君

**摘要：**体操活动可以增加幼儿的运动量，而且通过体操还可以增强幼儿的身体素质，通过体操运动，还可以提高幼儿的心理、生理、脑力等方面的能力，对正处于发育阶段的幼儿起到重要作用。音乐是体操的灵魂，通过音乐的引导，可以让体操变得更加有节奏。

**关键词：**音乐节奏 快乐体操 作用

快乐体操是一种融入体操、音乐和舞蹈的运动，快乐体操不仅可以愉悦身心，而且还可以强身健体，提高身体素质。音乐体操非常注重节奏，通过将音乐进行融入，不仅减轻了体操的难度，而且通过音乐节奏还可以快速让幼儿掌握节奏和动作。为此，幼儿对于音乐体操的节奏和动作的领悟，再将音乐如何更好地融入，就成了教学的一个重要环节。

## 一、音乐节奏在快乐体操中的作用

音乐节奏是快乐体操的核心，体操体现了人的协调性，柔韧性，节奏感等方面的运动能力。节奏简单理解就是动作流畅，不拖泥带水，做出来的动作非常流畅有美感。因此，通过音乐节奏来配合体操节奏是一个非常不错的选择，它不仅可以让表演的人可以找到节奏，而且还会让观看者可以通过眼睛和耳朵同时欣赏到这优美流畅的画面。通过不同的音乐节奏和音调高低，可以配合出不同的体操动作及动作快慢。通过这样的配合，可以让幼儿跟体操产生共鸣，从而喜欢上体操，喜欢上音乐。轻盈的音乐可以配合舒缓的体操，优美的音乐非常具有感染力，这可以激发幼儿的斗志，让幼儿可以更轻松地学习和记忆体操动作，为此在音乐体操的学习中，音乐可以更好地辅助幼儿进行体操的学习和演练。

## 二、音乐节奏在快乐体操活动中的具体应用分析

(一)明确快乐体操活动的组成部分，提升幼儿的协调性

快乐体操活动中的训练内容有着很多，通过在课堂上，引导幼儿掌握相应的音乐节奏，才能锻炼幼儿掌握快乐体操的具体内容。首先，在快乐体操活动中，音

乐节奏是其中的重要元素。在课堂教学中，根据音乐节奏，幼儿可以对于自己的肢体动作进行调整，控制好体操动作的幅度和力度。通过引导幼儿利用音乐节奏的方式，充分理解相应的体操动作，利用音乐节奏指挥幼儿的体操动作，让幼儿根据动作节奏的幅度，进行自己呼吸的调整，保证幼儿的动作更具有协调性，让幼儿做好柔美的体操动作，降低幼儿进行训练时的压力。在课堂上，教师应重视为幼儿讲解动作节奏，让幼儿理解动作节奏的具体含义，感受其中传递的情感，为幼儿的快乐体操运动打好基础。通过这样的方式，让幼儿在课堂上，掌握具体的快乐体操动作，明确动作中所抒发的思想感情，为幼儿打造一个节奏和情感融合的快乐体操运动。

(二)强化幼儿乐理基础知识，提升幼儿的节奏感

在快乐体操活动中，节奏感是幼儿必须要掌握的内容之一。通过在课堂上为幼儿讲解基本的乐理基础知识，充分深化幼儿对于音乐旋律的认识，让幼儿掌握具体的节奏，增强幼儿对于体操运动的感知能力。在幼儿的快乐体操运动中，幼儿需要有良好的身体素养，才能完成相应的快乐体操活动。

例如，在快乐体操的教学中，教师可以为幼儿展示一些音乐，让幼儿观察音乐和体操动作之间的关系，让幼儿掌握相应的乐理知识。此外，在进行快乐体操活动时，教师可以进行教学分层，对一些比较简单容易掌握的音乐节奏，教师可以采取集体式的教学方法。对于一些比较复杂和困难的音乐节奏，教师可以开展小组式节奏训练，充分引导幼儿对于节奏有着更高的感知力。

(三)加入手势和击掌进行辅助，提升快乐体操运动的质量

快乐体操是一项实践性的教学运动，

在进行教学时，引导幼儿进行相应的实践操作才是重点。在课堂教学中，让幼儿多进行实践练习，充分强化幼儿的音乐节奏感。比如在课堂上，教师可以将理论教学和实践联系融合到一起，充分让幼儿分析音乐节奏的特征，让幼儿自己打节拍进行感受，充分引导幼儿进行相应的音乐练习，强化快乐体操运动的教学质量。利用快乐体操中进行音乐节奏训练的方法，让幼儿的节奏训练更具有美感，强化幼儿的音乐节奏感，为幼儿的快乐体操运动打下良好的基础。

## 三、结语

综上所述，音乐对快乐体操的节奏、动作、风格影响非常大，所以，将快乐体操的每个动作都与音乐的不同节奏相互融合就非常重要，通过与音乐的紧密融合，可以让体操更有生命力。教师在进行音乐和快乐体操的融合时，首先应当让幼儿掌握最基础的音频音调，然后让幼儿掌握正确的音乐节奏，学会踩点，这样才会让幼儿将音乐和体操完美地融入到一起，体现出了快乐体操的作用，让幼儿越来越喜欢快乐体操。

## 参考文献：

- [1] 姬志亮, 张璐. 浅谈音乐节奏在艺术体操教学中的作用 [J]. 四川体育科学, 2020, 39 (02): 91-93, 101.
- [2] 王晶. 体教专业体操专项幼儿学业成绩评价体系研究 [D]. 北京体育大学, 2019.

作者单位：常州市新北区西夏墅镇中心幼儿园