
乘着音乐的翅膀

——音乐鉴赏

【课程背景】

音乐在生活中有着很大的作用，就好像人们需要用语言来与人沟通一样。很难想像没有了音乐，世界不知会变成什么样子？音乐已经在人们的日常生活中占据了一定的位置，音乐可以调剂紧张、单调的生活，使人们的神经得到放松，有益于身体健康。音乐可以给人听觉以愉悦，净化人的灵魂，使人们的精神得到一种高度的享受。音乐还能帮你排除忧愁和悲伤，使你从痛苦中解脱。医学上还用音乐来辅助治病，能起到药物所起不到的效果。而欣赏音乐是需要有一定的音乐知识和鉴赏方法作为基础，才能够更好的挖掘音乐给人们带来的诸多益处。

【培训对象】

音乐爱好者

希望通过音乐欣赏提升审美能力的人群

希望通过音乐达到减压、治疗心理疾病的人群

希望辅导孩子学习音乐的家长

希望学习音乐鉴赏方法的职场人士、企业家

【课程设计】

本课程为三天（18小时）的课程。可根据需要定制某些章节。

运用如下培训方法进行呈现：

理论讲授：通过基础理论的学习为音乐欣赏打下坚实的基础。

音乐欣赏：通过音乐欣赏、冥想等方式，感受音乐表达的情感。

视频观赏：通过视频观摩内容的讨论，了解各类不同音乐形式的区别，提升音乐鉴赏能力。

音乐体验式游戏：通过自己的亲身体验、音乐游戏治疗等形式，更进一步了解音乐的各种功能。

【主训导师】

徐佳歆（简介略）

【课程大纲】

模块一：音乐的功能

一、 音乐的教育意义（0.5 小时）

1. 健全大脑

- (1) 学音乐可以获得一项生存技能
- (2) 学习音乐可以提高孩子的智力与想象力
- (3) 音乐可以提高理性思考能力，更好的控制自己的行为

1. 健康心理

(1) 净化心灵

(2) 提高审美能力和情趣；提高气质与生活品位

二、 音乐的社会及商业用途 (1.5 小时)

1. 音乐养生

(1) 工具包：音乐养生法

(4) 讨论：音乐能美容吗？

2. 音乐营销

案例：百事可乐利用音乐建立公众形象的启示

三、 音乐的治疗作用 (2 小时)

1. 音乐改善孩子封闭的性格陶冶性情

3. 音乐提升睡眠质量

工具包：睡前听的音乐

4. 音乐提高老年人的记忆力

案例：对患有老年痴呆的住院病人的音乐治疗

5. 音乐缓解压力，治疗抑郁症

(1) 案例：如何通过音乐欣赏治疗抑郁症

(5) **音乐活动**：如何通过音乐活动缓解工作压力

6. 音乐拯救生活

工具包：古典音乐妙方

模块二：音乐要素

一、 音乐的特质与构成 (3小时)

1. 音乐的特质

(6) 音乐是听觉艺术

(7) 音乐是非写实性艺术

(8) 音乐是情感的艺术

(9) 音乐是时间的艺术

(10) 音乐是二度创作艺术

7. 音的属性

(1) 音的高低

(11) 音的长短

(12) 音的强弱

(13) 音的音色

8. 音乐的构成

(1) 旋律

- i. 情绪高涨、积极向上的“上升式旋律”
- ii. 欢快、自由、轻松的“波浪式旋律”
- iii. 忧伤压抑、安详宁静的“下降式旋律”

(2) 音乐活动：节拍与节奏

- i. 二拍子
- iv. 三拍子
- v. 四拍子

(3) 和声

(14) 调式与调性

(15) 曲式

- i. 三段式
- vi. 回旋曲式
- vii. 变奏曲式
- viii. 奏鸣曲式

四、表演的媒介 (3 小时)

1. 交响乐队

(1) 交响乐队的历史沿革

(16) 交响乐队编制

i. 弦乐器组

ix. 木管乐器组

x. 铜管乐器组

xi. 打击乐器组

xii. **音乐欣赏**：一首乐曲教你认识交响乐队

9. 人声

模块三：如何欣赏音乐

- 一、 什么是标题音乐（10 分钟）
- 五、 乐曲有多少种（20 分钟）
- 六、 **案例实操**：如何利用好音乐会节目单（20 分钟）
- 七、 **视频欣赏讨论**：歌剧和音乐剧有何不同（1.5 小时）
- 八、 无音乐基础如何谈论古典音乐（0.25 小时）
- 九、 不可不知的音乐会的礼仪（0.25 小时）

模块四：西方音乐鉴赏（第三天、第四天）

- 一、 西方音乐时光轴（4 小时）
 - 1. 中世界时期：在神学的羽翼下
 - (1) 音乐正史：时代音乐特点
 - (17) 音乐课堂：典型乐器介绍
 - 10. 文艺复兴时期：人性的回归
 - (1) 音乐正史：时代音乐特点
 - (18) 音乐课堂：典型乐器介绍
 - 11. 巴洛克时期：理性于浮华

(1) 音乐正史：时代音乐特点

(19) 音乐趣闻：音乐家解读

音乐之父——巴赫

(20) 音乐课堂：视频欣赏代表作品鉴赏

12. 古典主义时期：朴素中见崇高

(1) 音乐正史：时代音乐特点

(21) 音乐趣闻：音乐家解读

音乐神童——莫扎特

乐圣——贝多芬

(22) 音乐课堂：音乐欣赏代表作品鉴赏

13. 浪漫主义时期：传奇与理想

(1) 音乐正史：时代音乐特点

(23) 音乐趣闻：音乐家解读

钢琴诗人——肖邦

(24) 音乐课堂：音乐欣赏代表作品鉴赏

14. 19世纪末 20世纪初：跨世纪的转折

(1) 音乐正史：时代音乐特点

(25) 音乐趣闻：音乐家解读

i. 印象派音乐创始人——德彪西

(26) 音乐课堂：音乐欣赏代表作品鉴赏

15. 20 世纪：走向多元化

音乐正史：时代音乐特点

i. 民族主义

xiii. 表现主义

xiv. 新古典主义

xv. 爵士乐

xvi. 音乐剧

模块五：民乐鉴赏（1小时）

一、 中国民族音乐发展

十、 **音乐欣赏**：古曲欣赏