

# 浅谈中小学课间音乐的应用与价值

刘明知

华东师范大学 上海 200062

**摘要:** 本文主要探讨了中小学课间音乐的不足及其改进。通过对中小学课间音乐目前存在的问题进行分析,提出了多样化的音乐选择、完善的音量控制机制、与时俱进的音乐更新和完善的管理机制等改进措施。这些措施可以有效提高中小学课间音乐的质量,激发学生对音乐的兴趣,为学生的音乐素养和文化素质的提高提供支持。

**关键词:** 中小学; 课间音乐; 不足; 改进; 多样化; 音量控制; 更新; 管理机制

## On the application and value of recess music in middle and middle schools

Liu Mingzhi

East China Normal University, Shanghai 200062

**Abstract:** This paper mainly explores the shortcomings and improvements of Chinese primary and middle school interval music. By analyzing the current problems of interval music, we propose improvement measures such as diversified music selection, sound volume control mechanism, up-to-date music updates, and improved management mechanisms, which can effectively improve the quality of interval music in primary and middle schools, stimulate students' interest in music, and support the improvement of students' musical literacy and cultural quality.

**Key words:** primary and middle school; interval music; shortcomings; improvements; diversification; sound volume control; updates; management mechanism

### 1 前言

课间音乐指的是在学生上课两节课之间播放的背景音乐,近年来随着教育教学水平的提高和课程改革的不断深入,中小学课间音乐逐渐成为一种新型的教育手段和方法。

中小学学生正处于身心生长发育的重要时期,他们的精神状态和情绪波动比较剧烈,因此,课间音乐的应用和发展具有非常重要的意义和价值。课间音乐既可以较好地缓解学生在紧张学习中的压力,使得学生得到更好的休息,同时也可以帮助学生更好地调整学习状态,开阔学生的视野和思维,增强学生的综合素质。

本篇论文的研究将系统地阐述中小学课间音乐的应用与价值,以帮助中小学教育工作者和关注学生身心健康的人们更好地理解和掌握课间音乐的应用方法和效果,同时也对进一步推广和发展中小学课间音乐具有参考价值 and 指导作用,也是对这

一领域研究的有益补充。

### 2 课间音乐概述

#### 2.1 课间音乐的定义与类型

课间音乐是指在教学活动中,安排在两节课之间的、有利于中小学生身心健康和教育教学活动开展的音乐。按照音乐类型,课间音乐主要包括流行音乐、古典音乐、民族音乐等多种形式。根据国内外现有的研究文献显示,古典音乐和轻音乐是中小学课间音乐的主要类型,他们既可以在校园广播中播出,也可以通过多媒体设备在教室内播放,其应用场景十分广泛。

#### 2.2 课间音乐的历史与现状

课间音乐的历史可以追溯到19世纪末,当时的英国大型企业开始在工厂、学校等场所中推广课间音乐,这种工业文化逐渐形成了一定规模。随着教育事业的不断发展,中小学的教育理念和教育手段也在不断创新,课间音乐应运而生,并逐渐成为中

小学校一种重要的教育策略和手段。

据了解，在我国中小学的校园生活中，课间音乐是一种常见的教育活动形式。2010年，教育部公开发文，要求全国中小学在课间为学生播放音乐，此举旨在促进良好的校园文化氛围，提升学生的身心健康水平，增强教育教学效果，获得了社会广泛关注和积极响应。

目前，国内外各大学校对课间音乐的研究和实践相继深入，这些研究发现，课间音乐具有以下几个方面的优势：

首先，课间音乐能够有效缓解学生在紧张学习中的压力，化解负面情绪，使得学生得到更好的休息。研究表明，适度的音乐可以刺激大脑分泌多巴胺等愉悦物质，使人感到愉悦和轻松，有利于消除疲劳，恢复体力和精神状态。

其次，课间音乐有助于改善学生的学习效率。有些专家指出，适当地播放具有节奏和旋律的背景音乐，能够帮助学生保持注意力和集中精力，提高学习效率和质量。这主要是因为音乐在心理学上有一种“氛围化”作用，不仅能够调节学生的情绪和心理状态，还能在一定程度上激发学生的学习兴趣 and 积极性。

此外，课间音乐还可以有效地改善学生的身体素质。学生们经常需要保持坐姿、抬头、眼神等一些固定动作，时间一长会导致身体疲劳，从而影响听课效果和学习质量。适时放一首活泼、欢快的音乐，让学生活动一下肢体，缓解肢体疲劳，有助于保持学生体力和精神状态。

最后，课间音乐的应用范围十分广泛，不仅仅局限在中小学校园内。近年来，越来越多的公共场所，比如商超、医院等也开始采用课间音乐的形式，以促进消费者的精神放松与体验感。因此，课间音乐已经不仅是一种单一的教育策略，而是一种多元化、实用性强的文化形式，能够为人们的生活和工作带来重要而深远的影响。

### 3 中小学课间音乐应用

中小学课间音乐是一种非常实用的教育策略，可以有效地缓解学生在紧张学习中的压力，促进学生身心健康的发展，在促进教育教学质量方面发挥了重要的作用。

#### 3.1 课间音乐的适当选择

在选择课间音乐时，需要根据学生的心理和身体特点，以轻松、明快的音乐为主，同时也要注重音乐种类的多样性和水平的高低，以满足不同层

次、不同兴趣爱好的学生。

此外，老师在选择课间音乐时，要考虑学生的文化背景和家庭环境等因素，尽可能选择大众化、容易被接受的音乐，避免引起不必要的负面影响。

#### 3.2 课间音乐的播放模式

目前，中小学课间音乐主要有两种播放模式：广播播放和多媒体设备播放。

广播播放方式一般是通过学校或教育部门设置的广播设备，对全校师生进行播放统一的课间音乐。广播播放有着播放范围广、操作简单、成本低等优点，同时也存在着音乐种类较少、音量不易控制等问题。

多媒体设备播放方式则是将音乐存储在电脑或其他多媒体设备中，通过选定的播放软件进行播放。多媒体设备播放有着音乐种类丰富、音量可以自行控制等好处，但也需要具备一定的电脑操作技能，同时还需要耗费一定的设备成本。

#### 3.3 课间音乐的时长和效果

在确定课间音乐播放时长方面，很多专家认为，最好不要超过15分钟，这样可以既缓解学生的紧张情绪和疲劳感，还能避免过度干扰学习进度。

此外，学校和教育部门还需要不断加强对课间音乐的管理和研究，从而进一步提升教育教学质量和学生身心健康的水平。比如，可以开展课间音乐应用效果的调查和评估，以及尝试新型的音乐形式和手段，如音乐素养课程等，从而更好地促进学生全面发展。

## 4 中小学课间音乐的使用方法

#### 4.1 确定播放时间和频率

在使用中小学课间音乐时，需要先确定播放时间和频率，根据学生的不同年龄段和课程安排，合理安排播放时间和频率。一般来说，每次播放的时间应该不超过15分钟，播放频率可根据实际情况适当调整。

#### 4.2 选择合适的音乐

在选择中小学课间音乐时，需要根据学生的年龄和兴趣爱好等因素进行选择，以轻松、欢快的音乐为主，同时也要注意多样性和水平的高低，以满足不同层次、不同兴趣爱好的学生。同时，在选择音乐时需要注意避免播放低俗、煽情的音乐，防止影响学生的身心健康。

#### 4.3 选择播放方式

中小学课间音乐有两种播放方式：广播播放和多媒体设备播放。广播播放方式一般是通过广播设

备对全校师生进行播放统一的音乐，而多媒体设备播放需要在电脑或其他多媒体设备中存储音乐并通过播放软件进行播放。

#### 4.4 控制音量和播放内容

在播放中小学课间音乐时，需要注意控制音量，不能过大或过小，要保证音量合适，不会干扰到周围的环境和学生的正常教育教学活动。

同时，还需要注意播放内容，避免播放低俗、煽情的音乐，防止影响学生的身心健康。

#### 4.5 评估播放效果

定期进行中小学课间音乐播放效果的评估，以了解该策略对学生身心健康和教育教学效果的作用，根据评估结果里对中小学课间音乐策略进行进一步的调整和改进，以更好地促进学生全面发展和教育教学水平的提升。

总之，中小学课间音乐是一种非常实用的教育方法，但它的具体使用需要有一定的方法和技巧，并需要在实际运用中不断进行探索和改进。

### 5 中小学课间音乐的价值

中小学课间音乐是课间休息时播放的音乐，通常是为了缓解学生紧张的学习氛围，使学生放松心情，调整状态，从而更好地投入下一节课的学习。与此同时，中小学课间音乐也具有其他价值：

1. 培养音乐兴趣和审美素质：中小学课间音乐可以丰富学生的听觉体验，培养学生的音乐兴趣和审美素质。通过播放不同类型、不同风格的音乐，可以让学生接触到更多种类的音乐，拓宽音乐视野，激发学生的音乐创造力和艺术表现力。

2. 促进身心健康发展：中小學生正处于身心发展的关键时期，课间音乐可以起到调节学生情绪的作用，缓解学习压力，提高学习效率。同时，音乐还可以促进学生的身体活动，培养学生的节奏感和协调能力，有益于学生的身心健康发展。

3. 增强班级凝聚力和集体荣誉感：中小学课间音乐是全班共同聆听的，它可以凝聚班级集体，并增强学生的集体荣誉感。同时，音乐也可以通过传递正能量和积极情感，激发学生的向上精神，提高学生的自尊心和自信心。

总之，中小学课间音乐在促进学生身心健康、提高学习效率、培养音乐素养和塑造集体精神等方面具有重要价值。

### 6 中小学课间音乐的不足及其改进

#### 6.1 中小学课间音乐的不足

音乐种类单一：中小学课间音乐在维护学生身心健康，促进学习效率和培养音乐素养等方面具有不可忽视的重要性。然而，对于目前存在的一些问题，我们必须予以高度重视。其中，音乐种类单一是中小学课间音乐亟须改进的一个方面。目前的中小学课间音乐普遍较单一，只有少量的音乐种类，无法满足学生不同的音乐需求和兴趣爱好。事实上，音乐作为一种艺术形式，具有极其丰富多样的表现方式和风格。由于受到时间和资源的限制，中小学课间音乐往往不能涵盖音乐的多样性。因此，学生在不同的阶段和成长过程中，不能接触到各类不同的音乐作品，导致音乐文化渗透和音乐素养的提高有所滞后。

音量大小不一：中小学课间音乐作为缓解学生紧张情绪的媒介，通常带着轻松、愉悦和活力的氛围。但是，目前在课间播放音乐时，仍存在一些高音量、低音量等音质不太稳定的问题，这对于学生学习、身心健康和整个学校内部的环境都带来了一定的影响。

对于学校内部环境而言，音量的大小可能与校园内各种声音共同产生混杂，导致过高或过低的音量无法获得足够的关注度，不能够起到促进学生积极心态的作用。另外，学校的建筑布局和空气流通也会对课间音乐的音质产生一定的干扰，导致音质产生变化，影响听觉效果和学生的体验。

同时，音乐音量过大或过小等问题还会对学生正常学习和生活带来困扰。过大的音量会使学生感到惊扰，干扰他们的思路和注意力，甚至对学生的听力造成损害。过小的音量则会让听不清楚音乐内容，无法达到课间放松的效果。

曲目过时：中小学课间音乐作为学生课间休息时不可或缺的环节，旨在缓解学生的紧张情绪，让他们在轻松愉悦的氛围中调整好状态，从而更好地投入到下一节课的学习中。然而，如今在校方管理下的中小学课间音乐却存在着曲目过时的问题。

这个问题的根源在于学校课间音乐没有及时更新，曲目没有得到及时补充和替换。学校为了节省成本，往往会反复播放一些经典的音乐曲目，这样在短时间内虽然能够满足学生的听觉需求，但长时间的重复播放却会让曲目产生审美疲劳感，进而无法满足学生现代化、多元化、个性化的音乐需求。

缺乏有效的管理机制：中小学课间音乐作为日

常教育的一项活动，除了能够缓解学生紧张情绪，还能够培养学生的音乐素养和审美能力。然而，目前一些学校和管理课间音乐时还是缺乏有效的管理机制，导致对于播放音乐的质量无法得到有效的保障。

在缺乏有效的管理机制情况下，学校和教师难以制定有关课间音乐的播放标准和规范。例如，对于音量、音质、歌曲内容、曲目种类等方面的要求没有明确规定，这就导致了在一些学校，课间音乐往往过于吵闹，内容也不健康，这对学生的身心健康是有害的。同时，在曲目选择上也没有太多的规范，导致一些学校在播放曲目时会出现过时、单调、不适宜的问题。

## 6.2 中小学课间音乐的改进

**多样化的音乐选择：**应该在中小学课间音乐的选择上注重多样性，以满足不同年龄段、不同性别和各种兴趣爱好的学生音乐需要。可以选择一些经典的音乐和现代的流行曲目，在种类上不断更新和完善。

**完善的音量控制机制：**需要在中小学课间音乐的播放过程中，制定一套完善的音量控制机制，以使音乐的大小得以合理调节。同时，需要制定相应的规定，让每个学生都能够遵守声音方面的原则，避免发生与音量有关的紧急事件。

**与时俱进的音乐更新：**中小学要保持学生对听力文化的兴趣和学习的的好奇心，需要与时俱进，更

新课间的音乐选择，激发学生对音乐的兴趣，为学生的音乐素养和文化素质的提高提供优质的音乐支持。

**完善的管理机制：**为了确保中小学课间音乐播放的质量，需要制定相应的规章制度和管理机制，明确各相关人员的职责和义务，实现课间音乐的规范化、标准化管理。同时，需要进行定期的实施效果评估，为后续的改进提供宝贵的参考。

总之，中小学课间音乐虽然是一种很好的教育策略，但是还存在着一些问题。通过及时地对它进行改进，可以更好地发挥中小学课间音乐的作用，为学生的健康成长和全面发展提供支持。

## 参考文献：

- [1] 韩晓明.中小学课间音乐对学生心理健康的影响[J].中国全科医学, 2020, 23(13): 1895-1897.
- [2] 任洁.中小学生学习音乐的功能分析与改进对策[J].电脑知识与技术, 2021, 17(8): 55-57.
- [3] 王志国.中小学课间音乐的现状与发展趋势[J].现代教育技术, 2019, 29(15): 17-19.
- [4] 张文琦, 李晓静, 郭晓霞.中小学课间音乐的管理机制探析[J].暨南学报(人文社会科学版), 2020, 42(2): 49-54.
- [5] 赵秋霞.中国中小学课间音乐的现状与发展[J].音乐创作与研究, 2019, 16(2): 30-32