

● 王 杨

# 中华优秀传统文化下青少年经典诵读能力培养

DOI:10.15997/j.cnki.qnjz.2020.23.059

2017年,中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》,提出了实施中华优秀传统文化传承发展工程的必要性,特别提出要“推进各级各类学校开展中华经典诵读行动,组织举办经典诵读宣传、展示和赛事活动”。青少年承担着传播传统文化的重任,近年来,在青少年中开展传统文化教育的呼声越来越高。融入中华优秀传统文化的培养内容,将成为素质教育新的突破口。特别是作为传承传统文化有效途径之一的经典诵读越来越被重视,对提高青少年的人文素养、道德修养、艺术气质具有重要的意义。

青少年经典诵读能力来源于青少年本体的自我体验与技巧提升,是青少年对传统文化、道德认知以及有声语言再创作的一种综合感知和融会贯通。应加强对青少年经典诵读能力培养策略的研究,使青少年成为中华优秀传统文化的自觉传播者和继承者。

## 专业基础培养

以齐声多诵的方式进行经典诵读,只要和上节奏、字音响亮即可。如今,经典诵读已成为全民热爱的一种艺术形式,但不能仅满足于“见字出声”的机械式诵读,更多地需要诵读者运用诵读技巧,将一度创作中体现优秀传统文化的文本内容进行艺术化的加工和创造,在二度创作中最大幅度地还原文本的精神内涵和价值追求。因此,应首先培养青少年掌握基础的专业诵读技巧,具备扎实的专业基本功。

### 1. 语音能力培养

语音能力培养,主要指对青少年进行普通话语音标准、语音规范能力的培养与训练,包括声韵调、语流音变等语音基本技能。在这里,不展开赘述详细的要领,只简单地点指几个主要的规范方法。

(1) 声母:声母部分的发音要清晰规范、部位要成阻准确,应注意这样几个易出现的问题:j-q-x 舌位偏前问题,平翘混淆问题,n-r-l 混淆问题,小舌音问题等。

(2) 韵母:经典诵读需要响亮、圆润的声音,一部分原因得益于韵母中主要元音音素的发音效果,特别是元音“a”的发音训练要讲究明亮稳实、开口度大;此外,韵母的发音动程要明显。应注意这样几个易出现的问题:前鼻韵母中主要元音的立起幅度不够的问题以及归音不到位问题,前后鼻音混淆问题。

(3) 声调:经典诵读讲究抑扬顿挫,一部分原因得益于四个声调调类的阴阳上去、起伏变化。要按照五度标记法,体会声调的准确、完满。应注意这样几个易出现的问题:阴平尾部下降、阳平前端转弯、上声调值不够、去声降到底。

### 2. 发声能力培养

发声能力培养,主要指对青少年进行普通话发声标准、发声规范能力的培养与训练,包括各种发声方式和控制方法技能。要求圆润、饱满、富有美感。

(1) 呼吸控制和口腔控制:两者是发声能力培养的关键。“气动则声发”,青少年要掌握呼吸控制要领,在诵读时运用胸腹式联合呼吸法:吸气时,口鼻同时进气,两肋打开、腰部撑开、小腹鼓起、气沉丹田;呼气时,小腹推进、丹田牵制、后腰支撑、腹壁站定。根据不同的诵读文本内容,结合不同的语境和情感,需要运用不同的呼吸控制要领。体现为气息强弱、气息深浅和送气量多少的不同等。呼出的气流经过口腔内各个咬字器官的不同调制和处理形成不同的字音,发出不同的声音形式和声音色彩。

诵读国学经典文章时,主要采用朗诵式、宣读式两种语言样式,呼吸控制和口腔控制的控制力要求都比较强。比如朗诵《大学》开头部分:“大学之道,在明明德,在亲民,在止于至善。知止而后有定,定而后能静,静而后能安,安而后能虑,虑而后能得。……”这一段阐明了大学的宗旨,论点明确、论述缜密,因此呼吸控制和口腔控制要较强,体现为气息较下沉、送气量较多、吸气量较深;口腔咬字偏紧、偏后,字音的雕琢感强,字音饱满有力,调制出沉稳、宽厚的声音音色。

(2) 共鸣控制:指学会运用头腔共鸣、鼻腔共鸣、胸腔共鸣、口腔共鸣等共鸣方法控制美化声音,提高声音的表现力和感染力,表现经典诵读的抑扬顿挫之美。

(3) 喉部控制:经典诵读追求声音的高亢、明亮,对于初学的青少年诵读者来说,很容易造成声音高喊、喉头紧张的情况。好的喉部控制可以有效地根治这一现象,要求青少年诵读者保持喉头相对稳定和放松,增强情感共鸣,将诵读从单纯的“挤声”中解放出来,释放喉部负担。

### 3. 诵读能力培养

诵读能力,主要指对青少年朗诵、诵读、咏诵能力的培养与训练。经典诵读的很多文章是用文言写成的,造句生僻难懂,难于理解。而且有些文章文无定势、长短不一,加大了诵读的难度。许多青少年诵读者认为这些文章缺少朗诵价值。其实,经典诵读字字精炼,如果会运用相关诵读技巧悟其意,定能传递出韵味与美感。

(1) 疏通句法结构:首先要梳理清楚字音、结构问题,这是准确清晰的前提保证。比如了解同音字、多音字、通假字、多义字、生僻字等;比如弄清字音的特定读音;再比如语句如

何抱团、分层，这都取决于结构的清晰。

(2) 理解文意情感：应增加从文言文过渡到白话文的理解过程。这个过程应当结合文意进行想象、联想、感受、情感的内在转换，有感而发、情动声发，引起情感共鸣。

(3) 讲究抑扬顿挫：经典诵读讲究声音的音韵美，追求节奏的起伏变化，要求青少年学会运用内、外部表达技巧，从停连、重音、语气、节奏的外化角度增强抑扬顿挫之美。停连要表情达意，重音要明确突出，语调要抑扬分明，节奏要有轻重缓急。

(4) 善于夸张表现：很多人认为经典诵读的很多文章字面感太强，枯燥无趣，朗诵便变成了读书、念书、背书。可以借鉴“吟诵”的方法，做到：一会运用夸张的语调变化；二会增强节奏的缓急变化；三会增大感情的起伏变化。

## 思想道德培养

中华优秀传统文化最深层的精神追求不能仅满足于技术层面的“出声”，更要根植于对青少年品德方面的内化。

### 1. 加强诵读的德育引领

中国的国学文化具有很大的影响力，国学经典题材丰富、包罗万象，蕴含着丰富的人生哲理和精神追求。这些书籍可以引导青少年感悟不同的道德引领，在经典诵读实践中加强道德认知。以下将结合传统的四部分类来谈。

(1) 经：指古人认为的真理。比如刘勰的《文心雕龙》、先秦“六经”、宋明“十三经”等。这一部分的诵读应培养青少年的民族认同、道德观点、道德认知。

(2) 史：指各朝代的历史，比如《二十四史》。这一部分的诵读应培养青少年的历史认知、人文底蕴、文化内涵。

(3) 子：指收录的诸子百家著作和学说，比如儒家类、兵家类、道家类等学说。这一部分的诵读应培养青少年的文化底蕴和思想内涵。

(4) 集：指集部收录诗文词总集和专集等，比如楚辞、别集、总集、词选、南北曲等。这一部分的诵读应培养青少年的道德体验、观念体验。<sup>①</sup>

### 2. 加大诵读的过程融合

过程融合，是指在经典诵读的各个环节都要贯穿德育引领，加大融合力度。

(1) 备稿阶段：在经典诵读之前的广义备稿中，加大对国学经典的阅读与认识。通过阅读国学经典，能够积极地认识、感悟人生，体悟一定的道德观念，树立正确的人生观、世界观、价值观；在经典诵读之前的狭义备稿中，能够针对某一篇国学经典文章展开思考，将传统文化内涵渗透于思想中、内心中。

(2) 诵读阶段：将感悟融入诵读中。将备稿阶段积蓄的品德观念、道德意识内化为情感、感受，以情带声、以情感人、声随情动、气随情走。

(3) 总结阶段：指诵读之后的总结、加深与突破，通过诵

读加深认知与体验，达到余音绕梁的效果。

## 文化素质培养

加强中华优秀传统文化教育，可以开拓青少年的文化视野。尤其是经典诵读可以在潜移默化中提升青少年的文化素质，帮助青少年增加文化认同感，提升文化自觉性，还能激发青少年学习文化的内驱力。文化素质的培养不是一朝一夕，一部分依赖于学生自身的积淀与养成，另一部分来源于教学中的督促与引导。总之，围绕经典诵读，以学校教学为主展开丰富多样的文化提升培养策略。

### 1. 课下

首先，根据经典诵读内容，引导学生阅读各种类型的经典文章，通过举办“读书交流会”使学生养成良好的阅读习惯；其次，根据经典诵读内容布置不同的写作练习，比如文章后感、分析笔记、专业感悟等；最后，打造“接地气”的经典诵读文化活动，使青少年在各类实践中接受传统文化的熏陶。

### 2. 课上

构建以中华文化经典为核心的传统文化课程，首先，将经典诵读纳入课程教育，教师对诵读内容、诵读方式、诵读技巧等进行指导，可以有效提升诵读兴趣和诵读水平；其次，把《语文》课设定为强化课程，加大传统文化以及经典诵读的渗入比例；再次，以《道德与法制》等思修类课程为主干课程，探讨通过经典诵读、主题演讲等寓教于乐的方式，实现德育的融会贯通；最后，在其他课程中加大“课程思政”的比例，适时结合诵读等艺术形式，把传统文化发扬光大。

总之，对青少年经典诵读能力的培养是事关经典诵读传承的关键。这种诵读能力的培养是提升青少年专业的诵读技能、高尚的道德情操和良好的文化素质的有效手段，是一种综合能力的培养与提升，希望社会更加重视对青少年诵读能力的培养，在青少年中营造出良好的诵读文化氛围，生动地再现经典文化、传承传统精神。

【本文为山东省高等学校人文社科计划项目“传承中华优秀传统文化背景下的青少年经典诵读路径研究”（编号：J17RA188）阶段性成果】

### 注释：

①《国学典籍为何分为经史子集？》，百度，<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1613226927138313008&wfr=spider&for=pc>，2018年10月2日

### 参考文献：

①王宝权：《中华优秀传统文化教育实施路径探索》[J]，《中国校外教育》，2018年5月下

②王华：《中华优秀传统文化经典诵读及育人功能之研究》[J]，《学周刊》，2018年第11期

③刘爱香 高荣 韩永胜 周玮：《诵读经典与中职艺术学生德育教育的整合》[J]，《教育现代化》，2018年第39期

（作者单位：山东青年政治学院文化传播学院）