



中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

声乐

(群众文化艺术专业)

主 编 陶黎明



高等教育出版社
Higher Education Press

中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

声 乐

(群众文化艺术专业)

主 编 陶黎明
责任主审 王安国
审 稿 王安国 蔡 梦

高等教育出版社

内容简介

本书是中等职业学校群众文化艺术专业国家规划教材,是依据教育部 2001 年颁布的“中等职业学校群众文化艺术专业课程设置”及“声乐教学基本要求”编写的。

本书分上、下两篇。上篇是理论常识部分,对歌唱的生理结构、歌唱与呼吸、歌唱与语言、音韵与收声、发声与共鸣、歌曲的艺术处理等声乐艺术基本常识做了细致的讲述,还有针对性地讲述了歌喉卫生和嗓音保护等;下篇是谱例部分,谱例选编的作品比较宽泛,有美声、民族、流行三种风格的声乐作品近百首,并根据作品的时代、音域、技巧的难易程度做了顺序编排,既着眼于学生的声乐基础,又兼顾了学生的兴趣爱好。

本书也适用于中等专业学校艺术表演专业学生使用,对于广大业余爱好者也是一本具有指导作用的自学教材。

图书在版编目(CIP)数据

声乐/陶黎明主编. —北京:高等教育出版社,
2004.8

群众文化艺术专业

ISBN 7-04-015192-8

I. 声... II. 陶... III. 声乐艺术—专业学校—教材 IV.J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 052411 号

策划编辑 王雨平 责任编辑 王雨平 封面设计 王凌波 责任绘图 朱 静
版式设计 王 莹 责任校对 朱惠芳 责任印制 杨 明

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-64054588
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-82028899		http://www.hep.com.cn

经 销 新华书店北京发行所
印 刷 北京未来科学技术研究所
有限责任公司印刷厂

开 本	787×1092	1/16	版 次	2004 年 8 月第 1 版
印 张	23		印 次	2004 年 8 月第 1 次印刷
字 数	560 000		定 价	27.90 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

中等职业教育国家规划教材出版说明

为了贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》精神，落实《面向 21 世纪教育振兴行动计划》中提出的职业教育课程改革和教材建设规划，根据教育部关于《中等职业教育国家规划教材申报、立项及管理意见》（教职成〔2001〕1 号）的精神，我们组织力量对实现中等职业教育培养目标和保证基本教学规格起保障作用的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和 80 个重点建设专业主干课程的教材进行了规划和编写，从 2001 年秋季开学起，国家规划教材将陆续提供给各类中等职业学校选用。

国家规划教材是根据教育部最新颁布的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和 80 个重点建设专业主干课程的教学大纲（课程教学基本要求）编写，并经全国中等职业教育教材审定委员会审定。新教材全面贯彻素质教育思想，从社会发展对高素质劳动者和中初级专门人才需要的实际出发，注重对学生的创新精神和实践能力的培养。新教材在理论体系、组织结构和阐述方法等方面均作了一些新的尝试。新教材实行一纲多本，努力为教材选用提供比较和选择，满足不同学制、不同专业和不同办学条件的教学需要。

希望各地、各部门积极推广和选用国家规划教材，并在使用过程中，注意总结经验，及时提出修改意见和建议，使之不断完善和提高。

教育部职业教育与成人教育司

2001 年 10 月

前言

2001年教育部组织成立了全国中等职业教育艺术行业指导委员会，把群众文化艺术专业作为中等职业学校重点建设专业之一，并颁布了“中等职业学校群众文化艺术专业教学指导方案”。《声乐》是群众文化艺术专业主干专业课程，本教材旨在丰富初级专门人才的声乐基础理论知识和提高他们的专业技能，同时也为他们今后的工作、深造打下较坚实的基础。教材内容浅显易懂，语言平实，讲解明确（使教师与学生通过实践能切身感受到声乐的乐趣，使人感受到声乐这门艺术既博大精深，又伸手可及）。只要具备一定的嗓音条件，健全的头脑，健康的体魄，一定的音乐文化基础，有恒心、有毅力并细心琢磨，是可以逐步掌握的。

本书分文字与曲谱两部分。文字部分在理论上谈了歌唱的基本要求，演唱方法及风格特点，歌唱的生理结构，歌唱的呼吸，歌唱与语言，音韵与收声，发声与共鸣，发声练习，歌曲的艺术处理，钢琴伴奏的重要性，歌喉卫生及中专年龄段14~18岁学生在学习声乐中的嗓音保护。

曲谱部分除简短的发声技巧练习外，附有意大利练声曲《孔空》8条。就初学声乐者而言的练习，它旋律优美、抒情流畅、可做元音转换练习。能增加学习者的兴趣，同时它也是由短小的发声练习向声乐作品衔接过渡的媒介。

在曲谱中编者依照声乐学习规律，把握循序渐进的原则，按照作品的时代、音域、技巧的难易程度选编，既着眼于学生的声乐基础，又兼顾其兴趣爱好、年龄特征。选编了美声风格的作品（其中外国作品10首，中国艺术歌曲15首），民族风格的作品（男声18首，女声20首），流行歌曲作品（14首）。其中前两类作品有必唱曲目（加▲号的作品）和浏览作品。之所以编选曲目宽泛些，是为教师查找资料方便。在这些作品中，中国声乐作品是大量的，目的在于弘扬我们民族的音乐文化，使学生热爱我们的民族音乐。

本《教材》的编写，得到了中国民族声乐学会会长，声乐教育家、中国音乐学院教授王秉锐，首都师范大学音乐学院教授、博士导师、音乐理论家王安国，首都师范大学音乐学院蔡梦博士，中国音乐学院附中副校长郭萌黎、高等教育出版社中等职业教育分社副社长禹天安、高级策划王雨平的热情支持和切实的帮助，特此一并致以深深的谢意。

由于编写者水平有限，编写中难免有疏漏和不当之处，敬请广大教师及使用者批评指正。希望本教材能为青年学生学习声乐提供有益的帮助。

陶黎明

2003年10月

目 录

上篇 理论常识

第一章 歌唱的姿势	(3)	第八章 歌唱与发声练习	(35)
第二章 演唱方法及风格介绍	(5)	一、发声练习的目的	(35)
一、美声演唱风格 (Bel Canto)	(5)	二、发声练习中母音的运用	(35)
二、民族声乐演唱风格	(6)	三、练声曲及教学要求	(37)
三、流行歌曲演唱特点与风格	(7)	第九章 歌曲处理和艺术表现	(52)
第三章 歌唱的生理	(9)	一、熟悉作品	(52)
一、呼吸器官	(9)	二、旋律的特征	(52)
二、发声器官	(11)	三、重视节奏关系	(53)
三、共鸣器官	(12)	四、分析歌曲调式、调性、曲式结构	(53)
四、咬字器官	(13)	五、歌曲的高潮	(54)
第四章 歌唱的呼吸	(15)	六、歌曲的时代特征	(54)
一、如何吸气	(15)	七、充分运用行腔技巧	(54)
二、如何呼气	(16)	八、掌握歌唱真谛	(55)
三、呼吸训练	(17)	第十章 钢琴伴奏的重要性	(56)
第五章 歌唱与语言	(18)	第十一章 歌喉卫生	(59)
一、母音和子音的作用	(19)	一、睡眠与歌唱	(59)
二、声母和韵母	(19)	二、合理安排时间	(59)
三、如何咬字、怎样吐字	(23)	三、适度运动	(60)
第六章 音韵与收声	(25)	四、卫生与歌唱	(60)
一、十三辙	(25)	五、注意说话的方法	(60)
二、字的声调	(28)	六、避免受凉	(61)
第七章 发声与共鸣	(30)	七、感冒不宜歌唱	(61)
一、发声	(30)	八、情绪与歌唱	(61)
二、共鸣	(31)	九、控制饮食	(61)
三、声域的区别	(33)	十、变声期嗓音保护	(62)

下篇 谱 例

一、《孔空练声曲》(节选)	(67)	教我如何不想他▲	(89)
二、演唱作品	(87)	渔光曲▲	(94)
(一) 美声部分	(87)	嘉陵江上	(98)
1. 中国作品	(87)	黄水谣▲	(101)
花非花▲	(87)	红梅赞▲	(105)
问▲	(88)	大森林的早晨	(108)

黑龙江岸边洁白的玫瑰花·····	(112)	那就是我·····	(225)
大江东去▲·····	(116)	2. 女声·····	(230)
黄河梦·····	(120)	沂蒙山小调▲·····	(230)
永恒的爱恋▲·····	(123)	绣红旗·····	(232)
我和我的祖国▲·····	(126)	映山红▲·····	(234)
我像雪花天上来·····	(129)	弥渡山歌·····	(236)
太阳的儿子·····	(132)	梅花引·····	(239)
2. 外国作品·····	(136)	天边有颗闪亮的星▲·····	(242)
摇篮曲▲·····	(136)	赶圩归来啊哩哩▲·····	(245)
野玫瑰·····	(139)	流过身边的小溪▲·····	(250)
草原上的家园·····	(143)	心上人像达玛花·····	(254)
沉睡的美人▲·····	(145)	美丽的草原我的家·····	(257)
我亲爱的▲·····	(148)	塔里木·····	(261)
啊! 我的太阳▲·····	(151)	九里里山圪塔十里里沟▲·····	(265)
西班牙女郎▲·····	(155)	赶牲灵▲·····	(269)
夏季里·····	(160)	五哥放羊·····	(271)
你们可知道▲·····	(164)	我爱你, 塞北的雪▲·····	(279)
哈巴涅拉舞曲·····	(170)	桃花红杏花白▲·····	(283)
(二) 民族声乐部分·····	(177)	又唱“浏阳河”·····	(289)
1. 男声·····	(177)	荷花梦▲·····	(292)
在那遥远的地方▲·····	(177)	故乡雨·····	(294)
二月里来▲·····	(178)	蓝花花·····	(299)
清明·····	(180)	(三) 流行歌曲部分·····	(306)
春晓·····	(182)	东方之珠·····	(306)
月之故乡▲·····	(185)	小城故事·····	(310)
阿拉木汗·····	(188)	大约在冬季·····	(313)
草原上升起不落的太阳·····	(190)	橄榄树·····	(316)
槐花几时开▲·····	(192)	夕阳红·····	(320)
伊犁河的月夜·····	(194)	小草·····	(324)
一个美丽的传说·····	(196)	渴望·····	(326)
三峡情▲·····	(199)	少年壮志不言愁·····	(330)
草原之夜·····	(203)	心中的太阳·····	(333)
牧歌▲·····	(207)	弯弯的月亮·····	(341)
想亲娘·····	(209)	阿里山的姑娘·····	(344)
乡音、乡情▲·····	(214)	一支难忘的歌·····	(350)
再见了, 大别山·····	(217)	同一首歌·····	(354)
乌苏里船歌·····	(220)	让世界充满爱·····	(357)
本书选编参阅的书目·····	(360)		

上 篇

理 论 常 识

1

第一章 歌唱的姿势

歌唱是一门表演艺术，不同的舞台形象产生不同的艺术效果。有舞台经验的歌者，从登台到演唱完毕，歌唱和形体从始至终给人以美的感受。对初学声乐的学生强调歌唱的姿势，不只是为了形体美，更重要的是为了达到使声音美的目的。

站姿注意的要点是：双脚分开、左脚略前于右脚，两脚跟约保持5厘米的距离。这样站即美观挺拔，又利于用气。注意不要将双脚尖并拢保持“立正”站姿，那样身体容易僵硬也站不稳。不要双脚尖对齐分开站，使身体的重心前后缺乏稳定感，视觉上身高也显得低，影响美观不利于用气。

臀部微微翘起，腰部随之自然收缩，腰椎要挺起，上身直立并略向前平移，使身体的重心落在双脚掌上，气息才能通顺。

歌唱时要寻找自下而上的耸立感并始终保持稳定，由脚至腰构成身体的“支架”，要使之支撑住上身肢体，利于气息的畅通。

两肩勿耸起，大臂不要夹住，要放松使肩平展，同时带动后背、胸部、上身肢体一起放松。可用畅快地叹气方式达到放松的目的。松后的双臂犹如丝线吊在肩上，轻松自如，做任何手势肩部都不必用力。若使后背放松可尝试寻找一种下坠感。背部放松可促使胸部放松，使人有一种宽阔感，真正是“胸怀坦荡”。若单纯注意放松胸部，容易有压迫感，歌唱时气息会产生堵塞。

肩、臂、背及胸部完全放松后，会感到全身的重量向下移，通过双腿直达脚掌，身体仿佛被稳稳地“钉”在地面上。这时腰椎会感到很大压力，小腹也会产生收缩的力量，这种“支架”的感觉与自下而上的耸立感结合在一起这两股力量汇合在腰椎及其两侧，使全身既挺拔又放松，既稳定又灵活。

值得注意的是，腰椎以下是身体的主要支撑部位，当上身完全放松后，整个力量向下坠时，它所承受的压力很大。此时“支架”不要松软，要用力挺住。但也不要过分强调这股支撑的力量。应在放松的基础上自然受力，挺住即可。换言之，这些部位只要骨架子支住放松的肌肉，气息就会顺畅，若施以多余的力量，肌肉就会缩紧，气息就会堵塞。

肩放松时，脖子也会随之放松。但不可以软、歪，应直立，才能保证喉部放松。若将喉部放松，可做轻轻呵气练习以达到目的。歌唱时喉头既不能上顶也不要下拉，倘若如此喉咙会产生不适之感难以歌唱。上顶喉头气憋胸紧、声音尖利，下拉喉头使气流受阻，胸部紧张，声音沉闷，音色变暗变空。

从下巴到胸部要有舒展开的感觉，气息才能通畅，声音才能圆润集中。

头部要摆正。应该做到不低、不仰、不偏，歌唱的头部动作不能大更不能多，否则会牵动喉部使其紧张，使声音控制无法灵活自如。

嘴要适度张开，开得过小会使声音闷在喉咙里放不出来，过大又会使声音散、音色不美。比较适中的是嘴张开后以齿间能放进叠于一起的两根手指为限。张嘴时要以上腭为主向上松开，下巴不要有意向下拉，努力体会跟着上腭向上悬的感觉。运用此法能使口腔、面部真正放松，所发出的声音集中圆润，使头腔共鸣的获得变为可能。

双唇若能舒展、自然，喉头也会随之放松。反之喉头会僵住。身体任何部位的过分紧张都会破坏歌唱的整体平衡。吐字的双唇（尤其是上唇）动作要尽量小而少，做到轻松伶俐，整体共鸣才不致被破坏，字会清晰，气息也会顺畅。

舌根放松了，舌尖才会灵活。舌面平展了，不缩不翘，才宜于歌唱。若想体会舌根放松的感觉，可将舌头轻轻地、稍快地前伸若干下。初学声乐者歌唱时各部器官很难调控。常不自觉地翘舌歌唱误以为这样音质才美，却不知在声音中夹带的是更多的喉音。由于分辨不清而产生的错觉，影响语言的清晰、气息的通畅。

鼻翼在歌唱时要有膨胀感，颧骨部位要有上抬感，呈兴奋微笑状，这样既富有感染力又容易获得面罩共鸣。

耳朵在张嘴时犹如从耳根张起，（即刚刚想打哈欠的感觉），会感到耳朵随之张开。此时发声会感到声音犹如从耳朵送出一股宽松，富有立体感，头腔共鸣好。

眼睛是心灵之窗，歌唱时（包括平日练习）要明亮有神、目力集中，充满感情，似能说话。要根据歌曲的意境，作品内容的需要来表达感情，或柔情含笑，或忧伤深沉，或局促徘徊，或远眺向往，把内心的感情和语言都通过目光传送给观众，引起观众内心的共鸣。

学生如能领会并努力做到以上的要求，对歌唱状态的调整会有很大裨益。领会准确时，人会很兴奋，似有腾飞感，浑身充满气息。采用以上姿势和方法歌唱有三点好处：①声音松而有力度，表现幅度大。②声音明亮、宽厚、丰满。③共鸣较充分。

歌唱的神态与歌唱的姿态是统一而不可分的。没有相应的神态，姿态便是外在的、僵死的；离开姿态神态则无从表达。形神兼备才能更好地歌唱，望学习者能全面领会本课的学习内容。

2

第二章 演唱方法及风格介绍

就我国目前声乐状况来看大体可分为“美声、民族、流行”三种演唱风格。各有侧重的演唱风格，它因共鸣的调节、发声的技术、语言的特征、音乐的风格、审美情趣的不同而加以区分。从另一层意义上讲，不同的民族，不同的生活习俗，所处地理环境的差异形成了各国、各民族独有的演唱风格。如印度、埃及、俄罗斯、南美，都各有其风格。即便是在中国，也由于疆域辽阔形成了地域风格很浓的民歌以及颇具特色的地方剧种和说唱音乐。这些音乐都是土生土长的。演唱风格的涵义也很深广。

► 一、美声演唱风格 (Bel Canto)

Bel Canto 是意大利语。它的涵义远不止是美的声音。它是文艺复兴时期人文主义思想的产物，它不单一指歌唱技巧、歌唱风格，它体现了人们的美学观念和艺术理想。它是随着意大利歌剧的出现不断完善、日趋成熟的。

美声演唱风格开始流行于欧洲。流传至哪，便与那里的音乐、语言相融合。在几百年的历史中，不断演化改进形成了不同特色的除意大利美声学派外的法国、德国、俄罗斯的美声学派。

早期的意大利声乐作品音域不宽。演唱风格柔和、典雅、甜美。是一些御用音乐家、宫廷乐师为宫廷而创作的。他们多才多艺，既是歌唱家又会作词、谱曲，对声乐的发展起到了很大的作用。

到了18世纪，阉人歌手（即男唱女声）出现了，使歌唱技巧发展到了惊人的程度。由于当时不允许女子登台扮演角色，不允许男女同台表演。因此采用了不人道的做法，即将男幼童阉割。这些人成年后，既有柔美的女声音质又有男人的体魄和呼吸量。经过长期的训练他们有自如的歌唱技巧、宽广的音域。能掌握高音、装饰音、快速走句、花腔等高难度技巧。不足的是他们的演唱常常是为了炫耀个人高超的技巧，而忽略剧情内容的需要，单纯为取悦王公贵族，以保住自己被恩宠的地位及声誉。到了格鲁克时代（1714—1787），歌剧进行了改革，从内容到形式以及演唱方法，一改过去浮华的作风及演唱风格，追求戏剧感人的力量、人物质朴的情感表达、语言和音乐的完美结合、音乐及唱词服从于剧情的需要。以此展示歌剧的魅力、歌者的才能。莫扎特——古典主义歌剧的另一位重要代表写了许多至今久演不衰的经典之作。在这个时期终于男唱男声，女演女角了。阉人歌手由此逐渐淡出舞台。莫扎特及许多作曲家使歌剧演唱艺术逐步完善、成熟。在大力发展歌剧的同时，音乐家们也写了大

量的艺术歌曲、用德文 (Liede) 表示的室内乐, 作品产生后出现了许多以音乐会演唱为生的歌唱家, 形成了与歌剧演唱风格平分秋色的声乐体裁和演唱形式。

意大利的作曲家唐尼采蒂 (Gaetano Donizetti, 1797—1848) 的优秀歌剧作品《宠妃》(La Favorite)、《爱之甘醇》(L' Elisir d' Amore), 贝里尼 (Vincenzo Bellini, 1802—1835) 的《梦游女》(La Sonnambula), 罗西尼 (Gioia Chino Antonio Rossini, 1792—1868) 的《塞维利亚的理发师》(Il Barbiere di Siviglia), 威尔第 (Giuseppe Verdi, 1813—1901) 的《茶花女》(La Traviata)、《奥泰罗》(Otello), 普契尼 (Giacomo Puccini, 1858—1924) 的《绣花女》(La Boheme)、《托斯卡》(Tosca), 以上这些作曲家及未列举的作曲家为意大利歌剧及美声演唱风格的贡献功不可没。

谈到美声演唱风格, 人们都会想到: 要经过严格的技术训练, 在良好的气息支持下, 充分调动声音的共鸣, 唱出的声音具有通畅洪亮、深厚圆润、松弛自如和音色优美等特点。

除此之外美声演唱风格概括起来还有六个重要原则, 它包含以下实际内容:

1. 依据声音状态科学地划分不同的声音类型, 即声部之分;
2. 宽广的音域一般在两个八度之上, 声区是统一的;
3. 母音一致, 在不破坏共鸣位置统一的基础上, 吐字要清晰;
4. 声音连贯均匀;
5. 良好的音乐修养;

6. 声情并茂, 手势、声音、面部表情与作品的思想感情相适应, 以技能为载体为所表现的作品内容服务。

► 二、民族声乐演唱风格

民族声乐演唱风格是以中华民族语言为基础, 以行腔韵味为特长, 与形体表演浑然一体的“情、声、字、腔、韵”相映生辉的综合演唱表演艺术。长期的发展形成了声情并茂, 字正腔圆, 神形兼备, 载歌载舞的歌唱特点。它植根于中国的文化土壤, 由全国各民族同胞共同创造, 使之色彩纷呈, 独具魅力。它体现了我们民族的艺术特点、欣赏习惯和审美情趣。数千年来的音乐历史积累了浩瀚的曲目, 各民族创造了独特的演唱技法, 形成了中国独特的演唱形式以及风格特点。

中国的民族演唱风格和传统美声演唱风格有很多区别:

美声演唱风格简洁的说, 它强调腔体充分打开, 使共鸣充分, 声音圆润、丰满, 旋律线条流畅。为使各声区共鸣统一, 歌唱时元音彼此互相靠拢, 转换时不留痕迹。

而民族演唱风格符合我国人民的审美情趣。人们喜欢“甜、脆、亮、水”的声音。因为它亲切、自然、生动、易于被人接受, 尤其体现在语言上, 大量作品贴近生活, 使听众容易理解并产生共鸣。唱词技巧上强调咬字头, 唱字腹, 收字尾。除此之外, 在歌唱时还要注意声调的把握, 即四声 (阴平、阳平、上声、去声) 的分别。语气重音, 节奏重音也不可忽视。如果用一种声调来演唱而不注意变化, 是无法表达词曲意境的。同一句歌词, 由于重音不同, 表达出的含义也就不同。若想做到准确地表达作品的内容, 就要对作品进行仔细的分析、研究, 确定哪段旋律、哪句歌词、哪个字该强调, 或者一掠而过。

艺术语言源于生活语言。每一种演唱风格的形成都离不开人们的日常生活。美声演唱风格符合欧洲人的审美要求。它与欧洲语言特点、发声习惯相结合,形成其独有的特征。我国传统民族演唱风格常提到“字是骨头、韵是肉”、“字领腔行”,戏曲又强调“千斤道白四两唱”对语言的清晰有特殊的要求,这也是为符合我国人民欣赏习惯逐步形成的。

从历史上看,民族演唱风格的歌唱家,在不同的年代都推动和发展了民族声乐。中华人民共和国成立初期歌唱家怀着对新生活的渴望与憧憬,表演质朴,感情真挚。声音平直,不加修饰,不能运用适度的颤音技巧。有戏曲功底的演员,善长表演,注重民族民间音乐的韵味。

20世纪60—70年代某位有代表性的歌唱家,不再用本腔,而运用混声唱法,拓展了音域,扩大了演唱作品范围,丰富了表现力。她将民族、戏曲、美声、流行等多种歌唱风格、特点融合在一起,适应了不同文化层次观众群的需要。

80—90年代有的歌唱家的演唱特点是:音色呈多样化,运用声音更自如,曲目更宽泛,高音控制较稳,演唱技巧将民歌演唱技巧与京剧融合在一起,使舞台表演方式,歌唱方法有了新的变化,丰富而吸引人。

近期有些民族声乐歌唱家的演唱特点是:声音既高亢明亮又圆润柔和,混声歌唱技巧运用驾轻就熟;既能唱具有浓郁的中华民族风格的作品;又能唱欧洲古典声乐作品。博采众家之长,使演唱风格多样化,更成熟。

► 三、流行歌曲演唱特点与风格

流行歌曲演唱特点有:

1. 浅吟低唱式

主要依靠麦克风,借助少许胸腔共鸣,以口腔声音为主来歌唱,多唱抒情类作品,表达喁喁私语、柔美的情感。

2. 白声喊唱法

用劲多于用气唱,豪放、高亢、刚毅。歌唱时声带紧闭,然后以大量的气息冲击声门,声音强弱起伏大,音频震动幅度宽,很有气势和张力。

3. 气领声行法

先走气后出声,出声后仍伴随着漏气,以收到亲切、甜美的歌唱效果。

4. 真假声交替使用式

时而真声(不过分实),时而假声(不虚唱),巧妙过渡,行腔婉转,气息运用较自如,具有细腻感人的魅力。

5. ROP——说唱式

将黑人的动感节奏和ROP的说唱风格融为一体。语言简洁、生动、精炼、吐字清晰。有些作品诙谐、幽默、俏皮。反映青年躁动不安,求新奇,变花样的心里状态,反映社会生活的各个层面。容易被众人喜欢和接受。

ROP的特点是短小易记,旋律简单,歌词重复,音域较窄,容易上口。而民族演唱风格和美声演唱风格,如果经过长期的训练,歌唱技巧难以把握。普通声乐爱好者更难模仿。

流行乐歌唱风格，由于歌唱语言接近日常生活，唱起来方便自如，使人增添自信心。尤其靠电声设备，能美化歌者的声音，增强歌者的自豪感，演唱时载歌载舞，舞蹈动作夸张，充满了活力。便于与观众交流、沟通，调动观众的热情。演出形式常常是一人独唱，众人伴舞。加上光怪陆离的舞台灯光，新奇怪诞的服装，超自然的化妆及演员富有煽动性的歌唱和即兴表白。令现场演出气氛热烈、辉煌。加之先进的音响设备，令人眼花缭乱，目不暇接，给人视觉、听觉感官上以刺激。产生其他两种演唱风格无法产生的效果。

流行歌曲演唱风格大致分为三种：

1. 摇滚风：来自于欧美的西方现代音乐。用最原始的、沙哑、粗糙的声音竭力嚎叫，力图宣泄个人心中愤懑、委屈、失望、沮丧。并且渲染得十分夸张，仿佛世界末日来临。服饰上随意（有时穿露臂膀的大背心）、前卫怪异（金箔亮闪，流苏悬垂，铁丝、铁钩披挂一身），面部及发型为求新奇、诱人而无所顾忌，舞台动作十分开放，演唱时依情绪变化而随心所欲。

2. 民歌风：将民族民间的音调与西方现代音乐创作技法（配器、和声）结合于一起，表现不同地域人们的喜怒哀乐（如东北风、西北风）。

3. 港台风：轻唱低吟、似娓娓道来，旋律变化起伏不大，音域不宽，表达感情细腻。女声甜美、纯情、温文、质朴，男声亲切、多情、注重抒发内心深处的感情，颇动人心，具有个性魅力。

3

第三章 歌唱的生理

每位学习声乐的人都希望自己能发出既美妙动听又表达自然的声音，既洪亮圆润，吐字清晰，同时又有丰富的共鸣，统一的声区，以便充分表达不同的情感。无论旋律音的速度如何变化都能做到在整个音域范围内，声音控制圆润自如，在不用扩音器的情况下能将音调及声音传到最远处。为实现这一目标，在生理上我们就要进行剖析，弄清楚发声器官的构成与运用。

发声器官主要由四部分组成：

呼吸器官：包括肺及肌肉系统，起着风箱的作用。

发声器官：包括声带、气管、咽喉，起着振动作用。

共鸣器官：包括咽腔、口腔、鼻咽腔、头腔、胸腔，起着扩音传送的作用。

咬字器官：包括舌、齿、牙、唇、喉，起着清晰表达歌词的作用。

以上各部分器官在歌唱中都发挥着不同的作用，有其独立性。但在歌唱时又必须同时运用，紧密配合。图 3-1 标明了各共鸣腔体的位置，以便学习。

下面分别论述：

► 一、呼吸器官

正确地运用呼吸器官是歌唱的基础。它影响着歌者的演唱质量，它对音准、音质、情感、吐字影响极大。

歌唱的呼吸与人们日常生活的呼吸在方式上有很大的不同。日常呼吸的时间长短均等。歌唱的呼吸要求吸的快呼的长。要在一瞬间将气尽快吸到肺的底部，在胸部下肋保持微提的感觉。在未将气吸饱的情况下，横膈膜下降而膨胀，将气保持住，歌唱时送气要缓慢而从容，胸骨架挺起而稳定。不要在

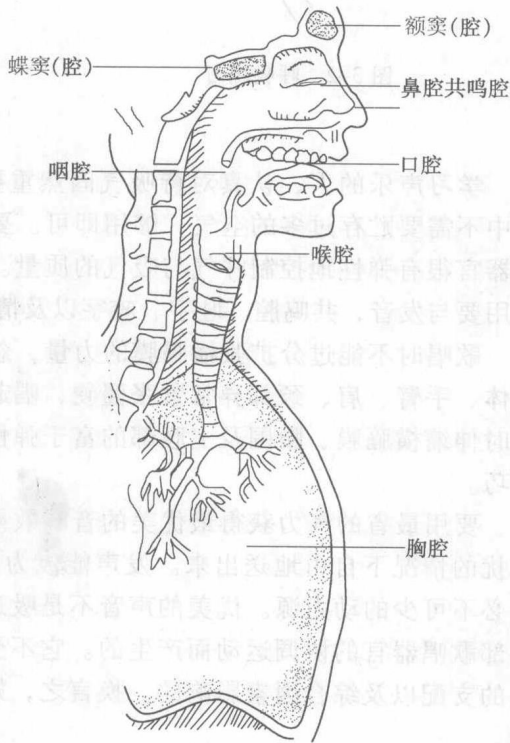


图 3-1 各共鸣腔体位置

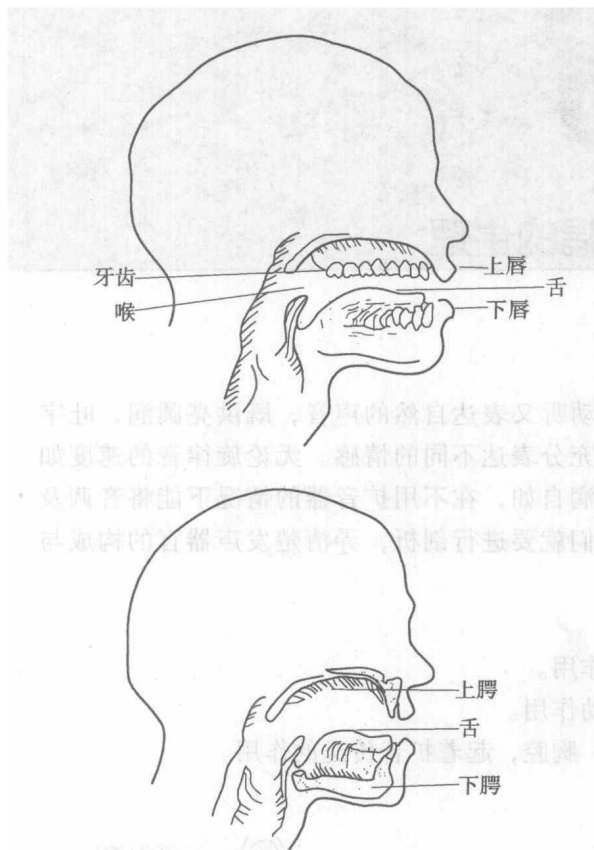


图 3-2 呼吸练习

吸气时下肋临时上提，否则呼气时会塌陷。要尽量保持姿势，但不能过分用力，以免影响歌唱器官使之自我紧张。

歌唱的呼吸分三个过程，即：吸气→保持气息→消耗气息（呼气）。

学声乐的人必须每天做深呼吸练习。每天清早在较空旷地带多吸新鲜空气，使空气充满了肺部。同时，使胸腔骨架保持扩张和稳定，然后再缓慢、均匀地将气呼出。可做这样的练习：先收缩小腹，将空气吸入肺部七八成，然后开始做呼气练习（图 3-2）。

1. 呼气时，用嘴唇轻轻将气缓慢、均匀地吹在手背上，经过练习使吹气的时间逐渐延长。起初，能坚持 18~20 秒，久之争取能达到 50 秒。这样，呼吸的控制能力会逐步提高。

2. 用舌尖抵住下牙根，发出“丝”音，（声带不振动）缓慢地、均匀地用气直至用尽。

3. 上下唇收拢，缓慢地似吹灰般地，匀速呼出气息。

注意以上练习时间每日不宜过长，20 分钟左右即可。

学习声乐的人，认真对待吸气固然重要，学会合理支配肺中贮存空气的本领就更重要。肺中不需要贮存过多的空气，够用即可。要防止吸气过多，影响呼气的正常运用。应利用呼吸器官很有弹性地控制呼气与吸气的质量。歌唱中的各个环节不可孤立起来看，呼吸的合理运用要与发音，共鸣腔、吐字、咬字以及情感的表达结合起来。

歌唱时不能过分扩张横膈膜的力量，忽略将胸廓在吸气时扩张。要避免上胸下塌，整个身体、手臂、肩、颈都异常紧张僵硬，唱起来会很不自然。能使气息自然流畅的办法是：歌唱时伸缩横膈膜、腰围及上腹部的富于弹性的肌肉，这样才能较好的运用呼吸和声音训练的技巧。

要用最省的气力获得最优美的音响效果。将气吸好后，喉部所发出的声音应在不受任何干扰的情况下自由地送出来。发声能成为歌者的本能则是最佳境界了。呼吸是歌唱的基础，是必不可少的动力源。优美的声音不是吸过气后将气向外拼命地轰就能得到的；它是由人体各部歌唱器官的协调运动而产生的。它不受人体的高大与矮小影响，而是受共鸣器官、脑神经的支配以及综合因素影响的。换言之，娇小的身体结构同样会发出优美的具有震撼力的声音。