

声乐艺术指导

周友华
熊曼玲 主 编
刘小琴

江西高校出版社

声乐艺术指导

周友华 熊曼玲 刘小琴 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

声乐艺术指导/周友华主编. —南昌: 江西高校出版社, 1999. 12

ISBN 7-81075-106-9

I. 声… II. 周… III. 声乐艺术—教材

IV. J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 30636 号

江西高校出版社

(江西省南昌市洪都北大道 96 号)

邮编: 330046 电话: (0791) 8512093, 8519894

各地新华书店经销

江西师范大学印刷厂照排

南昌市光华印刷厂印刷

1999 年 12 月第 1 版 1999 年 12 月第 1 次印刷

787mm × 1092mm 1/16 19.75 印张 364 千字

印数: 1~4000 册

定价: 26.00 元

(江西高校图书如有印刷、装订错误, 请随时向承印厂调换)

前 言

声乐是音乐专业重要的基础课，是训练学生用科学的发声方法进行演唱的一门学科。它是一种以人的本身作为乐器，同时将音乐与歌词紧密结合起来声情并茂的表演艺术。至于声乐教学，是一种特殊的教学，是一门科学加艺术的课程。教学过程有二：一是建造乐器；二是使用乐器。然而建造乐器并非简单，必须从发声的原理、生理、心理、病理出发，采取各种母音进行发声运动，使其达到立体性、共鸣性和统一性。然后在歌唱运用上也就能正确的处理声与字、声与气、声与情的关系，以达到高音不挤、低音不压、重音不砸、轻音不虚，上下贯通，收放自如，感己娱人之目的。总之，坚持以中华母语为基础的科学发声。

声乐的演唱，既有普及又有提高，那么声乐教学也就起着一个“锦上添花”和“雪中送炭”的作用。我国地域辽阔、人口众多，普及需要“雪中送炭”。“雪中送炭”工作做好了，国民音乐素质就得到了提高。“锦上添花”工作更是生机勃勃，万紫千红，前程似锦。

本书立足普及，着眼提高。文字虽不多，但从发声的观念到手法上，以及歌唱有关的许多问题，都作了比较详细的阐述，并且以问答的形式提出，以便高师、中师的学生以及广大声乐爱好者均能从中获益。

本书曲目众多、内容丰富，既符合了高师本科四个年级的要求，也适应成人声乐考级的需要。

声乐是一门特殊的专业，也是人们活化右脑、美化人生的催化剂。如果本书能对我们的学生、爱好声乐的朋友，有可靠、贴切、入情、入理、宜人之感的话，则幸甚。不妥之处，敬请指正。

作者

1999年12月2日

一年级

1. 要求学生具有正确的歌唱姿势，积极的歌唱心理状态，逐步培养其良好的歌唱习惯。

2. 指导学生运用正确的呼吸方法，体会气息对声音的支持。

3. 以自然声区为基础，着重中声区的训练，力求做到喉头稳定发音自然通畅。

4. 加强歌唱的听觉训练，逐步树立正确的声音概念，使学生逐渐具有辨别发声正误的能力，能比较科学地开展声乐的学习。

5. 要求学生用普通话歌唱，基本做到吐字清楚。

6. 培养学生具有初步的理解和分析歌曲的能力，能较好地演唱本年级基本教材。

歌唱的呼吸要领

两肋扩张膈下降，吸气深沉切忌僵。
凹胸凸胸为弊病，联合呼吸是根本。
呼气如同在喷雾，声音发出如贯珠。
快速断音气灵活，慢速连音气要托。
欲出高音气要拔，中低音区气平稳。
记牢气柱这概念，高音细长低粗短。
肋骨平扩如展翅，脐下三指往里托。
吸气力争快、多、深，呼气应为稳、匀、省。
呼吸本是原动力，灵活运气宽厚亮。

二年级

1. 讲述声乐基本理论知识，青少年发声特点、变声期嗓音的训练和保健等有关知识。
2. 学生基本上能掌握正确的呼吸方法进行歌唱。
3. 在巩固中声区的基础上，适当扩展音域。要求女声达到十二度左右，男声十一度左右。做到声区基本统一。发声要求连贯、流畅、圆润。
4. 在歌唱中，基本做到语言清楚，字正腔圆。
5. 巩固发展所学的基础知识和技能，将其运用于不同类型歌曲的演唱中，力求较完整地表达歌曲的思想感情。

歌唱的共鸣

三腔共鸣要兼顾，口鼻咽腔是中枢。
音高虽变位不变，吹响鼻窦是关键。
巧用四个丹田力，上通下达音自美。
开口闭口多哼鸣，对准眉心要轻声。
先软后硬音勿重，混合共鸣贯始终。
唱高想低低想高，落地之声亮而通。
女声真假若不掺，真假脱节便叫喊。
以真带假假带真，真真假假在中声。
换声区内巧调整，母音掩盖须当心。
a 变 o 音 o 变 u，超高声区反着行。
前打喷嚏后哈欠，“吃香喝辣”脆而甜。

三年级

1. 要求学生对气息有一定控制能力，做到有控制地运用气息进行歌唱。
2. 根据学生声部特点，训练换声技巧，扩展音域，逐步获得较好的混合共鸣。
3. 培养学生控制音量、变化音色的歌唱技能技巧。
4. 要求学生具有独立分析和处理歌曲的能力，在演唱时能较准确地表达歌曲的思想感情。

歌唱的发声

声嘶力竭定叫喊，上挤下压为喉音。
上行慢练气平稳，下行抓好第一音。
中声免重拔高易，女声柔中掺假声。
i 音 a 音谁带谁，谁佳谁便为头音。
开发 o 音关 a 音，u 音靠前 i 靠里。
练就中区基础音，何愁高音和低音。
喉头挡气力无穷，声带张力有弹性。
无声练习胜有声，动作规范音自成。
微声练习机制轻，音位保持是保证。
母音转换各种腔，朗诵歌唱一个样。
声束如同抛物线，气吹声出如喷泉。
发声器官巧配合，灵活运用病根除。

四年级

1. 在统一声区的基础上，进一步扩展音域，要求女声达到十四度左右，男声达到十二度左右。

2. 在较熟练地掌握声乐基础理论和演唱的技能技巧的基础上，能演唱难度较大，风格较多的歌曲。声情并茂地塑造较完整的艺术形象。

3. 在教研室和教师的指导下，注意培养学生的声乐教学能力。在第四学年下学期可进行一定的基础声乐教学的实习。

歌唱的构语

念白上头把歌唱，字正腔圆理应当。
咬准字头突字腹，字尾归韵须端详。
五音着力要拿稳，开齐合撮定分明。
声母无声用气摧，介母放声往里推。
韵母收音分强弱，辙口分清是和非。
辨别阴阳上去声，吞吐擒放起落明。
子音在前母音后，声音造型在咽喉。
中音低音字包音，高音气拔音包字。
低音鼻音常朗诵，京白韵白不放松。
字随腔行情带声，字字声声情感人。
里嘴外嘴齐活动，准确清晰兼机灵。

目 录

一、声乐基础知识问答

1. 什么叫声乐	(1)
2. 怎样学习声乐	(1)
3. 为什么说正确的姿式是科学发声的基础	(3)
4. 什么是歌唱的起动器	(3)
5. 什么是歌唱的振动器	(4)
6. 什么是歌唱的扩大器	(5)
7. 什么是歌唱的构语器	(6)
8. 人的嗓音怎样分类	(7)
9. 各类嗓音的特点如何	(7)
10. 怎样区分演唱形式	(8)
11. 有哪些演唱形式	(8)
12. 怎样划分歌(乐)曲的品种	(9)
13. 歌曲作品有哪些品种? 各有什么特点	(9)
14. 歌曲的结构形式有哪些? 认识歌曲的结构有什么意义	(13)
15. 什么是乐段? 为什么说乐段是歌(乐)曲最基本的独立的结构单位	(13)
16. 乐段有哪些显著特征	(13)
17. 乐段包含哪些结构成分	(14)
18. 怎样识别乐段内部的句逗划分	(14)
19. 音乐动机是什么? 与乐汇有何区别	(14)
20. 怎样区分乐段的类型	(15)
21. 乐段有哪些类型	(15)
22. 引子、过门、尾声和反复是否具有结构性质	(16)
23. 什么是复乐段	(16)
24. 何谓一段式歌曲	(17)
25. 何谓二段式歌曲	(17)
26. 何谓三段式歌曲	(17)
27. 怎样的歌曲叫多段式结构	(17)
28. 怎样的歌曲叫复二段式结构	(17)
29. 怎样的歌曲叫复三段式结构	(18)
30. 变奏式结构的特征是什么	(18)
31. 循环式(回旋式)结构的特征是什么	(18)
32. 分析作品的曲式结构应注意些什么	(18)
33. 什么是艺术歌曲	(19)

34. 什么是通俗歌曲	(19)
35. 什么是流行歌曲	(20)
36. 什么是美声唱法	(20)
37. 美声唱法有哪些特点和要求	(21)
38. 什么是民族唱法	(21)
39. 民族唱法有哪些特点与要求	(22)
40. 什么是通俗唱法	(23)
41. 通俗唱法有哪些特点与要求	(23)
42. 三种唱法在嗓音具体运用上有何异同	(24)
43. 怎样理解歌唱的“声音位置”	(25)
44. 为什么说“说好是唱好的基础”	(25)
45. 为什么说联合呼吸是歌唱的根本	(26)
46. 怎样呼吸才能保持足够的气息	(27)
47. 怎样统一声区	(27)
48. 怎样纠正气息上浮	(28)
49. 怎样纠正白声	(29)
50. 怎样纠正喉音	(29)
51. 怎样纠正下颌僵滞	(30)
52. 怎样纠正音位低下	(31)
53. 怎样纠正声音不灵活	(32)
54. 怎样纠正鼻音	(32)
55. 怎样纠正冒调和落调	(33)
56. 怎样纠正抖音和晃音	(33)
57. 怎样纠正喉头不稳	(34)
58. 怎样纠正咬字吐词不正	(35)
59. 怎样纠正声音空洞无力	(35)
60. 变声期为什么会出现嗓音改变	(36)
61. 变声期怎样保护嗓子	(36)
62. 什么叫“塌中”	(37)
63. 身体有病对嗓音有何影响	(38)
64. 情绪变化对嗓音的影响	(38)
65. 滥用嗓子有什么危害	(39)
66. 为什么说演唱只有感己才能娱人?	(40)

二、各年级练习曲目

一年级练习曲目

1. 塞外村女	(41)
2. 绣荷包	(42)
3. 延水谣	(43)
4. 南泥湾	(44)
5. 北风吹	(45)
6. 浏阳河	(47)
7. 人说山西好风光	(47)
8. 绣金匾	(49)
9. 三十里铺	(50)
10. 绣红旗	(52)
11. 小曲好唱口难开	(53)
12. 春天你在哪里	(54)
13. 太阳出来喜洋洋	(56)
14. 美丽的姑娘	(57)
15. 跑马溜溜的山上	(58)
16. 黄杨扁担	(59)
17. 槐花几时开	(60)
18. 挑夫之歌	(61)
19. 可爱的一朵玫瑰花	(63)
20. 在那遥远的地方	(64)
21. 高高太子山	(65)
22. 塔里木河	(66)
23. 金风吹来的时候	(67)
24. 二月里来	(67)
25. 花非花	(68)
26. 踏雪寻梅	(68)
27. 长城谣	(69)
28. 摇篮曲	(70)
29. 红河谷	(70)
30. 半屏山	(70)
31. 月之故乡	(71)
32. 秋收	(72)
33. 莫斯科郊外的晚上	(73)

34. 牧羊姑娘	(74)
35. 思乡曲	(75)
36. 清流	(76)
37. 嘎达梅林	(76)
38. 我亲爱的	(77)
39. 尼娜	(78)

二年级练习曲目

1. 请茶歌	(79)
2. 边疆的泉水清又纯	(81)
3. 我爱你塞北的雪	(82)
4. 中国的月亮	(84)
5. 赶牲灵	(85)
6. 渔家姑娘在海边	(86)
7. 谁不说俺家乡好	(87)
8. 白发亲娘	(88)
9. 长大后我就成了你	(91)
10. 红梅赞	(92)
11. 清粼粼的水来蓝莹莹的天	(93)
12. 一个美丽的传说	(96)
13. 小白杨	(97)
14. 嘎俄丽泰	(99)
15. 你在哪里呀? 我的阿诗玛	(100)
16. 我心上的一朵玫瑰花	(102)
17. 串门儿	(104)
18. 我的祖国妈妈	(106)
19. 美丽的草原我的家	(107)
20. 延安颂	(108)
21. 梭罗河	(110)
22. 梅娘曲	(111)
23. 都达尔和马丽亚	(112)
24. 曲蔓地	(113)
25. 燕子	(114)
26. 桑塔露琪亚	(115)
27. 舞会圆舞曲	(116)
28. 不要责备我吧, 妈妈	(117)
29. 手挽手	(118)
30. 铁蹄下好歌女	(120)
31. 渔光曲	(121)

32. 我骑着马儿过草原	(123)
33. 歌唱你啊, 祖国	(124)
34. 玫瑰三愿	(125)
35. 党啊, 亲爱妈妈	(126)
36. 长城永在我心中	(127)
37. 一片丹心	(128)

三年级练习曲目

1. 长城长	(129)
2. 五哥放羊	(130)
3. 小白菜	(133)
4. 父老乡亲	(135)
5. 在中国的大地上	(136)
6. 九里里山屹塔十里里沟	(138)
7. 岩口滴水	(140)
8. 故乡是北京	(142)
9. 二月里见罢到今	(145)
10. 蝶恋花, 答李淑一	(146)
11. 海风阵阵愁煞人	(148)
12. 我的祖国	(151)
13. 说句心里话	(152)
14. 克拉玛依之歌	(153)
15. 乌苏里船歌	(157)
16. 清江放排	(159)
17. 满江红	(160)
18. 三峡情	(161)
19. 森吉德玛	(162)
20. 我爱你中华	(164)
21. 在那桃花盛开的地方	(165)
22. 想起周总理纺线线	(167)
23. 再见吧, 妈妈	(169)
24. 敢问路在何方	(172)
25. 江河万古流	(173)
26. 美丽的孔雀河	(174)
27. 祖国, 慈祥的母亲	(175)
28. 小夜曲	(176)
29. 祖国啊, 永远热爱你	(177)
30. 天下黄河十八湾	(179)
31. 黄水谣	(180)