

大学声乐表演 训练教程

主 编 张 焱

副主编 王 颖 王建设



高等教育出版社

大学声乐表演 训练教程

主 编 张 焱

副主编 王 颖 王建设



高等教育出版社·北京

内容提要

本书包括“基本功练习”、“声乐表演的准备”、“单人歌曲表演”、“双人与多人声乐表演”四个部分,按表演训练的难易程度循序渐进编排,案例丰富,步骤清晰,并附有声乐表演设计实例以供读者参考。本书适合高等院校声乐专业的大学生与研究生使用,同样可以为器乐表演或音乐教育专业的学生提供帮助,也适用于任何对声乐表演有兴趣的音乐爱好者。本书通俗易懂,可操作性强,通过对本书的阅读和实践,可以顺利完成声乐表演课程的学习。

图书在版编目(CIP)数据

大学声乐表演训练教程 / 张焱主编. — 北京: 高等教育出版社, 2014.5
ISBN 978-7-04-030601-9

I. ①大… II. ①张… III. ①声乐艺术—表演艺术—高等学校—教材 IV. ①J616.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第018172号

策划编辑 张卓卓
责任印制 赵义民

责任编辑 张卓卓

书籍设计 李树龙

责任校对 刘 莉

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印 刷 大厂益利印刷有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 14.5
字 数 256千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landracom.com>
<http://www.landracom.com.cn>
版 次 2014年5月第1版
印 次 2014年5月第1次印刷
定 价 37.50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
物 料 号 30601-00

编著者

王建设 杨莉丽 李 蓓 王 颖 张 燚

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话 (010) 58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010) 82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

邮政编码 100120

目录

1 绪言

- 一、声乐需要表演 / 1
- 二、表演需要学习 / 2
- 三、声乐表演学习的原则 / 2
- 四、表演是自我形象的提升 / 4

7 第一章 基础练习

第一节 释放天性，进入角色 / 8

- 一、释放天性 / 8
- 二、进入角色 / 11

第二节 声乐表演的基本体态 / 15

- 一、准备 / 15
- 二、站姿 / 15
- 三、走姿 / 17
- 四、手势 / 20
- 五、表情 / 25

第三节 无实物动作练习 / 36

- 一、注意力训练 / 36
- 二、想象力训练 / 39
- 三、感受力训练 / 41
- 四、表现力训练 / 53

65 第二章 走向舞台：声乐表演的酝酿

第一节 案头工作 / 66

- 一、分析作品 / 70
- 二、找出动作设计的线索 / 73
- 三、从作品出发设计表演 / 74
- 四、找到情绪触发点 / 77

五、分析演唱难点 / 78

第二节 感受作品,表现作品 / 80

一、感受角色,感受作品 / 81

二、体现角色,表现作品 / 83

第三节 表演戏剧化,作品具体化 / 94

一、建立情境:情因境生 / 94

二、以“我”的亲身经历讲故事:身临其境 / 94

三、从吟诵入手找到歌唱的语气:以言带演 / 95

四、利用作品的内心独白和潜台词:完形填空 / 95

五、用小声哼唱找出和体现音乐的动作:身在乐中 / 97

六、找准作品基调:情形于色 / 97

七、与自我进行交流:文质彬彬 / 98

八、与想象对象进行交流:物我俱用 / 98

九、组织内心视像:播放电影 / 99

十、设计器乐伴奏部分的表演:专心致志 / 99

十一、围绕高潮设计演唱:提纲挈领 / 100

十二、设计表演的结构:井井有条 / 101

103 第三章 走上舞台:单人歌曲的表演

第一节 歌曲表演的基本流程 / 104

一、了解整场演出的安排 / 104

二、了解剧场与观众 / 105

三、选择服装 / 106

四、了解伴奏、伴舞 / 106

五、利用排练 / 108

六、学会独处,成竹在胸 / 108

七、进行自我心理暗示 / 109

八、舞台演唱 / 109

第二节 独唱表演的舞台实践 / 118

一、情绪记忆 / 118

二、用语气加强表演 / 119

三、运用精神化妆 / 120

四、在演唱中组织“心理—形体”生活 / 120

- 五、积极应对突发状况 / 121
- 六、细节重要, 结构更重要 / 122
- 七、有始有终 / 123
- 八、使用手持话筒时的声乐表演 / 129

133 第四章 掌控舞台: 双人与多人的表演

第一节 对唱与二重唱 / 134

- 一、交流 / 134
- 二、对唱 / 136
- 三、二重唱 / 137

第二节 多人表演(表演唱) / 148

- 一、舞台调度 / 148
- 二、基本模式 / 149
- 三、不同歌唱形式的舞台调度原则 / 151

第三节 歌剧表演 / 152

- 一、分析剧本 / 153
- 二、分析音乐 / 155
- 三、设计角色 / 156
- 四、把握角色的性格逻辑 / 157
- 五、建立角色生命之线 / 166
- 六、设计舞台支点 / 168

193 附录 表演设计实例

概 述 / 193

- 一、民歌《想亲亲》 / 195
- 二、民族歌剧选段《绣红旗》 / 198
- 三、外国歌剧选段《让我们携手同行》 / 203
- 四、音乐剧选段《流星下的愿》 / 212
- 五、小合唱《军民团结一家亲》 / 218

221 后记

绪 言

“声乐”不是指“声音”与“音乐”。从广义层面来讲，声乐可理解为“歌唱”，是一个与乐器演奏的“器乐”相区别的概念。但是，“声乐”这个词，从词面意思来看，是突出声音的地位，对表演的重要性人们一般很难认识到。所以，本书认为：声乐即“演唱”，是一门表演艺术；同时，声乐表演的能力需要经过体系化的训练方能获得。

一、声乐需要表演

声乐，是所有音乐形式中最接地气的类型，也是颇具魅力的艺术形式。《尚书》曰：“诗言志，歌咏言。”因为文学的加入，声乐具有了艺术的综合性；因为歌词的语义性，声乐具有了表达的直接性；因为歌唱的音乐性，声乐具有了表现的艺术性。但是，声乐不仅仅是歌唱，而且和表演不可分离。《诗·大序》曰：“情动于中，而形于言；言之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，故永歌之；永歌之不足，不知手之舞之，足之蹈之也。”可见身体语言既是歌唱的深入表现，也是歌唱的天然组成，进而使演唱更富有质感。因此，单凭声音来表现歌唱艺术是残缺的，何况声音的塑造也要依赖形体的生动。

然而，几十年来我国声乐教育在实践中对表演并不重视：以“声”为纲，“乐”被弱化，遑论“表演”。如果说这在高等教育稀缺时代还能够“自得其乐”，那么在大众教育、素质教育阶段，它的不合时宜则显而易见；如果说这在“广播时代”“唱片时代”还情有可原，那么在多媒体时代、视觉时代，它的缺失就不可容忍。

歌唱“有戏”还是“没戏”，绝不止于“美丽的声音”，而必须辅之相应的表演来体现。我们会发现很多歌唱能力很强的歌者，在作品的演绎上却乏善可陈；相反，也有一些在歌唱技术上并不出色的歌者，其现场却能通过表演来“抓住人”，感人至深。这有力地说明了表演不仅仅是歌唱的补充，而且是歌唱应有的方式。我们很难想象，一个富有生机的歌唱作品，竟然能由一具僵硬的躯体来完成。成功的歌唱，是必须和动人的表演融为一体的。如果我们还对此不以为然，那么不妨参考

广播影视发展的例子：电影“有声时代”的来临淘汰了默片时代的明星，电视时代的来临则淘汰了收音机和电唱机时代的明星。

很多声乐教师也意识到表演的重要性，但是声乐表演既无法通过“强调”就能达到良好的教学效果，“琴房授课”“一对一授课”的教学方式也不适用于表演教学。声乐表演的教学具有自己的特点，需要通过系统化的训练来实现。

二、表演需要学习

在声乐教学实际中，我们总是把绝大多数精力放在“塑造乐器”（声带发声技能）方面，没有更多的时间进行表演的训练。这不仅使培养全面发展的“人”的教育目的落空，甚至在培养专业人才层面上也漏洞百出。大多数学生的声乐“表演”僵、垮、散，小动作不断，而自己还意识不到；甚至很多声乐教师都不知道声乐表演训练所包括的内容，更别提声乐表演的创作方法了。

表演是一门独立的学科，也是应该纳入声乐教育中的一门必修课程，需要经过系统的训练。

话剧和影视表演专业，由台词、剧本分析、形体、表演、嗓音、导演、舞美等多门课程共同组成，表演教学是核心的核心。我们不敢奢望声乐表演教学也能如此细分，但也不能认为仅靠模仿、舞台经验的积累以及“铁杵磨成针”的持之以恒，就能水到渠成地掌握声乐表演的能力。声乐表演也需要从多个方面来进行系统训练。

本书由浅入深，从“基础练习”“声乐表演的准备”“单人歌曲表演”以及“双人与多人声乐表演”等几个方面，结合声乐教学的特点来进行表演训练，探讨如何把声乐特有的表现手段运用到表演中来。最后选取了几个典型曲目作为声乐表演设计的实例，这些实例可以作为学生表演实践的引导，也可以作为前几章“表演案例”的替代，为课堂提供更多的参考。

戏曲表演、音乐剧表演通常需要经过专业的舞蹈训练。声乐表演与话剧表演更接近一些，当然，就节奏性、肢体语言的丰富程度而言，它又比话剧表演要复杂。如果我们连音乐这种复杂、特殊的艺术表现方式都能够掌握，表演又怎么会难倒我们？

三、声乐表演学习的原则

声乐表演课程的目标不是培养戏剧演员，而是使学生掌握声乐表演的一般原理，获得多方面的形体表现能力和熟练的表演技能，能够胜任舞台表演、导演工

作。本课程还应该和其他课程结合，使学生不仅在舞台上，而且在音乐教育和生活也能有良好的表现。

本课程需要遵守的几个主要原则如下。

1. 实践原则

表演是一门实践性的课程，必须坚持“下地”原则。表演虽然需要理论的指导，但是不能空谈大道理；理论也是从实践中得来，并需要通过实践来检验。

2. 参与原则

实践需要参与，教师和学生都要参与到表演实践中。参与具有多种形式，比如问题探讨也是参与。表演教学在有的学校可能是几十个人的集体课，这时教师依然要运用多种方法让所有的学生都参与进来，教学过程中可运用多种方式：大课、分组、重点指导，下地表演和周边支持，表演实践和观摩评价，等等。

参与原则的实施过程中，分角色很重要。同一个声乐作品，可能包括几个角色。角色不仅是指作品中扮演的人物，也包括表演实施过程中的“角色”，比如资料搜集者、音乐分析者、排练指导者、道具提供者等。教师应使每一个学生都参与到多种角色的塑造中来，从而使音乐表演能力得到全面的提高。

3. 灵活原则

教材，多具备一定的系统性、清晰性；但表演的个性特点鲜明，多有差异，同一教材不一定能完全符合各个学校、各个专业、各个课堂的教学实践，这就要求教师视需要进行设计和修正。教材是“本”，不是课堂的复述，不能直接还原成课堂。本书给出的“案例”和“实例”，仅供师生参考，并非不能更改。

本课程应该是声乐专业的必修课，也可以作为其他音乐专业的基础选修课、学校的公共选修课等。课程形式不同，要求也会不同。教学过程中，本课程也不需要按部就班，而可以有重有轻、更改次序、安排繁简、各取所需。课堂时间有限，阅读过本书可以使课堂效果事半功倍，学生在课下通读全文很有必要。

当然，模式化的表演是不可取的，教师要因材施教，激发出学生的特长、个性和创造力。

4. 拓展原则

不仅声乐需要表演，生活中处处都会用到表演。生活中的表演不是虚假、做

作,而是让你更有风度、更有魅力、更有气质、更有“范儿”。总之,我们希望通过本课程的学习,让学生不仅成为一个能够很好演绎声乐作品的人,而且在日常生活中,也是具有艺术张力和审美能力的人。

本书的拓展原则还体现在章节后面的“本章推荐阅读”上。单靠一本书而能上好一门课是不可能的,每个教师和学生都有自己的经验和适读书目,需要发挥自己的主动性来善加利用;本书的推荐材料是我们甄别后认为有重要参考价值的材料,希望能够对大家有所帮助。

5. 可操作原则

毋庸多言,由易入难、循序渐进是每一门课程都要遵守的规律。这里要强调的是,表演教学不能打阵地战,它毕竟是需要在一定课时内完成的课程。很多时候,在后面的教学过程中,学生会对前面一知半解知识有重新的认识和掌握。

本书的写作遵守“可操作原则”,虽然要求观念的高度和体系的完整,但是既不对某个单一论题进行学术化的大篇幅解读,也拒绝“眉毛胡子一把抓”,比如对大型歌剧的表演训练我们就进行了简化处理。限于篇幅,本课程也不奢望把形体课或者舞蹈课的任务承担起来,毕竟它们之间的关系是互补而不是重复。

6. 表演与乐感的互动原则

表演可以提升乐感。乐感绝不只是对音高的感知能力,它还包括了形象感、力度感、速度感、运动感以及对意境的想象能力等。表演训练不仅对培养学生的乐感能力具有较好的作用,同时还是视唱、和声、音乐作品分析等课程的重要补充。教学实例表明,很多同学在学习表演后其乐感都有了明显的进步。

乐感使表演更有感觉。声乐表演多有器乐的陪伴,同时演唱者自身也在制造音乐,所以声乐表演不能等同于戏剧表演,要在自己的身体中找到自己的节奏、韵律,发现乐感并鲜明地体现出来。也就是说,声乐表演不是简单的“走台步”“摆架子”,而必须具有乐感和审美趣味。

需要说明的是,舞蹈对于声乐表演很重要,歌者在演唱一些具有舞蹈性的歌曲(比如民间歌曲、圆舞曲等)时,如果能配上舞蹈一定会有很好的效果。这些内容需要专门的训练,限于篇幅,并没有纳入本教材。

四、表演是自我形象的提升

表演不仅是舞台上或摄影机前的“艺术表演”,也包括日常生活中的“社会表

演”。社会表演是在生活中塑造自己的形象，比艺术表演的适用范围更广。所以，表演的学习不仅是让我们的歌唱更具有表现力，不仅是用形体、眼神来调动人们对歌唱更深的感受，而且与我们自己的成长密切相关。

在生活中，我们需要不断学习、不断进步。当我们希望自身获得更大的发展时，就需要对当下内心所持有的自我形象进行检视和开拓，对未来希望实现的理想角色进行想象和体验，并采取切实的行动来逐步弥补两个形象之间的距离。正是如此，我们得以迈向卓越的人生。这个过程也正是表演的过程，这不是凑巧，而是因为表演的本质就是“展现卓越”。

表演的过程是使自我靠近理想角色的过程，表演的学习是从当前自我出发，提高想象、体验和行动的能力，以达到理想角色的真实。在这个过程中，对“理想角色”的认识也会更加深刻，从而使我们即便是表演同一个“节目”，也能够“天天向上”。

无独有偶，如今，除艺术之外，诸多企业培训、社会培训、心理矫正等领域都使用了表演的手法。希望通过本课程的学习，不仅使学生在舞台上的表演更动人，更能帮助他们在生活中成为一个卓越的人。

扩展阅读

〔英〕谢克纳，孙惠柱：《人类表演学：平行式发展》，北京：文化艺术出版社，2007年。

彭勇文：《戏剧与企业培训》，上海远东出版社，2011年。

第一章 基础练习

声乐表演和其他表演艺术一样，应该从表演的基本素质训练入手。本章学习的目的是消融我们心与身之间的障碍。

声乐表演者除了要提高歌唱发声的技术外，还必须对自己的身体进行有效的“规训”，实现对自己生理、心理的控制。在此过程中，我们首先应该通过基础练习，掌握“当众”表现丰富感受的能力。

本章从表演的共性入手，从表演内部和外部诸环节逐个训练，提升学生的基本表演能力，以便顺利地进入第二章的声乐表演学习。本章内容根据学校总课时的安排情况，进行可快可慢；本课程也可以直接从第二章的具体声乐作品表演训练入手，在声乐表演训练过程中加入本章的基础练习。本课程的培养目的不是让学生成为戏剧演员或舞蹈从业者，因此应以歌曲表演技艺为主。但是，无论如何，此处的机能训练都不是可有可无。通过本章的学习，学生不仅可以更细致入微、举一反三地进行声乐表演，甚至在讲课、演讲、销售、企业培训等与人交流的其他场合，也可以表现得大方得体、更有风度。

机能训练对影视表演这样的再现性（生活化）表演艺术非常重要，在声乐表演中应注意和具体的声乐作品结合，注重表现性（艺术化）。

第一节 释放天性，进入角色

很多同学在琴房里唱得很好，但是一上舞台就不太另人满意了。这是因为琴房里“好”的标准多局限于“声音”，而舞台上则必须将声音和表演结合起来。但更重要的是，学生不习惯于“当众”进行艺术创造，没有学会建立良好的创作自我的状态。声乐表演和其他表演形式一样，需要表演者从自我保护、“套中人”的状态中解脱出来，从而释放创作天性，展露创造能力。

一些性格偏于内向的学生，多认为表演高不可攀，从而产生羞怯、畏惧的心理，其实大可不必。我们小时候都玩过“老鹰抓小鸡”的游戏，其实这就是表演：扮演角色，按角色的逻辑来真实地演绎。现在还有多少同学会玩“老鹰抓小鸡”这样的游戏？恐怕很少，因为那么做“很幼稚”。其实，游戏正是表演的基本状态，不仅不幼稚，而且有必要进行专门训练。

另外，也不要认为外向的人不用学习表演，内向的人学不会表演。外向者的表演容易粗枝大叶，缺少逻辑性和层次性；有很多伟大的表演艺术家都性格内向，正因这种性格，使得他们更注重挖掘表演的深度和多样性。

一、释放天性

每个好演员都要先释放天性，解决“放不开”的问题。“释放天性”是表演中非常重要的环节，简单来说就是：挣脱束缚，释放自我，体验角色，发挥自己的创造天性来表现角色。通过释放天性，我们得以达到心理和肢体的彻底放松，积极主动地投入到身体的训练和开发之中。表演能够让观众认可，并不是简单的事。戏曲行当有一句俗语，“不疯魔，不成活”，就是说不忘我就做不出戏，而达到忘我的第一步就是释放天性。并且，释放天性还可以使我们自信、积极、有气魄、有台风、有创造力。

游戏是释放天性的重要途径。游戏不仅本身就是表演，同时也让我们的表演变得简单和富有乐趣，从而让我们的态度更积极、行动更松弛、状态更活泼。

例 1.1 释放天性：指五官

规则：B 方用食指点在鼻子上，A 方说出五官（眼、鼻、耳、口、眉）的名称后，B 方迅速用

手指移到相应的位置。

说明：B方可以是一个人，也可以是几个人。游戏必须在当众的情况下进行，比如在舞台（讲台）上。同时，随机请旁观的同学对游戏效果进行评价。

这个游戏简单、有趣，可以培养同学乐于表演、善于沟通的习惯。

例 1.2 释放天性：“老鹰抓小鸡”

规则：分别扮演老鹰、母鸡和小鸡。老鹰可抓小鸡，不能抓母鸡，小鸡们躲藏在母鸡身后，母鸡保护小鸡。被抓住的小鸡要表演节目。

这个游戏也很简单，相比前一个游戏，它有了角色扮演，是表演的进一步拓展。

扩展练习

做游戏：木头人，小鱼追小虾，猎人打狐狸，狼外婆，过家家

释放天性还可以从模仿开始，这样易于上手，也可以培养学生对表演的兴趣。《老鹰抓小鸡》就可以继续拓展为“姿态模仿”的练习。

模仿是表演中的重要一环，也是进入表演状态的重要一步。这里的模仿主要侧重“形似”，在后面的章节中，模仿还会包括“神似”和行动有逻辑。

模仿可以是姿态的模仿，比如模仿动物、植物、桌子等；也可以直接模仿某个现成的节目，比如表演艺术家的唱段、相声、小品、评书小段等。

例 1.3 姿态模仿练习：动物（老鹰、猩猩等）

要点：这里练习的是动物的平时姿态，不是诸如“老鹰抓小鸡”等游戏时的姿态。练习时，要有动物的形体感觉和性格特征，形神兼备，并在行为上体现出动物的习性。比如老鹰的眼神、利爪和整体姿态的感觉要表现出来，行动的利索和气势的凶猛要体现出来。猩猩是与人类行为最为接近的一种动物，但同时也具有非常鲜明的体态特征。此处之所以选择模仿猩猩，是因为它容易给人“憨态”的视觉印象，从而锻炼学生放松心态、释放天性。在模仿猩猩的练习时，要注意引导学生不仅注意观察猩猩的体态动作，更要观察猩猩的面部表情及神态。在细节方面，最重要的一点是提醒学生认识到，猩猩搔痒的动作与人类的区别：腰线以上人类是由上到下，而猩猩是由下到上；腰线以下人类是由下到上，而猩猩则反之。