

高师专科音乐教育专业必修课程教材

教育部体育卫生与艺术教育司组编

声乐基础

(第二册)

SHENGYUE JICHU JIAOCHENG

高师《声乐基础教程》教材编写组

教程

人民音乐出版社

高师专科音乐教育专业必修课教材

教育部体育卫生与艺术教育司组编

声乐基础

(第二册)

SHENGYUE JICHU JIAOCHENG

高师《声乐基础教程》教材编写组

教程

人民音乐出版社

图书在版编目(CIP)数据

声乐基础教程. 第2册 / 高师《声乐基础教程》教材编写组编. — 北京: 人民音乐出版社, 2004. 4
ISBN 7-103-02799-4

I. 声… II. 高… III. 声乐艺术-教材 IV. J616

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第050499号

责任编辑: 郭秀芬、黄亚玲
责任校对: 张顺军

人民音乐出版社出版发行
(北京市海淀区翠微路2号 邮政编码: 100036)

Http://www.people-music.com

E-mail:copyright@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京美通印刷有限公司印刷

787×1092毫米 16开 21.5印张

2004年4月北京第1版 2004年4月北京第1次印刷

印数: 1—5,040册 定价: 33.50元

版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 如有缺页、倒装等质量问题
请与本社出版部联系调换。电话: (010) 68278400

目 录

二 年 级 一 期

导 言	(3)
声乐的生理基础(3)	(4)
一、稳定歌唱的呼吸机能与训练	(4)
(一)气息的支持与控制	(4)
(二)气息的控制与乐句的长短	(4)
(三)气息的控制与音量的强弱	(5)
(四)气息的控制与速度的快慢	(6)
(五)气息的控制与音色的变化	(8)
二、发声器官的整体运动与局部协调	(9)
(一)整体与局部的系统关系	(9)
(二)音域的扩展与声区的划分	(9)
(三)换声区与换声点	(10)
(四)声区的统一与混合共鸣的协调	(11)
发声练习	(12)
歌曲摘句练习	(14)
声乐的表演基础	(17)
一、声乐表演的基本特征	(17)
(一)三位一体的二度创造	(17)

(二)气韵生动的声腔造型	(18)
(三)神形兼备的形体动作	(18)
二、声乐表演的艺术处理	(20)
三、声乐语调处理的基本因素与技巧	(22)
(一)语调的轻重强弱	(22)
(二)语调的高低抑扬	(25)
(三)语调的快慢疾徐	(29)
(四)语调的顿挫连断	(31)
四、声乐表演的艺术形态	(35)
(一)以抒情为主的声乐形态	(35)
(二)以叙事为主的声乐形态	(36)
(三)以戏剧性为主的声乐形态	(37)
(四)以影视性为主的声乐形态	(38)

二 年 级 二 期

导 言	(43)
声乐的生理基础(4)	(44)
一、歌唱发声的生理卫生	(44)
(一)歌唱发声的生理、心理健康	(44)
(二)歌唱发声与生活制度	(45)
(三)歌唱发声与饮食	(45)
二、科学发声与嗓音保健	(47)
三、青少年的嗓音生理与保护	(48)
(一)变声期前的嗓音与保护	(48)
(二)变声期的嗓音与保护	(49)
变声期的发声器官的生理变化	(49)
变声期的年龄	(49)

变声期周期	(49)
变声期嗓音保护	(50)
四、嗓音疾患的一般治疗	(51)
(一)药物治疗	(51)
(二)手术治疗	(51)
(三)物理治疗	(52)
(四)休声、禁声	(52)
(五)嗓音矫正	(53)
五、歌唱发声错误的纠正	(54)
(一)漏气及其纠正	(54)
(二)憋气及其纠正	(55)
(三)声音低位及其纠正	(55)
(四)喉音及其纠正	(56)
(五)鼻音及其纠正	(56)
(六)颤抖及其纠正	(57)
(七)白声及其纠正	(57)
发声练习	(58)
歌曲摘句练习	(59)
声乐的教学基础	(61)
一、声乐教学的意义	(61)
(一)声乐教学是音乐教育的重要组成部分	(61)
(二)声乐教学是美育素质教育的重要手段	(61)
(三)声乐教学对促进精神文明建设具有重要作用	(62)
(四)声乐教学对音乐文化活动的开展具有推动作用	(62)
二、师范与中学声乐教学	(63)
(一)师范声乐教学简述	(63)
(二)中学声乐教学简述	(64)
三、声乐教学的原则	(66)

(一)思想性与艺术性	(66)
(二)科学性与系统性	(67)
(三)形象性与直观性	(68)
(四)实践性与理论性	(69)
(五)针对性与量力性	(70)
四、声乐教学的方法	(71)
(一)讲授法与演示法	(72)
(二)练习法与模仿法	(72)
(三)交流法与对比法	(73)
(四)听赏法与情境法	(74)
五、声乐教学的课型	(76)
(一)理论课与实践课	(76)
(二)集体课与个别课	(77)
六、童声训练	(79)
(一)童声的基本特征	(79)
(二)童声训练的目的与意义	(80)
(三)童声训练的基本内容与方法	(80)
听觉训练	(80)
姿势训练	(81)
呼吸训练	(81)
发声训练	(81)
独唱训练	(82)
合唱训练	(82)
(四)童声训练中需要注意的问题	(83)

声乐教学作品选

二年级一期曲目

1. 秋 收 (影片《白毛女》插曲) 贺敬之词 张 鲁、瞿 维曲(87)
2. 嘎哦丽泰 新疆民歌 黎英海编曲(90)
3. 手挽手 哈萨克族民歌 潘英锋编词曲 陈 平配伴奏(93)
4. 绣荷包 云南民歌 东 升配伴奏(98)
5. 草原之夜 张加毅词 田 歌曲 宋承宪配伴奏(100)
6. 玛依拉 哈萨克族民歌 丁善德配伴奏(103)
7. 妈妈教我一支歌 杨 涌词 刘 虹曲 春 林、刘 虹配伴奏(107)
8. 啊! 樱花 唐 晔词 金 波曲 黄 田配伴奏(111)
9. 三峡情 湛明明、湛泉中词 马骏英曲 黄 健配伴奏(115)
10. 乡音、乡情 晓 光词 徐沛东曲 余卓群配伴奏(120)
11. 美丽的孔雀河 瞿 琮词 郑秋枫曲(123)
12. 打起手鼓唱起歌 韩 伟词 施光南曲(127)
13. 吐鲁番的葡萄熟了 瞿 琮词 施光南曲(130)
14. 我的祖国妈妈 梁上泉词 施光南曲(135)
15. 我和我的祖国 张 藜词 秦咏诚曲 伊 彬配伴奏(139)
16. 啊! 中国的土地 孙中明词 陶思辉曲 邹建平配伴奏(142)
17. 生死相依我苦恋着你 (电视片《共和国之恋》主题歌)
..... 刘毅然词 刘为光曲 余卓群配伴奏(145)
18. 祖国, 我在你的怀抱里 张 楠词 展 澎曲 丛 铭配伴奏(148)
19. 我没有带回我的心 瞿 琮词 刘 庄、延 生曲(152)
20. 中国的月亮 石顺义词 王锡仁曲 任达敏配伴奏(158)

21. 我爱你, 塞北的雪 王 德词 刘锡津曲(162)
22. 沁园春·雪 毛泽东词 生 茂、唐 诃曲(166)
23. 紫罗兰 [意]A.斯卡拉蒂曲 尚家骧译配(172)
24. 小夜曲 [意]F.P.托斯蒂曲 尚家骧译配(177)
25. 多么幸福能赞美你 [意]G.B.博诺恩奇尼曲 尚家骧译配(184)
26. 桑塔·露齐亚 意大利民歌 [意]I.科特劳作曲 尚家骧译配(190)
27. 慕 春 乌 兰词 [奥]舒伯特曲 周 枫、丁彦博译配(193)
28. 鳟 鱼 舒巴尔特词 [奥]舒伯特曲 金 帆译配(198)
29. 悲 歌 E.加列填词 [法]马期涅曲 尚家骧译配(204)
30. 啊, 我的太阳 [意]G.卡普罗词 [意]E.卡普罗曲 尚家骧译配(206)
31. 北国之春 [日]井出博词 远藤实曲 吕 远译配 刘福安配伴奏(210)
32. 鸽 子 西班牙民歌 [西]伊拉迪尔曲 赵金平译词 非 一配歌(214)

二年级二期曲目

1. 教我如何不想他 刘半农词 赵元任曲(217)
2. 玫瑰三愿 龙 七词 黄 自曲(221)
3. 红豆词 曹雪芹词 刘雪庵曲 桑 桐配伴奏(224)
4. 小河淌水 云南民歌 黎英海配伴奏(226)
5. 茉莉花 江苏民歌 沈武钧配伴奏(228)
6. 燕 子 哈萨克族民歌 艾图瓦尔夫译词 吴祖强配伴奏(231)
7. 天下黄河十八湾 了 止词 桑 桐曲(233)
8. 曲蔓地 新疆民歌 西 彤词 辛上德配伴奏(236)
9. 在银色的月光下 塔塔尔族民歌 黎英海改编(238)
10. 谁不说俺家乡好 (影片《红日》插曲) 吕其明、肖培衍词曲 刘 庄配伴奏(241)
11. 太湖美 任红举词 龙 飞曲 姚雪华配伴奏(245)
12. 父老乡亲 石顺义词 王锡仁曲 任达敏配伴奏(247)
13. 驼 铃 任志萍词 马骏英曲(250)
14. 红梅赞 (歌剧《江姐》选曲) 阎 肃词 羊 鸣、姜春阳、金 砂曲 黎英海配伴奏(255)

15. 黑龙江岸边洁白的玫瑰花 (歌剧《傲蕾·一兰》选曲)	丁毅、田川词 王云之、刘易民曲 (258)
16. 江河万古流	苏叔阳词 王立平曲 卢音松配伴奏 (262)
17. 枉凝眉	曹雪芹词 王立平曲 霍立配伴奏 (265)
18. 蝶恋花·答李淑一	毛泽东词 赵开生编曲 (269)
19. 祖国, 慈祥的母亲	张鸿喜词 陆在易曲 (273)
20. 我爱你, 中国 (影片《海外赤子》插曲)	瞿琮词 郑秋枫曲 (276)
21. 故乡是北京	阎肃词 姚明曲 何新荪配伴奏 (281)
22. 春天的故事	叶旭全、蒋开儒词 王佑贵曲 范元绩配伴奏 (287)
23. 伏尔加船夫曲	俄罗斯民歌 凯涅曼改编 佚名译配 (292)
24. 西班牙女郎	[意]V. 奇阿拉词曲 佚名译配 (297)
25. 我爱你	海洛珊词 [德]贝多芬曲 尚家骧译配 (301)
26. 虽然你冷酷无情	[意]A. 卡尔达拉曲 尚家骧译配 (304)
27. 致音乐	肖倍尔词 [奥]舒伯特曲 邓映易译配 (308)
28. 乘着那歌声的翅膀	海涅词 [德]门德尔松曲 尚家骧译配 (311)
29. 绿树成荫	[意]G.F. 亨德尔曲 尚家骧译配 (315)
30. 世上没有优丽狄茜我怎能活 (奥菲欧的咏叹调 歌剧《奥菲欧与优丽狄茜》选曲)	[奥]格鲁克曲 喻宜萱译配 (318)
31. 你们可知道 (凯鲁比诺的咏叹调 歌剧《费加罗的婚礼》选曲)	[奥]莫扎特曲 蒋英、尚家骧、邓映易译配 (323)
32. 美妙的时刻将来临 (苏珊娜的咏叹调 歌剧《费加罗的婚礼》选曲)	[奥]莫扎特曲 蒋英、尚家骧、邓映易译配 (328)
后 记	(333)

二年级 一期

导 言

1. 通过学习,本学期侧重掌握声乐的表演基础,努力扩大演唱曲目,提高演唱水平。
2. 进一步增强歌唱呼吸与发声的能力,加强气息控制的能力,调节气息的力度变化。
3. 在中声区的基础上,适当扩展音域,女声拓宽至十二度,男声拓宽至十一度,并初步学习高声区的演唱方法,要求做到声区统一,声音连贯流畅。
4. 初步掌握声乐表演的艺术处理方法,丰富音色的表现能力。
5. 懂得歌唱的心理表现特点,注意歌唱的情感表达。

声乐的生理基础(3)

一、稳定歌唱的呼吸机能与训练

(一)气息的支持与控制

气息是歌唱的基础,歌唱中的高低强弱、快慢连顿,以及各种不同的情绪变化,都与气息运用有关。歌唱中气息的运用,不是自然呼吸所能达到的,如果说自然呼吸是一种无意识自行完成的话,歌唱呼吸则是一种有意识控制才能实现的。这种对呼吸进行控制的能力,必须要经过专门的训练才能获得。

歌唱呼吸除了要完成气体交换基本功能外,同时还要完成发声的功能。为了要唱完一个乐句,有时甚至是一个比较长的乐句,呼气的的时间就要延长,这个延长就有赖于吸气肌群的帮助。从呼气开始到完成,所有吸气肌肉不能有丝毫放松,而要始终保持吸的感觉,以支持胸廓,保持其扩大饱满状态。同时,呼气肌群做有控制地全面收缩,当收缩力量刚好超过那些由吸气肌肉来支持的胸廓扩大的力量时,胸廓就会慢慢地缩下去,歌唱中的呼吸就是在呼与吸两大肌群的这种对抗性中完成歌唱任务的。

歌唱呼吸形成的对抗就在于保持胸廓扩大产生一种力量,以支持气息完成歌唱发声。当这种对抗产生了力量作用时,腹腔需要尽力保持这种力量,有意识地进行控制,使胸廓的扩大坚持较长的时间。如果不能有效地进行控制,扩大了胸腹会很快回缩下去,横膈膜与腹肌也无法形成对抗,当然也就不能产生所需要的力度,歌唱也就无法进行。

(二)气息的控制与乐句的长短

歌唱中的乐句有长有短,不同乐句对于气息的要求是不相同的。演唱长乐句时,首先要有一个放松前提,即:呼气肌肉群完全放松,让吸气肌肉群尽可能多地参与吸气,使胸廓明显扩张,这样便能保证气息吸得深、吸得多。例如:心情愉快时的闻花,毫无准备下的受惊吓,意外的惊喜等等生理呼吸状态,都能达到放松前提下的多吸气。当然,气息量的多少,以感到适度为准。当吸入的气息有深和饱满的感觉后,再将气息均匀舒缓地送出,切不可一下把气全部吐完。从乐句的第一个音开始直到末句的最后一个音,所发出的声音响度应保持一致,不可忽明忽暗,忽强忽弱。如果气息控制得好,就能保证声音响度一致。如果忽强忽弱,说明气息控制不好,造成送出的气

息力度不均匀,声带振幅忽大忽小,导致歌声音量不均匀。另外,如果音调忽高忽低,也说明气息控制不好,及其他原因发生“跑调”。练习时应尽量做到保持气息有控制地送出,开始练习,不可练超过自身能力许多的乐句、歌曲,否则,非但达不到好的练习效果,还会形成许多不容易克服的坏毛病,如憋气、吊气,嗓音紧、卡、挤等等。可选择一些略超过自身能力的乐句、歌曲进行训练,如果是初学者,练习可在2—4拍中进行,如果有一定基础,练习可在4—8拍中进行等等。

练习长乐句时,先以中声区练习为好,然后再向低声区和高声区扩展。中声区相对高、低声区来说气息控制稍容易些,高、低声区困难些,高声区控制力度较大,低声区控制力度较小。在不同声区练习,可逐渐体会到不同声区具有不同的气息控制力度。

长乐句练习中,当从乐句的第一个音唱到最后一个音时,前后的控制力度感觉是不一样的,开始因为气息较饱满,气体本身的上升和横膈膜与腹部形成的对抗自然存在,所以控制气息的力度相对小些,但越唱到后面,由于肺部气息储量变小,胸廓回缩、横膈膜上升,与腹部形成的对抗逐渐消失,就越需要加强气息的控制,使胸廓回缩以及横膈膜与腹部的对抗消失速度减慢,以保证因对抗产生的力的作用的存在,支持气息将乐句唱完。就是说越唱到后面,气息越要有所控制。值得注意的是,控制气息不等于守住气息不动,守住不动不是控制,而是憋气。另外,唱到乐句结束时,呼气状态要随气息力度的大小和气量消耗的多少而改变,因气息呼出得多,胸腹腔也随之相应缩小,这是自然生理现象。如果气已经快用完了,还要胸腹腔保持吸气时的饱满状态,便违背了呼吸生理规律,勉强做了,只会带来相反和不良的结果。

长乐句的练习,是为了训练和加强气息控制,确保气息均匀送出,以获得平稳饱满声音的一种练习。一首歌曲,通常由长短乐句构成,在对长乐句进行练习后,不可忽视短乐句的练习。短乐句的练习目的是训练气息的灵活性。横膈膜与腹部的对抗既能快速形成,也能迅速消失,气息控制与长乐句所不同的是,长乐句在“保持”上,短乐句在“灵活”上。短乐句多见于快速、活泼、跳跃的歌曲。如果呼吸肌群不灵活,对抗和放松不能很快形成,气息送出就不流畅。没有弹性,不流畅的气息还会引起整个发声器官的紧张,包括腮、唇、舌根、喉、颈等等。短乐句的练习,重在控制呼吸肌群的迅速反应能力,跳音的练习就有助于这种能力的形成。

长乐句和短乐句是训练气息控制能力的两个方面,应结合起来训练,不可忽略其中任何一个方面,因为这是歌唱发声最基本的技能要求。

(三)气息的控制与音量的强弱

歌唱中乐句的强弱起伏形成了歌唱的音量变化,强弱的变化与气息控制有密切关系。一般来说,唱强音时,气息量大,力度强;唱弱音时,气息量小,力度相对弱一些。

唱强音需要较多的气息和较强的力度,这是因为强音的产生依赖于较大的共鸣音响的缘故。一个声音是否响亮,要看它是否获得了各共鸣腔的共鸣。如果能把喉咽腔、口咽腔、鼻咽腔和口腔都充分打开,让带有基音的气流在这些共鸣腔体中畅通无阻地通过,便能引起这些共鸣腔体的共振,有了这些共鸣腔体的共振,就能发出洪亮、丰满、圆润的强音。共鸣腔体的打开,需要

气息来支持,就是让气息充满打开了的腔体。同时,还要让共鸣腔体里的气息流动起来。

唱强音的这种气息要求,如果运用不好,往往会产生用气和用力不平衡现象。有的因用气过多,力度难以控制,有的因控制力度太大,气息憋住了。这些过多的气息和过大的力度,因超过了发声的正常需要,往往使发声器官负担增加,造成咽、喉、舌等的紧张和僵硬,使发出的声音近似喊叫。

唱弱音时,气息控制比唱强音要难,因为无论将声音唱弱到什么程度,最终要让听众听得到,听得清楚,且悦耳动人。唱弱音既要用气用力,又不能使流出的气息量过大,力度过猛;而没有一定的气息和力度,又不能使共鸣腔体获得共鸣。没有共鸣音响的弱音,既没有色彩又传送不远。弱音的演唱与强音的演唱,原理是一样的。不同的是不能像唱强音那样气息量大,力度强。它的气息量与力度应该是:一定的气息量(以不感到憋闷为准)均匀而舒缓地流入各共鸣腔体,然后用一定的力度(一种韧劲,舒展的感觉)将经过各共鸣腔体的气流送出去,就能获得音量不强,但富有共鸣的音响,有同强音一样丰满、圆润、柔和、有色彩的弱音效果。

唱弱音要注意的是,不可把可变共鸣腔体口、咽腔缩小。如果缩小,会影响声流通向鼻咽腔和鼻腔。不论在哪一声区,共鸣腔体的打开与气流的流动都是不可忽视的。尤其是口咽这个可变共鸣腔体,因为它是下接喉咽腔、上连鼻咽腔的腔体,它的调节直接影响着声音的质量。唱弱音结束句时,共鸣腔体的打开仍然要保持,以保证声音结束在有共鸣音响的高位置上。高音区的弱音比低音区的弱音演唱要困难得多。低音区演唱,气息力度较高音要弱一些,气息控制相对容易些。演唱高声区弱音时,气息流量不能大,但气息力度要大,这就给气息控制增加了许多困难,这是一个难度比较大而又细致的工作,练习时切不可操之过急。

歌唱中还有着渐强渐弱的变化,渐强的演唱方法是,在发声过程中逐渐增强气息量的输送和逐渐加强气息的控制力度,唱渐弱的方法与唱渐强的方法相反。

强和弱是相对的,没有弱就没有强,不能盲目地追求声音的“响”、“强”。强弱是歌唱艺术的艺术表现需要,是歌唱训练的又一基本功。

(四)气息的控制与速度的快慢

不同的歌唱速度对气息有不同的要求,快速时,气息呼出的流速快,流量大,吸入空气时,速度也要求快捷。快速度的歌曲,通常表现的是热烈、高亢、激昂、欢乐等情绪。旋律线多以级进、小跳组成:



快速歌曲的这些特征,给气息的控制提出了较高的要求,气息的吸入和呼出动作都需要十分的敏锐,既要保持呼气肌群与吸气肌群快速形成对抗,又要在瞬间获得放松以使空气被吸入,气息

的控制是在积极、灵活、有弹性的状态下完成的。

如果演唱以级进为主的快速乐句时,从低音到高音,又从高音到低音,气息控制的感觉是不一样的。例如:



开始是在低音起音,呼与吸两组肌肉的对抗运动比较缓和,逐渐唱高,就会感觉到对抗的紧张程度逐渐加强。从高音逐渐唱低时,感觉相反,紧张状态渐渐缓和。这种快速的乐句,没有灵活、积极的气息控制,是无法唱好的。如果感觉唱不动,不能达到快速的要求,说明气息僵住了没有流动。演唱的要求是保持积极、兴奋状态,让呼、吸肌群处于一种既放松又紧张的状态,这样就有可能使气息积极、流动,有弹性地发出快速的声音。

如果演唱跳进旋律乐句时,气息的控制又有所不同。一般从低音向高音跳跃时,为了能使发声器官在瞬间进行调节(以适应高声区的发声状态),可在向上跳进时采用渐弱的方法,渐弱的过程中,心里想着音阶,如唱:



心里想成:



待“滑”到高音时,发声器官已调节完毕,再用气息把声音送出去,这是一个很细致的过程,需要很小心地去练习。当然,有些跳跃不能运用这个方法,这是因感情表达的要求决定的。表现愤怒、勇敢的情感,需要渐强的音量和较大的气息力度。但上述方面,作为基础训练是可行和必要的。

演唱慢速度的歌曲,气息控制总的来说要求平稳,气息呼出量均匀舒缓,吸入空气充分、量足。速度慢的歌曲通常表现的是忧伤、辽阔、赞美、颂扬等情绪,这些特征要求气息的控制力度要很强,发声时呼与吸两大肌群形成的对抗力量不能有丝毫放松。因为要使气息均匀呼出,就必须加强这种对抗力量,如果不能保证这种对抗力量,吸入的空气会很快呼出、勉强发声,就会造成喉部发声器官的紧张。加强这种对抗力量,注意还要保证气息流畅地呼出,如果气息不能流畅地呼出,说明气息被憋住了,例如,演唱:

