



声乐教学 与作品演唱

主编 王微 邱环东 刘姗姗 何依霖



声乐教学与作品演唱

主 编 王 微 邱环东 刘姗姗 何依霖

东北大学出版社

·沈 阳·

© 王 微等 2014

图书在版编目 (CIP) 数据

声乐教学与作品演唱 / 王微等主编. —沈阳: 东北大学出版社, 2014.8

ISBN 978-7-5517-0769-5

I. ①声… II. ①王… III. ①声乐艺术—教学研究 ②歌唱法—研究 IV. ①J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 193610 号

出 版 者: 东北大学出版社

地址: 沈阳市和平区文化路 3 号巷 11 号

邮编: 110819

电话: 024—83680267(社务室) 83687331(市场部)

传真: 024—83680265(办公室) 83680178(出版部)

网址: <http://www.neupress.com>

E-mail: neuph@neupress.com

印 刷 者: 沈阳中科印刷有限责任公司

发 行 者: 东北大学出版社

幅面尺寸: 185mm×260mm

印 张: 15.75

字 数: 380 千字

出版时间: 2014 年 6 月第 1 版

印刷时间: 2014 年 6 月第 1 次印刷

组稿编辑: 孙 铎

责任编辑: 汪彤彤

责任校对: 叶 子

封面设计: 刘江旸

责任出版: 唐敏志

ISBN 978-7-5517-0769-5

定 价: 35.00 元



2012声乐教学音乐会现场演出



王微，1985年毕业于沈阳音乐学院师范系，2002年9月—2004年7月参加沈阳音乐学院硕士研究生班学习。现任辽阳职业技术学院音乐系教授，辽宁省音乐家协会会员，辽宁省儿童音乐家学会理事，中国民族管弦乐学会会员。2007年主持《声乐》精品课建设，被评为院级精品课；2009年被学院评为优秀专业带头人。

曾有多篇论文在省级以上刊物发表并获奖。1995年统稿编写辽宁省中师音乐专业班教材，获省教育厅教材建设突出贡献奖；任副主编的师范(高职、高专)教材《声乐艺术与合唱指挥》于2005年由河海大学出版社出版。主持的省教育厅科研立项《优化高师声乐教学体系的改革研究》于2006年获省教育厅科研成果奖。

从事声乐教学工作二十余年，培养了许多优秀声乐人材。有些学生已考入专业音乐院校。还有一些学生参加国家、省、市各级比赛及演出，成绩显著，如：学生吴珈慧在2010年参加中央电视台“元宵”晚会，首唱歌曲《把春天吵醒了》；学生叶森2007年获全国首届少儿电视演唱大赛优秀歌手奖；2003年学生吴佳璇、李佳欣首唱歌曲《雪娃娃》《谢谢妈妈》在中国第五届少儿声乐大赛获奖，并录制VCD全国发行。2007年荣获文化部、中央电视台举办的全国少儿声乐电视大赛优秀指导教师奖。



邱环东，从教以来历任辽阳职业技术学院音乐系声乐钢琴教研室主任、音乐教研室主任、音乐系副主任，现任音乐系主任兼音乐教育专业带头人。辽宁省音乐家协会会员，辽宁省民族音乐家协会会员。1992年毕业于沈阳音乐学院音乐教育专业；1998年9月—1999年7月参加中央音乐学院硕士研究生班学习。

主讲课程：钢琴 作曲 作品分析 即兴伴奏



刘姗姗，1999年考入辽宁师范大学音乐系，2003年考入沈阳音乐学院声乐系就读研究生，2006年硕士研究生毕业。现任辽阳职业技术学院音乐系讲师，辽阳市音乐家协会会员，曾获辽宁省优秀声乐指导奖，曾在辽宁省高校专业技能竞赛中荣获“园丁奖”，并多次参加省市级演出活动。论文《谈在音乐教学中如何培养学生的想象力与创造力》、《从歌剧弄臣看威尔第的创作特点及演唱风格》于2011年发表。



何依霖，2006年考入中国音乐学院钢琴系钢琴演奏专业，师从旅美钢琴家关常新副教授。2012年考取中国音乐学院钢琴系硕士研究生，师从钢琴系副主任张柯瑶教授。

随着国家社会经济的不断发展和人们对音乐教育的重视与投入,音乐教育理念也在不断更新,其中声乐教学也在蓬勃发展,日新月异。为了适应音乐教育声乐学科的教学改革,我们编写了这本供音乐教育专业使用的声乐教材。

本书共由三个部分组成:第一部分为声乐基础知识,系统学习声乐理论与发声训练,精讲的声乐理论与精确的插图,便于学生直观、形象地学习歌唱发声。第二部分为发声练习与声字结合练声曲,选取儿歌片段练声,有的放矢地进行演唱过渡,结合以汉语语音为标准归纳的十三种韵辙,编者谱写了十三首练声曲,针对歌唱中咬字吐字规律进行专项训练,有助于学生的歌唱字正腔圆。第三部分为声乐作品选,选取了由浅入深的儿童歌曲、中外声乐曲,在中外声乐曲的后半部分特为程度较高的学生设置的拓展练习曲目,能有效地激发他们的学习热情。同时,歌曲中相应的演唱提示部分对于学生更好地学习、训练有很好的指导作用。其中儿童歌曲有利于激发学生对少儿音乐教育的兴趣,为更好地掌握声乐技能技巧打下良好基础。艺术歌曲无论是创作方面还是表现方面,侧重表现人的内心世界,曲调表现力强,启发学生用歌声塑造鲜明的音乐形象。

本教材适合于师范专业(高职、高专、中职)及一般本、专科院校的声乐教学。教师在使用本教材时,应遵照循序渐进的教学原则灵活选用。希望本书能够对声乐教学及声乐爱好者有所帮助。

王微编写内容:负责全书统稿编写;第一章全部;第二章第一节发声练习;儿童歌曲34首;中外声乐作品1首~20首。邱环东编写内容:中外声乐作品21首~65首。刘姗姗编写内容:中外声乐作品66首~110首。何依霖编写内容:第二章第二节声字结合练声曲;中外声乐作品111首~130首。

在本书的编写过程中曾得到《音乐生活》杂志主编、我国著名作曲家晓丹老师的亲自指导,在此向他表示衷心的感谢!特向出版过程中给予帮助的辽阳市音协副主席兰安德老师及各位朋友表示诚挚的谢意!限于编者的水平,书中难免有不当之处,恳请各位同仁及声乐爱好者提出宝贵意见和建议。

编者

2014年6月16日

第一章 声乐基础知识

第一节 声乐学习的基本原则与教学法	3
一、声乐学习者应具备的条件	3
二、声乐学习的基本原则	3
三、声乐教学的主要方法	3
第二节 歌唱器官与歌唱姿势简介	4
一、歌唱器官的生理构造	4
二、歌唱姿势	7
第三节 人声的分类与音域	8
一、童声的分类与音域	8
二、成人声音的分类与音域	9
第四节 歌唱的呼吸与发声	10
一、呼吸对歌唱的作用	10
二、歌唱呼吸的种类	10
三、歌唱呼吸的训练	11
四、歌唱呼吸的运用	11
五、歌唱发声的原理	12
第五节 歌唱的共鸣	12
一、共鸣腔的区分与运用	13
二、歌唱时的状态及喉头位置对共鸣的影响	13
三、如何获得声音的高位置	13
四、歌唱共鸣的训练	14
第六节 歌唱中的语言	15
一、汉语语言的三要素	15
二、歌唱中咬字吐字的规律	16

三、歌唱语言中的十三辙	17
第七节 美声唱法的学习与运用	19
一、美声的发音原则	19
二、歌唱技巧的运用	19
第八节 民族唱法的学习与运用	22
一、民族唱法的形成和发展	22
二、民族唱法的技巧与运用	22
三、民族唱法演唱的几点建议	23
第九节 声乐曲体裁简介	24
一、中国民歌	24
二、艺术歌曲	24
三、歌剧咏叹调	25
四、通俗歌曲	26
第十节 歌曲艺术处理的步骤与方法	26
一、歌曲艺术处理的步骤	27
二、歌曲艺术处理的方法	28
第十一节 教学术语的分析与理解	30
第十二节 不良嗓音的纠正	31
第十三节 歌唱心理在演唱和教学中的作用	32
一、歌唱心理是否平衡的因素及影响	33
二、克服不良的歌唱心理是成功演唱的前提	33
三、良好的注意品质是任何活动的基础	34
四、意志品质的培养是“战胜自我”的好办法	34
五、用“内心听觉”使歌声更美	34
第十四节 少儿声乐教学	35
一、以唱歌激趣，抓基本功训练	36
二、根据少儿的生理特点，科学进行声乐训练	36
三、在声乐教学中应注重培养学生的理解力与表现力	37
四、参加各类演出及声乐比赛，提高学生的整体素质	38
第十五节 嗓音的保护	39
一、树立正确观念，科学用嗓	39
二、嗓音保健卫生常识	39
三、青少年变声期的嗓音保养	40

第二章 发声练习与声字结合练声曲

第一节 发声练习	45
一、哼鸣练习	45
二、连音练习	46
三、跳音练习	47
四、母音转换练习	48
五、扩展音域练习	50
六、咬字吐字练习	51
第二节 声字结合练声曲	52
一、发花类	53
二、梭波类	53
三、乜斜类	53
四、一七类	54
五、姑苏类	54
六、怀来类	54
七、灰堆类	55
八、遥条类	55
九、由求类	55
十、言前类	56
十一、人辰类	56
十二、江阳类	57
十三、中东类	57

第三章 声乐作品选

儿童歌曲

1. 摇啊摇	韩德常改词作曲	61
2. 秋天	[美] 露西尔·佩贝克词曲	61
3. 我老师像妈妈	佚名词曲	61
4. 小鼓响咚咚	刘燕及词 李重光曲	62
5. 拔萝卜	鲍恩珠曲	62
6. 走路	陈镒康词 苏勇 王平曲	63

7. 好妈妈	潘振声词曲	64
8. 小青蛙	蒋文美词	65
9. 植树歌	艾乐词曲	65
10. 小毛驴	佚名词曲	66
11. 小蜜蜂	德国儿童歌曲	66
12. 虫儿飞	林夕词 陈光荣曲	67
13. 祖国, 祖国我们爱你	潘蓉词 潘振声曲	67
14. 小乌鸦爱妈妈	孙牧词 何英曲	68
15. 我是草原小画家	王宝柱词 何仲涛曲	69
16. 泥娃娃	台湾童谣	70
17. 洋娃娃和小熊跳舞	波兰歌曲	71
18. 世上只有妈妈好	蔡振南词 林国雄曲	71
19. 雪娃娃	胡宏伟词 晓丹曲	72
20. 歌声与微笑	王健词 谷建芬曲	73
21. 小螺号	傅林词曲	74
22. 童心是小鸟	韩景连词 平安俊曲	75
23. 谢谢妈妈	丁晓春词 晓丹曲	76
24. 我多想看看	王宝柱词 呼格吉夫曲	77
25. 妈妈格桑拉	张东辉词 敖昌群曲	78
26. Do-Re-Mi	[美] O·哈默斯坦词 [美] R·罗杰斯曲	80
27. 幸福像金达莱一样	刘崇仁词 晓丹曲	81
28. 我们美丽的祖国	张名河词 晓丹曲	82
29. 嘀哩, 嘀哩	望安词 潘振声曲	83
30. 采蘑菇的小姑娘	晓光词 谷建芬曲	84
31. 拾稻穗的小姑娘	孙必泰词 颂 今曲	85
32. 让我们荡起双桨	乔羽词 刘炽曲	86
33. 采一束鲜花	肖伟词、丛者甲词 晓丹曲	87
34. 小背篓	欧阳常林词 白成仁曲	88

中外声乐曲

1. 花非花	[唐] 白居易词 黄自曲	89
2. 握别	李叔同词 [英] J·P 奥特威曲	89
3. 摇篮曲	克劳谛乌斯词 [奥] 舒伯特曲	90
4. 茉莉花	江苏民歌	91
5. 大海啊故乡	王立平词曲	91
6. 二月里来	塞克词 冼星海曲	92
7. 在那遥远的地方	王洛宾词曲	93

8. 草原上升起不落的太阳	内蒙古民歌 美丽其格词曲	94
9. 喀秋莎	[苏] 伊萨科夫斯基词 [苏] 勃兰切尔曲	95
10. 掀起你的盖头来	维吾尔族民歌	95
11. 幸福在哪里	戴富荣词 姜春阳曲	96
12. 赶牲灵	陕北民歌	97
13. 可爱的一朵玫瑰花	哈萨克族民歌	98
14. 跑马溜溜的山上	四川康定民歌 江定仙编曲	99
15. 南泥湾	贺敬之词 马可曲	100
16. 长城谣	潘子农词 刘雪庵曲	101
17. 故乡的小路	陈克正词 崔蕾曲	102
18. 鼓浪屿之波	张藜 红曙词 钟立民曲	103
19. 思乡曲	瞿琮词 郑秋枫曲	104
20. 雁南飞	李俊词 李伟才曲	105
21. 月之故乡	彭帮楨词 刘庄、延生曲	106
22. 摇篮曲	[德] 勃拉姆斯曲 钊锥国 简化合唱	107
23. 纺织姑娘	俄罗斯民歌 何燕生译词 张玫配歌	108
24. 红河谷	加拿大民歌 范继淹译配	109
25. 同一首歌	陈哲 胡迎节词 孟卫东曲	110
26. 红豆词	曹雪芹词 刘雪庵曲	112
27. 雪绒花	[美] O·哈默斯坦词 [美] R·罗杰斯曲	113
28. 铁蹄下的歌女	许幸之词 聂耳曲	114
29. 红莓花儿开	[苏] 伊沙科夫斯基词 [苏] 杜那耶夫斯基曲	115
30. 不要责备我吧, 妈妈	俄罗斯民歌 陈铎译词 于文涛配歌	116
31. 嘎达梅林	内蒙古民歌	117
32. 牧羊姑娘	邹荻帆词 金砂曲	118
33. 永远是朋友	任卫新词 刘青曲	119
34. 飞吧, 鸽子	洪源词 王立平曲	120
35. 小河淌水	云南民歌	121
36. 莫斯科郊外的晚上 ...	[苏] 米·马都索夫斯基词 [苏] 瓦·索洛维约夫曲	121
37. 我和我的祖国	张藜词 秦咏诚曲	122
38. 梅娘曲	田汉词 聂耳曲	123
39. 共和国之恋	刘毅然词 刘为光曲	124
40. 情深谊长	王印泉词 臧东升曲	125
41. 美丽的草原我的家	火华词 阿拉腾奥勒曲	126
42. 五星红旗	天明词 刘青曲	127
43. 爱在天地间	邹友开词 孟庆云曲	128

44. 玛依拉	哈萨克族民歌	129
45. 渔光曲	安娥词 任光曲	130
46. 难忘今宵	乔羽词 王酩曲	131
47. 好日子	车行词 李昕曲	132
48. 妈妈教我一支歌	杨涌词 刘虹曲	133
49. 孤独的牧羊人	[美] O·哈默斯坦词 [美] R·罗杰斯曲	134
50. 牧羊曲	王立平词曲	136
51. 梧桐树	杨展业词 奚其明曲	137
52. 亲亲的茉莉花	阎肃词 孟庆云曲	138
53. 今天是你的生日, 中国	韩静霆词 谷建芬曲	139
54. 伊犁河月夜	高俊词 徐锡宜曲	140
55. 啊! 中国的土地	孙中明词 陶思耀曲	141
56. 祖国, 慈祥的母亲	张洪西词 陆在易曲	142
57. 愿你有颗水晶心	凯传词 王酩、朱钟堂曲	143
58. 教我如何不想他	刘半农词 赵元任曲	144
59. 渔家姑娘在海边	黎汝清词 王酩曲	145
60. 日月和星辰	陈奎及词 郭成志曲	146
61. 祖国之爱	张藜词 秦咏诚、李延忠曲	147
62. 长城永在我心中	高泽顺词 陆祖龙、王晓君曲	148
63. 思恋	维吾尔族民歌	149
64. 说句心里话	石顺义词 士心曲	150
65. 美丽的西班牙女郎	[意] V·奇阿拉词曲	151
66. 红梅赞	阎肃词、羊鸣、姜春阳、金砂曲	155
67. 黄水谣	光未然词 冼星海曲	156
68. 在银色的月光下	新疆塔塔尔族民歌	157
69. 故乡是北京	阎肃词 姚明曲	158
70. 前门情思大碗茶	阎肃词 姚明曲	160
71. 母亲	张俊以、车行词、戚建波曲	162
72. 在那桃花盛开的地方	郭大为、魏宝贵词 铁源曲	163
73. 父亲	车行词 戚建波曲	164
74. 天路	屈塬词 印青曲	165
75. 燕子	哈萨克族民歌	166
76. 我爱你, 塞北的雪	王德词 刘锡津曲	167
77. 映山红	陆柱国词 傅庚辰曲	168
78. 你好吗	阎肃词 刘青曲	169
79. 荷花梦	江雪词 王志信曲	170

80. 江山	晓光词 印青曲	171
81. 人间第一情	易茗词 刘青曲	172
82. 穿军装的川妹子	韩伟词 孟庆云曲	173
83. 江河万古流	苏叔阳词 王立平曲	174
84. 我亲爱的	[意] G·乔尔达尼词 尚家骧译配	175
85. 又唱浏阳河	郭天柱词 邓东源曲	178
86. 大地飞歌	郑南词 徐沛东曲	179
87. 我爱这蓝色的海洋	胡宝善、王传流词 胡宝善曲	180
88. 在那东山顶上	苍央嘉措词 张千一曲	181
89. 我像雪花天上来	晓光词 徐沛东曲	182
90. 望月	国风词 印青曲	183
91. 报答	石顺义词 羊鸣曲	184
92. 珊瑚颂	单文、胡士平词 王锡仁曲	185
93. 节日欢歌	贺东久词 印青曲	186
94. 儿行千里	车行词 戚建波曲	188
95. 蓝色爱情海	樊孝斌词 印青曲	189
96. 我爱你, 中华	苏阿芒词 敖昌群曲	190
97. 祝福祖国	清风词 孟庆云曲	191
98. 长鼓敲起来	李洁思词 金凤浩曲	192
99. 红旗颂	车行词 戚建波曲	193
100. 情歌	黄维若、冯伯铭词 徐占海、刘辉曲	194
101. 清晰的记忆	田农词 践耳曲	195
102. 芦花	贺东久词 印青曲	196
103. 美丽的心情	张名河词 孟庆云曲	197
104. 七月的草原	宋斌廷词 尚德义曲	198
105. 我们的祖国歌甜花香	王持久词 郭 峰曲	199
106. 跟你走	张 建词 左翼建曲	200
107. 我爱你, 中国!	瞿 琮词 郑秋枫曲	201
108. 松花江上	张寒晖词曲	202
109. 沁园春·雪	毛泽东词 生茂、唐柯曲	203
110. 古老的歌	王持久词 朱嘉琪曲	204
111. 孟姜女	中国民歌 刘麟编词 王志信编曲	205
112. 二月里见罢到如今	陕北民歌 向春编曲	208
113. 长江之歌	胡宏伟填词 王世光曲	209
114. 谁不说俺家乡好	肖培珩词 吕其明曲	210
115. 啊! 我的太阳	G·卡普罗词 [意] 蒂·卡普阿曲	211

116. 大森林的早晨	张士燮词	徐沛东曲	215
117. 三套车	俄罗斯民歌	高山译词 宏扬配歌	216
118. 乡音乡情	晓光词	徐沛东曲	217
119. 长大后我就成了你	宋青松词	王佑贵曲	218
120. 一杯美酒	维吾尔族民歌	艾克拜尔曲	219
121. 黑龙江岸边洁白的玫瑰花	丁毅田、田川词	王云之、刘易民曲	220
122. 阳光路上	甲丁词	张宏光曲	221
123. 昭君出塞	刘麟词	王志信曲	222
124. 我为共产主义把青春贡献	阎肃词、羊鸣、姜春阳、金砂曲		224
125. 美丽家园	石顺义词	王咏梅曲	226
126. 祖国，我为你干杯	刘麟词	关 峡曲	228
127. 军营飞来一只百灵	赵思思词	姜一民曲	229
128. 清粼粼的水来蓝莹莹的天	胡 沙、田川词	马 可曲	230
129. 我亲爱的爸爸	[意] 普契尼曲	蒋 英、尚家骧、邓映易译配	232
130. 献身艺术 献身爱情	[意] 普契尼曲	蒋 英、尚家骧、邓映易译配	235

第一章

声乐基础知识

教学内容和要求

本章旨在学习基本的发声原理及演唱技巧，加强学生的音乐修养，培养歌曲演唱的音乐感。为适应音乐教育教学打下坚实基础，掌握与声乐相关的理论，如歌唱器官的生理构造、呼吸、咬字吐字等。确立完整、系统、科学的发声方法。了解不同的声乐作品体裁，提高对歌曲的分析与处理能力，在正确的艺术观指导下，训练学生较好地掌握歌唱呼吸与共鸣的原理及运用，培养学生正确理解和表现作品思想感情的能力，达到声情并茂的演唱效果。科学用嗓，了解用嗓卫生，从而对嗓音做到有效的保护。



第一节 声乐学习的基本原则与教学法

声乐是一门艺术，艺术有其自身的规律、原则和科学性，但它不是纯科学。人的歌唱活动是大脑对参与发声器官有效调控的结果，所以在声乐教学中，要注意多方面能力的培养，使其演唱更完美。

一、声乐学习者应具备的条件

- ① 具备较强的听觉能力，有良好的乐感。
- ② 具备良好的语言表达能力，吐字清晰。
- ③ 具备良好的音乐记忆力，是歌唱活动顺利进行的保障。
- ④ 具备一定理解声乐作品的能力，能更好表达歌曲的思想感情。
- ⑤ 具备健康的歌唱心理，能够有效调控发声器官。
- ⑥ 具备一定的肢体语言表达能力，使演唱声情并茂，增强音乐表现力。

二、声乐学习的基本原则

① 嗓音的保护是声乐学习中重要的内容，它贯穿在整个声乐教学及演唱活动中，良好的嗓音是音乐教育专业学生未来从教最重要的保障。

② 声乐学习是塑造人体与生俱来的“乐器”——嗓音的过程，也是培养对自身“乐器”的把握能力的过程。其目的是使歌唱发声更完美。

③ 循序渐进，有目的、有计划地进行有效练声，不要急于求成，每次练声时间不超过40分钟，每天不超过2小时。

④ 声乐学习的关键是用好气息，气息是歌唱的动力。

⑤ 声音共鸣训练关键要有良好的歌唱状态，要用可看到的腔体打开带动不可见的腔体打开，然后依照内心感觉调整共鸣，从而获得有气息支持的高位置声音。

⑥ 声乐是实践性较强的学科，要多参加舞台演出，提高表演能力。

⑦ 学习有关声乐理论，是获得科学演唱方法的途径，也为音乐教育专业学生未来从教打下坚实的理论基础。

三、声乐教学的主要方法

声乐教学的目的是在正确的艺术观指导下，循序渐进地训练学生掌握歌唱呼吸与共鸣的原理及运用，培养学生正确地理解和表现作品思想感情的能力。

目前，声乐教学使用的教学方法很多，但归纳起来，大致可分为以下几种。

① 讲授法：是用语言向学生传授知识的方法，适合声乐理论教学。

② 练习法：是在教师指导下，学生反复练习，从而提高技能技巧的教学方法，适合发声训练及歌曲演唱教学。