

一 | 学 | 就 | 会 演唱系列

民歌 演唱技巧

杨玲 高杨 吴为◎编著

理论
技巧
经典曲目



一 | 学 | 就 | 会 演唱系列

民歌 演唱技巧

杨玲 高杨 吴为◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

民歌演唱技巧 / 杨玲编著. -- 北京 : 现代出版社,
2015. 1

(一学就会演唱)

ISBN 978-7-5143-3095-3

I. ①民… II. ①杨… III. ①民歌—歌唱法 IV. ①J616.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 292071 号

系列策划: 霍长和

责任编辑: 江骅谕

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮 编: 100011

电 话: 010-64267325 64245264 (传真)

网 址: www.1980xd.com

电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 北京诚信伟业印刷厂

开 本: 210×285mm 1/16

印 张: 13.5

版 次: 2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5143-3095-3

定 价: 40.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

目 录

第一单元 民族声乐理论预习	(1)
一、民族声乐发展概述	(2)
二、民族声乐教师的选择	(3)
三、嗓音毛病的诊断与嗓音保护	(3)
四、经典民族声乐作品简介	(5)
五、著名民声演唱家简介	(6)
第二单元 基本乐理知识	(8)
一、基本音级	(8)
二、音符的高低	(8)
三、音符的长短	(9)
四、休止符	(10)
五、半音与全音	(10)
六、切分音	(10)
七、附点音符	(11)
八、节奏	(11)
九、节拍	(11)
十、单节拍与复节拍	(12)
十一、调	(13)
十二、常见的简谱符号	(15)
十三、常用音乐术语	(17)
第三单元 民族声乐演唱技巧	(19)
一、对歌唱呼吸的基本认识与歌唱支点的建立	(19)
二、对共鸣腔体的基本认识与歌唱通道的构建	(21)
三、对歌唱声音的基本认识与高位置声音的理解	(24)
四、对歌唱情感的基本认识与歌唱情感的演绎	(28)
五、对唱字的基本认识与字正腔圆	(33)
六、对民族歌曲的基本认识与歌曲风格、韵味的阐释	(36)
七、对民族声乐“表演”的基本认识和对“神形兼备”的解读	(38)

第四单元 学习民族声乐的常用作品 (40)

女儿歌 (40)

我爱你，塞北的雪 (41)

知道不知道 (43)

太湖美 (44)

绣红旗 (45)

绣荷包 (46)

愿亲人早日养好伤 (47)

边疆的泉水清又纯 (48)

枉凝眉 (49)

想给边防军写封信 (51)

珊瑚颂 (52)

叫一声哥哥你快回来 (53)

映山红 (54)

人说山西好风光 (55)

红梅赞 (57)

梅花引 (58)

借月光再看我的家乡 (59)

三十里铺 (61)

长大后我就成了你 (62)

唱支山歌给党听 (64)

祖国你好 (65)

我的家乡沂蒙山 (66)

说聊斋 (67)

走西口 (69)

想延安 (70)

天边有颗闪亮的星 (72)

荷花梦 (73)

赶牲灵 (74)

渔家姑娘在海边 (75)

党啊，亲爱的妈妈（京歌） (76)

风调雨顺的中国 (78)

梧桐树 (80)

小河淌水 (81)

送给妈妈的茉莉花	(81)
九里里山圪塔十里里沟	(83)
二月里见罢到如今	(85)
一杯美酒	(86)
长相知	(88)
一道道水来，一道道山	(89)
祖国，永远祝福你	(90)
心上人像达玛花	(92)
我赞美你，骆驼	(93)
清粼粼的水来蓝莹莹的天	(95)
妈妈，您快留步	(97)
山丹丹开花红艳艳	(99)
遍插茱萸少一人	(102)
又唱浏阳河	(103)
崖畔上酸枣红艳艳	(105)
火把节的欢乐	(107)
边疆处处赛江南	(108)
纳西篝火啊哩哩	(111)
情歌	(113)
绣荷包	(114)
芦花	(117)
飞出这苦难的牢笼	(118)
桃花红，杏花白	(120)
江山	(123)
祖国之恋	(124)
亲吻祖国	(125)
红旗颂	(127)
金光一缕	(128)
绒花	(129)
为你歌唱	(130)
放风筝	(131)
峡江情歌	(133)
断桥遗梦	(135)
马桑树儿搭灯台	(137)
蓝色爱情海	(138)

沂蒙山，我的娘亲亲	(139)
故乡土，故乡路	(141)
长鼓敲起来	(143)
美丽神奇的地方	(144)
溜溜的竹排溜溜的漂	(145)
来香巴拉看太阳	(147)
天路	(149)
飞天	(151)
美丽的心情	(153)
水姑娘	(155)
阿妹出嫁	(157)
拾彩贝	(158)
望月	(160)
说给大海	(161)
我的珠穆朗玛	(163)
小白菜	(165)
母亲河，我喊你一声妈妈	(167)
恨是高山，仇是海	(169)
走西口	(171)
海风阵阵愁煞人	(174)
兰花花	(177)
七月的草原	(180)
啊！我的虎子哥	(181)
帕米尔，我的家乡多么美	(182)
没有强大的祖国，哪有幸福的家	(184)
那就是我	(187)
孟姜女	(188)
山寨素描	(192)
万里春色满家园	(194)
军营飞来一只百灵	(198)
八月十五月儿明	(200)
寻找楼兰	(203)
唱给你一支歌	(206)

现代民族声乐艺术是艺术皇冠上一颗璀璨的明珠，她沉淀着中华优秀传统文化丰厚的历史底蕴，也折射出借鉴国外声乐科学的奇异色彩。

中国民族声乐艺术根植中华沃土，是中华各民族共同培育的艺术奇葩。她展示了中华民族的悠久历史，彰显了中华民族的精神特质，阐释了中华民族的民族情愫。因此，她富有极强的生命力、吸引力和感染力。为方便学习民族声乐，掌握民族声乐演唱技艺和演唱方法，现将民族声乐演唱的有关知识介绍给广大民族声乐爱好者。

第一单元 民族声乐理论预习

一、民族声乐发展概述

中华民族是具有悠久歌唱传统的民族。

远在夏、商、周时代，歌唱就非常盛行。春秋时期，孔子编辑的《诗经》，是中国古代第一部北方民歌总成；战国时期，屈原创编的《楚辞》，是南方民歌总成；跨越朝代，周时的《易经》中也收录有商代的部分民歌。当时的楚国就有“人唱一曲，可得千人和唱”的宏大歌唱场面。

汉武帝时代，朝廷专门设立了“乐府”的音乐机构，并推出了如《胡笳十八拍》等结构复杂、有民族管弦乐伴奏的汉曲；同时期还出现了如《相和歌》一人唱三人唱的民歌演唱形式。

盛唐时期，民族声乐艺术得到了空前的繁荣。不仅有了五言和七言绝句的演唱形式，大型的歌舞乐表演，还有了如“善歌者，必先调其气，氤氲至脐间出，至喉乃噫其词，即分抗坠之音，即得其术，即可致遏云响谷之妙也”的有关演唱技巧的论述，也有了关于歌唱情感的批评。

到了宋代，词成了主要的歌唱形式。此时的诸宫调等说唱和宋杂剧（戏曲形态），也都相继成熟，南宋时期“琴歌”的词曲谱流传至今。这期间，还涌现沈括《梦溪笔谈》等一批民族声乐论著。

元代是民族声乐艺术发展的鼎盛时期，这一历史时期的元曲，在民族声乐发展史中占有重要的位置，涌现出关汉卿、王实甫等著名元代戏曲作家，创作出一批如《窦娥冤》，《望江亭》，《西厢记》及《单刀会》等传世之作。同时期的南戏中，还出现了对唱、接唱（轮唱）和众人合唱等演唱形式；这一时期也出现了我国最早的论唱专著《唱论》。

明代有大批民族声乐理论专著问世，如朱权的《词林须知》、魏良辅的《曲律》、王骥德的《方诸馆曲律》和沈宠绥人的《度曲须知》。同期，以昆山腔为代表的四大声腔的崛起，对各地方戏曲的发展发挥重要的作用。

清代的民族声乐艺术比以往更加繁荣，除昆腔、高腔、梆子和皮簧四大声腔，还有以京剧为代表的地方戏曲三百多种；说唱艺术也出现了鼓词、评弹、琴书等上百种曲种。这时出版的戏曲理论专著有李渔的《闲情偶寄》、徐达椿的《乐府传声》、王德晖、徐沅澄的《顾误录》等。

近一个世纪以来，和着我军作战部队的节奏与频传的胜利捷报，在中国共产党领导下，革命根据地的群众歌咏活动如大江奔流势不可挡，民族声乐艺术之树就是在这种艺术氛围中得以不断地成长壮大。

歌唱承载着历史，历史促推着歌唱。纵观中国民族声乐艺术几千年的发展史，可以发现中国民族声乐艺术的发展仰赖于民歌、说唱和戏曲艺术的发展；不同演唱种类和演唱形式，又得益于演唱技艺和演唱方法的不断提高得以流传与推广。

新中国建立后，在戏曲、说唱等艺术形式不断创新普及的同时，各种体裁、题材的民族歌剧、新民歌和填新词反映人民群众生活及思想情感的民歌如雨后春笋般涌现出来，极大地丰富了民族声

乐艺术宝库。特别是进入改革开放新的历史时期，在宣扬社会主义核心价值观、传递正能量、编织中国梦的历史重任感召下，民族声乐艺苑中更是万花绽放，姹紫嫣红。

但在上个世纪 80 年代前，随着社会的不断进步，相对于异彩纷呈的民族声乐艺术作品，民族声乐的演唱技艺和演唱方法的发展却显滞后。为更好地顺应时代潮流，满足人民群众日益增长的文化需求，遵循民族声乐艺术自身特点及规律，立足民族语言、民族音乐和民族审美，民族声乐从业者在继承传统民族唱法的同时，大胆借鉴美声唱法的演唱技艺和演唱方法，努力探索出一条全新的民族声乐发展之路，即现代民族声乐艺术发展之路。这条路不仅大写着“科学性”、“民族性”、“艺术性”和“时代性”的标识，更将民族声乐推向了艺术发展的春天。

二、民族声乐教师的选择

学习民族声乐唱是一个系统工程，有什么样的工程师就会有什么样的“建筑”，换言之，有什么样的教师就会有什么样的学生。学习民族声乐的过程，是一个不断的心理调适和生理调整的过程，这个过程比较漫长，一旦适应了某位教师的教学，有了毛病再改起来相当吃力。因为经过一段时间的训练后，已经已经形成固定的概念，而且呼吸、发声器官及共鸣腔体已适应先前的调整状态。废除旧观念，确立新概念，打破旧状态，建立新状态不仅非常耗时，而且也非常费力。凡是有经验的教师，宁可教一个从未学过声乐的人，也不愿意教一个浑身尽是毛病的人。可见，对于初学民族声乐的朋友来说，正确地选择教师是必要的、也是非常重要的。“选对行业，成就一生；选对教师，智慧一生”。

那么，学习民族声乐演唱，究竟要选择怎样的声乐教师呢？

1. 初级教师：一定要受过民族声乐高等教育或从事舞台专业民族声乐演唱；有一定教学经验、能用钢琴引导学生顺利完成发声练习。

2. 中级教师：一定要受过民族声乐高等教育的民族声乐工作者或从事舞台专业民族声乐演唱 10 年以上，并有教学经验的；能够把科学的发声方法传授给学生的；能够把作品情感内涵讲授给学生；能用钢琴为学生伴奏。

3. 高级教师：一定是从事高等民族声乐教学、具有丰富教学经验；能把科学的歌唱方法融入教学活动中、能进行教学示范；能详尽解析作品、诠释作品情感内涵、能指导学生声情并茂演唱；能用钢琴对学生进行艺术指导。

教师的选择要视具体条件而定，这里仅提出建议，供学习时参考。

三、嗓音毛病的诊断与嗓音保护

嗓音，是世界上最珍贵的乐器；嗓音，对于从事声乐演唱的人来说就是立业之本。嗓音包括声带、与声带相关联的发声腔体及头部共鸣腔。

相对于其他声种，好的嗓音对于从事民族声乐演唱的人来说，显得尤为重要的主要原因在于：民族声乐要求，演唱时声音要靠前、音色要甜美、音质要纯净。因此，加强对嗓音的保护对于从事民族声乐演唱，是特别重要和非常必要的。

嗓音保护的概念涵盖两层意思：

1. 从广义上来说，主要指加强对上呼吸道的保护。因为，上呼吸道系统的某一环节出现毛病，

势必影响嗓音的正常发挥。

影响嗓音的上呼吸道疾病有：

咽炎。咽炎可使咽部有灼烧感，造成咳嗽，使声带长期处于充血状态。

喉炎。喉炎可使喉部及声带受累，若治疗不及时，可诱发声带小结，倘是发展成慢性喉炎，可导致声带肥厚；

扁桃体炎。扁桃体发炎不仅能造成咽喉肿痛，而且还会酿成声带严重充血，

四是支气管炎。凡患此类疾病者，如病情不重可少唱，但要注意尽管喉检看不出声带的变化，可声带的背面始终处于充血状态。

鼻炎、鼻窦炎。鼻炎、鼻窦炎可使鼻腔及整个头腔共鸣腔体堵塞，从而严重影响共鸣腔体的整体效能。

上述炎症均可通过中西医药物治疗、中西医物理治疗或手术治疗得以康复。但对扁桃体的手术治疗，需持谨慎态度，因这类手术效果在声乐界尚无明确定论。

2. 从狭义上来说，主要是指对声带的保护。因为，声带一旦出现问题，轻则影响歌唱，重则断送艺术生命。因此，对声带保护就是对艺术生命的珍爱，万万不可小视。

常见的声带毛病有：

声带小结。声带小结是声带边缘前 1/3 处或中 1/3 处，左右对称生出的结状突起物，此病易复发，患者大都为女性。主要症状：轻者唱高音费力、重者声音嘶哑声带闭合不全。造成此类疾病的原因：慢性咽炎、急慢性喉炎、声带发炎、真假声的掺和度有问题和女演员在月经期过度练声或过度演唱。

声带息肉。声带息肉是声带一侧边缘中 1/3 处，膨出表面光滑、具有囊肿式的隆起物，甚至整条声带都有水肿。声带息肉是喉科多发病，患者男女都有。主要症状：声音嘶哑、声带闭合不上、演唱时喉头严重漏气。造成此类疾病的原因：多是练声或演唱时过度用嗓，讲话时声带过于松弛。

声带出血。声带出血大都发生在练声或演唱中，表现为喉咙突然不适，嗓音突然变调，这时，喉检会发现声带上有出血点。病灶的位置是不固定的，或单侧或双侧，尽管对嗓音构不成威胁，但若出现反复极易形成小结。患者多为女性。造成此类疾病的原因：精神刺激、用嗓过度、女演员月经前几天演唱量过大等。

上述疾患在声休或禁声的前提下，可采用物理疗法治疗：西医有红外线、电刺激、冷冻、热敷、激光、超声波、磁疗等；中医有针灸、耳针、推拿、按摩等。一般不主张手术治疗，否则，极易造成声带疤痕。

那么，究竟怎样做才能确保嗓音和声带的健康呢？

1. 要用科学的发声方法去指导练声、去指导演唱：这里涵盖，要有正确的呼吸、正确的喉头摆放、正确的发声方法和正确的声音位置；

2. 生活要有规律，要有健康的体魄。要保证充足的睡眠，适时增减衣物，少食油腻辛辣物，练声前尽量不饮用过冷或过热的饮品，演唱前不高声讲话，不吸烟、不酗酒，更不能醉酒后飚歌。有人说喝酒唱歌嗓门亮，其实那是酒后声带充血造成的假像，酒后唱歌极易诱发声带水肿、声带出血、

声带息肉和声带小结等声音顽疾。

3. 要有乐观向上的精神状态。保持乐观向上的精神状态,对于从事民族声乐演唱具有十分重要的意义,她不仅可以激发生理机能,从而快速建立起完整的声音通道,还可以迅速进入歌曲规定的意境中;不仅可以唱出“余音绕梁、三日不绝”的韵味来,更能给观众带来赏心悦目的快慰。

四、经典民族声乐作品简介

《我的祖国》是电影《上甘岭》的主题歌,创作于1956年。乔羽作词,刘炽作曲,郭兰英演唱。

影片《上甘岭》讲述的是在抗美援朝战争中中国人民志愿军在极其艰苦的条件下奋勇杀敌的英雄故事。这首主题歌唱出志愿军战士对祖国、对家乡的无限热爱之情和英雄主义的气概。歌词真挚朴实,亲切生动。前半部曲调委婉动听,三段歌是三幅美丽的图画,引人入胜。后半部是副歌,混声合唱与前面形成鲜明对比,仿佛山洪喷涌、一泻千里,尽情地抒发战士们的激情。

《南泥湾》这首曲子诞生在延安,是以马可为主要创作人的团队作品。1943年春节,延安鲁迅艺术学校的秧歌队来到南泥湾,向三五九旅的英雄们献上新编的秧歌舞《挑花篮》,《南泥湾》是其中的插曲。此曲旋律优美、抒情,热情歌颂了开荒生产建立功勋的八路军战士,热情赞扬了在战士的勤奋工作下,荒凉的南泥湾改造成了美丽的好“江南”的翻天覆地的巨大变化。全曲可分为对比性的两个部分,前半部分曲调柔美委婉,后半部分欢快跳跃,最后采用五度上行的甩腔手法结束全曲。歌曲吸收了民间歌舞的音调和节奏,加上载歌载舞的表演形式,融抒情性与舞蹈性为一体,更加生动感人。

《江山》是同名电视剧《江山》的主题曲,晓光作词、印青作曲、彭丽媛演唱。这是一首弘扬社会主义主旋律的经典之作,作品歌颂了中国共产党“立党为公、执政为民”的宗旨。

该作品曾在2004年中央电视台春节联欢晚会、2009年首都各界庆祝中华人民共和国成立60周年大会、2011年庆祝中国共产党成立90周年文艺晚会《我们的旗帜》等党和国家重大庆祝活动中唱响。

《春天的故事》,蒋开儒、叶旭全词,王佑贵曲。1994年10月,音乐电视《春天的故事》在中央电视台播出,获央视第二届音乐电视大赛金奖。很快,《春天的故事》传唱大江南北,红遍中国。这首歌被选入大型文献纪录片《邓小平》,获1995年中宣部“五个一工程奖”、中国音乐最高奖“金钟奖”,成为获得国家级奖项最多的真正的“金曲”。歌曲那深厚的寓意、优美的音乐和独特的艺术表现手法,成为对中国当代变迁的最典型音乐表达和主旋律歌曲的范本,成为深圳音乐的重要里程碑。

《难忘今宵》,这首饱含情感的合唱歌曲,是1984年春晚剧组邀请著名词作家乔羽和曲作家王酩联手创作,由李谷一演唱。从1984年到2014年,唱响了二十几年的春晚。最初几年都是李谷一领唱,后来成为群星演绎。放在晚会的结尾作为收场,颇能博得满堂彩。《难忘今宵》越唱越久,越唱越经典,已经成了每年春晚大宴的一道经典菜,必不可少。

《在希望的田野上》,是20世纪80年代初流行的歌曲,陈晓光作词 施光南作曲曾经作为共青团中央推广的歌曲之一,并作为1984年“建国35周年大庆”活动的集体舞歌曲,在80年代的青年当中影响很大。是著名民族声乐表演艺术家彭丽媛的经典曲目。

《谁不说俺家乡好》,是拍摄于1961年的电影《红日》中的插曲。影片取材于1947年的“孟良

崮之战”，这场闻名中外的惨烈战役，对交战双方有着存亡续绝的意义。1947年5月13日到16日三天的时间里，72万军人在孟良崮决一死战。多年后，在孟良崮树起了一座永久性纪念物——孟良崮战役纪念碑，以铭记在战役中为了解放战争胜利不惜牺牲的人们。

2007年10月24日18时05分成功发射升空的“嫦娥一号”月球卫星，搭载了31首歌曲，《谁不说咱家乡好》名列其中。

五、著名民声演唱家简介

郭兰英，女，1929年12月生，山西平遥人。中国著名女高音歌唱家，晋剧表演艺术家、歌剧表演艺术家、民族声乐教育家，被称为“一代宗师”。曾任中国文联第四届全国委员，中国音乐家协会第二、三届理事。1982年，告别舞台，到中国音乐学院任教。1986年，在广东番禺创办郭兰英艺术学校，任校长。

郭兰英为中国民族新歌剧和现代民歌演唱艺术的创立与发展作出了开拓性、历史性的重大贡献。曾荣获中国首届“金唱片奖”、首届中国电影音乐特别贡献奖、中国歌剧表演艺术终身成就奖、第七届中国音乐金钟奖终身成就奖等。2009年国庆六十周年之际，被评为“新中国60年文艺界十大影响力人物”。

李谷一，1944年11月10日出生于云南省昆明市官渡区，中国著名民族声乐表演艺术家、国家一级演员。李谷一是建国后华语乐坛的开创性人物，在国内首倡通俗唱法，贡献之大，只有华语乐坛的歌后邓丽君（中国台湾）可以与之比肩。李谷一本是湖南花鼓戏演员，后调入中央乐团担任独唱演员，在五十余年的从艺生涯中，她演唱了七百多首歌曲，其中四十多首歌曲在海内外广泛流传，如《知音》、《乡恋》《边疆的泉水清又纯》，《妹妹找哥泪花流》等。1986年，她创建中国轻音乐团并担任团长。1988年她被美国传记协会列入《世界杰出人物录》。1996年她获美国ABI协会颁发的“世界艺术家成就奖”。

吴雁泽 1940年出生于山东淄博。我国著名男高音歌唱家、民族声乐表演艺术家。1964年，毕业于中国音乐学院声乐系。全国政协委员、中国文联副主席、中国音协党组书记、国家一级演员，享受国务院颁发的“政府津贴”。

发表声乐表演艺术论文多篇，并出版专著《我的演唱技术、技巧的形成》。录制有声乐专辑录音带、激光唱片。出版有盒式录音《吴雁泽独唱歌曲选》。1995年，获中国“金唱片”奖。首唱代表作声乐套曲《英雄的大别山》，歌曲《清江放排》《一湾湾流水》《龙舟竞渡》，以及创造性演唱的《草原上升起不落的太阳》，已成为男高音广为传唱的优秀曲目。

彭丽媛，1962年11月20日出生于山东菏泽郓城。我国著名民族声乐表演艺术家，中国第一位民族声乐硕士，国家一级演员。连续当选第八届、九届、十届全国政协委员。2005年，当选中华全国青年联合会副主席，2009年，担任中国人民解放军总政治部歌舞团团长。曾任中国音乐家协会理事，中国歌剧研究会副主席，全国妇联执委；担任，中国音乐学院客座教授，北京大学、上海师范大学兼职教授。

宋祖英，1966年8月13日生于湖南。我国著名民族声乐表演艺术家，中国人民解放军海军政治部文工团团长，中国音乐家协会副主席，国家一级演员，享受国务院“政府津贴”。中国音乐学院民

族声乐专业毕业，在职研究生学历，民族声乐博士学位。第九届全国人大代表，第十、十一、十二届全国政协委员，全国青联常委、全国妇联执委、中国文联委员。曾先后 5 次在海外举办个人音乐会 10 场，她还是一位连续放歌世界杯、奥运会、世博会、亚运会、大运会的歌唱家。

吴碧霞，湖南常德人。抒情花腔女高音歌唱家，民族声乐表演艺术家。中国音乐学院教授，硕士研究生导师，国务院政府特殊津贴专家，第十一届、第十二届全国人大代表，中国音乐家协会理事，第十一届中国妇女代表大会代表，全国青联委员。多年来系统的声乐训练和对大量声乐作品的学习与探索，使她同时掌握了演唱中国声乐作品与外国声乐作品两种不同风格的声乐演唱方法，是中国首位将中国民族唱法和西洋美声唱法集于一身，并获得了最高国际奖项的歌唱家。

第二单元 基本乐理知识

在人类历史的长河中，人们为了能使音乐保留下来，并且便于学习与交流，创造出各种各样的记谱方法。我们唱歌，或者演奏某一种乐器，仅仅靠记忆，或者是口传心授都是不够的，必须要有乐谱。按照作曲家提供的乐谱，才能演奏和演唱出美妙动听的音乐。也由于有了乐谱，才使得很多的优秀作品流传下来。

简谱是记谱法一种。由于它简单明了、通俗易懂，在记谱、读谱上比较方便，因此在我国普及和推广音乐方面曾经而且仍在发挥很大的作用。不过由于它记谱有不少局限，而且现在世界上绝大多数国家又都不用它，我们应当创造条件推广、普及五线谱，以利于提高音乐水平及与世界各国进行音乐文化交流。

简谱是用阿拉伯数字 **1 2 3 4 5 6 7** 来记录音高的一种记谱法，这种记谱法是法国修道士苏埃蒂 1665 年提出来的。后来，将它加以改进和积极推广的竟然是法国著名哲学家、文学家卢梭。由于这种记谱法不便于记录多声部的、复杂的音乐，在欧洲几乎从未普及过。1882 年前后，美国人梅森到日本讲学时把它传入日本，19 世纪曾一度在日本学校通用过，不过后来他们也不用了。清朝末年，简谱通过留日学生传入我国。1904 年，沈心工编写的“学校唱歌法”一书出版，曾风行一时，从此简谱便在我国普及开来。

一、基本音级

八度内有固定唱名的七个音称为基本音级。同时也可称做音符。

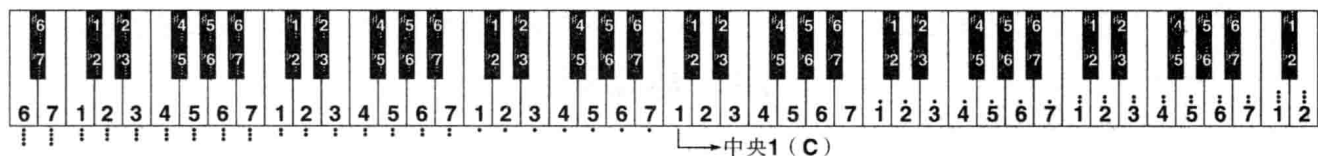
标记: **1 2 3 4 5 6 7**

唱法: do ri mi fa sol la si

在各个基本音级的上面加一小圆点，表示高八度演唱，加两个圆点表示高两个八度；反之，在下面加一个圆点，表示低八度演唱，加两个圆点表示低两个八度。广义上说音乐里总共就有 7 个基本音级。简谱中要想准确地表示音的绝对高度，还要应用调号标记。调号标记是用 $1 = F$ 、 $1 = G$ ……等来表示的。

二、音符的高低

简谱的数字符号，如 **1 2 3 4 5 6 7** 就表示不同的音高。在钢琴键盘上可以很直观地理解音符和音高。以 $1 = C$ 为例：



钢琴上的琴键由黑键和白键组成，共有 88 个。上图标示出这 88 个键盘以及对应的音符标记和音高。现在重点看黄线框里面的音符——7 个白键和 5 个黑键。搞懂了这 12 个音符和位置规律就可以将所有 88 个键盘掌握了。

黄线框里面的音符上下都不带圆点的一般叫中音区音符。记忆时应先将中央 1 (c) 牢记在心——这可以说是所有 88 个键盘位置的基础。这 7 个白键子就是如我们通常唱的 **1 2 3 4 5 6 7** 这 7 个音符。那么 5 个黑键呢？请看下面有关半音/全音的解释。

黄线右面的音符上边出现圆点的，则表示要将该音升高一个音组，俗称“高 8 度”。出现加两个圆点就表示将该音升高两个音组，以此类推。在音符下边出现圆点的，则表示要将该音降低一个音组，即“低 8 度”。出现加两个圆点就表示将该音降低两个音组，以此类推。

用手依次弹上面各组键盘，你会直观地感到音的“高低”。

三、音符的长短（时值）

音符有不同的长度，如下表。

音符名称	标记	时值 4/4
全音符	5 - - -	四拍
二分音符	5 -	二拍
四分音符	5	一拍
八分音符	<u>5</u>	半拍
十六分音符	<u><u>5</u></u>	四分之一拍
三十二分音符	<u><u><u>5</u></u></u>	八分之一拍

上例可以看出：音符的时值主要用横线标记，横线有标注在音符后面的，也有记在音符下面的，横线标记的位置不同，被标记的音符的时值也不同。从表中可以发现一个规律，就是：标记音高的数字本身代表四分音符，要使音符时值延长，在四分音符右边加横线“—”，这时的横线叫延时线，每一个横线代表一个四分音符，延时线越多，音持续的时间（时值）越长。要使音符时值缩短，在四分音符下面加横线，可称为缩时线，每一个横线缩短 $\frac{1}{2}$ 时值，音符下面的横线越多，该音符时间越短。

四、休止符

音乐中除了有音的高低，长短之外，也有音的休止。表示声音休止的符号叫休止符，用“0”标记。通俗点说就是没有声音，不出声的符号。

休止符与音符基本相同，也有6种。但一般直接用0代替增加的横线，每增加一个0，就增加一个四分休止符的时值。通常所用的休止符如下：

全休止符：0 0 0 0

附点全休止符：0 0 0 0 0 0

二分休止符：0 0

附点二分休止符：0 0 0

四分休止符：0

附点四分休止符：0·

八分休止符：0

附点八分休止符：0·

十六分休止符：0

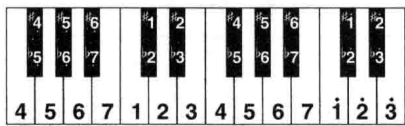
附点十六分休止符：0·

三十二分休止符：0 (下加三横线)

附点三十二分休止符：0· (下加三横线)

五、半音与全音

音符与音符之间是有“距离”的，这个距离是一个相对可计算的数值。在音乐中，相邻的两个音之间最小的距离叫半音，两个半音距离构成一个全音。表现在钢琴上就是钢琴键盘上紧密相连的两个键盘就构成半音，而隔一个键盘的两个键盘就是全音。



白键位置上的3和4之间、7和1之间构成半音；1和2之间，2和3之间，以及4和5、6和7之间构成是全音。1和2之间隔着一个黑键，1和2与这个黑键都构成半音。

六、变化音

将基本音级升高或降低得来的音，就是变化音。将音符升高半音，叫升音，用“#”（升号）表示，一般写在音符的左上方，如下所示：

#1 #2 #3 #4 #5 #6 #7

基本音级降低半音，用“b”（降号）表示，同样写在音符的左上方：

b1 b2 b3 b4 b5 b6 b7