

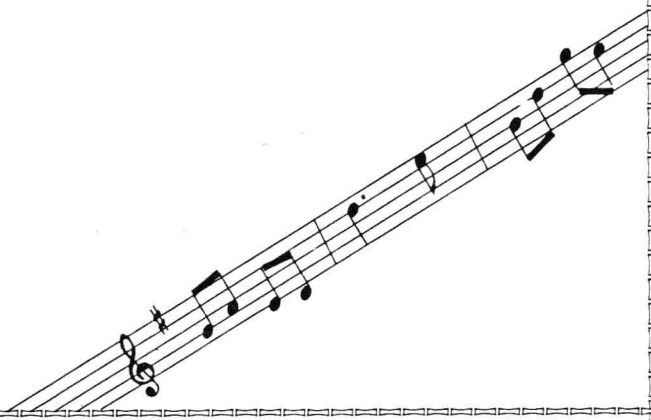
怎样读谱开歌
怎样演唱流行歌曲
怎样演唱卡拉OK

流行歌曲演唱入门

李维平 李保英 著

谨以此书

献给投身音乐事业的朋友和所有喜爱
流行歌曲的歌迷朋友们。



(豫)新登字 07 号

流行歌曲演唱入门

李维平 李保英 著

责任编辑：西 溪

中原农民出版社出版发行(郑州市农业路 73 号)

印刷：河南省书刊印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 印张 7 字数 150 千字

1994 年 6 月第 1 版 1994 年 6 月第 1 次印刷

印数 1—3000 册

ISBN7—80538—598—X/I·291

定价：5.00 元

序

国内有个刊物叫《流行歌曲》，真可谓是十分流行，大概没有一个喜爱音乐的人不知晓它深受歌迷的喜爱，也颇为专家好评。这里的编辑部的编辑们刻苦钻研，努力工作，使之成为全国音乐刊物的佼佼者，我非常钦佩这把子年青人，而编辑部的主编即是李维平同志。

我对这本刊物是很关注的，因为工作关系，常和维平同志打交道，久而久之我们便成了朋友。他在大学里学的是声乐专业，毕业后又从事了声乐教学工作，积累了大量声乐教学经验。调编辑部后，工作之余，他刻苦钻研，常年不辍，撰写的《论音乐刊物的社会功用》获河南省出版协会优秀论文奖；他编辑的《中国流行金曲 100 首》、《难忘的歌》、《流行热曲 100 首》等歌曲集，畅销全国。他结合自己近些年来的丰富经验，潜心研究流行音乐与流行歌曲的演唱方法，并与从事声乐专业的夫人李保英合著了这部《流行歌曲演唱入门》，其精神可敬、可贺。

在流行歌曲突飞猛进发展的今天，中国像这样的音乐理论书籍，我认为还是太少了。应该让更多的有知识、有经验的教师、理论家去研究一下流行歌曲演唱的科学性。

《流行歌曲演唱入门》这本书，重点讲解了流行歌曲的

演唱方法与技巧。长期以来，由于一直没有演唱流行歌曲方面的书籍，许多喜爱唱歌的年青朋友，不了解、不懂得其里面的一些基本方法，因此，进步很慢。这部书系统地叙述了流行歌曲演唱的发声、呼吸、吐字、共鸣等方法。该书侧重流行唱法的实际运用，侧重自学自唱，侧重通俗易懂，是广大歌迷朋友学习演唱流行歌曲所需的一部好书。

徐沛东

1994年1月12日於北京

目 录

序	徐沛东(1)
---------	--------

第一部分 流行歌曲的演唱与发声技巧

第一章 练唱流行歌曲须知	(2)
一、学习发声技巧的必要性	(2)
二、歌唱状态	(3)
三、养成轻声歌唱的习惯	(3)
四、耳要勤听	(3)
五、脑要勤想	(4)
六、嗓要勤练	(4)
七、手要勤记	(4)
第二章 歌唱器官及其呼吸、发声原理	(5)
一、歌唱器官的构造	(5)
二、歌唱呼吸、发声的原理	(7)
第三章 流行歌曲演唱中的呼吸	(9)
一、呼吸的方法	(9)
二、呼吸方法的练习	(13)
三、呼吸时的支点	(26)

□ 流行歌曲演唱入门 □

四、歌唱中的换气方法	(28)
第四章 歌唱的共鸣运用	(33)
一、歌唱共鸣的原理	(33)
二、人体的共鸣腔	(33)
三、演唱中如何获得共鸣	(34)
四、混合共鸣的运用	(40)
第五章 流行唱法的发声法与技巧练习	(41)
一、歌唱发声的基本要求	(41)
二、发声练习时应注意的几点	(42)
三、流行唱法的发声练习	(42)
第六章 流行唱法的咬字、吐字	(62)
一、流行唱法的咬字、吐字特点	(62)
二、流行唱法的咬字、吐字应注意的问题	(77)
第七章 流行歌曲的演唱方法	(88)
一、流行歌曲的演唱类型	(88)
二、流行歌手的风格与个性	(90)
三、流行歌曲的演唱步骤	(104)
第八章 演唱中常见的毛病	(106)
一、行腔咬字方面的问题	(106)
二、气息方面的问题	(109)
第九章 如何保护嗓子	(112)
一、歌唱方法方面	(112)
二、生活制度方面	(112)
三、饮食卫生方面	(113)
四、生理和心理方面	(113)
五、健康不佳对歌唱的影响	(114)

第十章 怎样演唱卡拉 OK	(114)
一、什么是卡拉 OK	(115)
二、卡拉 OK 伴唱技巧	(116)
三、卡拉 OK 演唱的动作	(119)
四、卡拉 OK 演唱应注意的问题	(120)

第二部分 怎样读谱开歌

第十一章 乐谱	(124)
一、音的高低	(124)
二、音的长短	(134)
第十二章 音的节奏、节拍、速度	(140)
一、节奏	(140)
二、节奏型	(141)
三、节拍	(142)
四、小节、小节线	(143)
五、拍号	(144)
六、节拍的种类	(151)
七、弱起、弱起小节、切分音	(156)
八、音乐的速度	(162)
第十三章 歌曲中常用的记号	(166)
一、变音记号	(166)
二、连音记号	(168)
三、反复记号	(169)
四、力度记号	(171)

五、延长记号	(172)
六、断音记号	(173)
七、装饰音记号	(174)
八、其它类型的记号	(175)
第十四章 音程	(176)
一、音程 旋律音程 和声音程	(176)
二、音程的级数和音数	(177)
三、自然音程	(178)
四、协和音程与不协和音程	(182)
第十五章 调式	(183)
一、调式与主音	(183)
二、调式音阶与调式音级	(185)
三、大、小调式	(186)
四、怎样识别调式	(188)
五、调与调性	(189)
六、怎样定调	(189)
第十六章 读谱开歌的方法	(191)
一、视唱的意义	(191)
二、音准的基本练习	(191)
三、节奏、节拍的基本练习	(192)
四、节拍的混合练习	(197)
五、附点音符的基本练习	(200)
六、休止符的基本练习	(205)
七、切分音的基本练习	(207)
八、三连音的基本练习	(210)
九、综合练习	(213)

第一部分

流行歌曲的演唱与发声技巧

流行歌曲与其它艺术门类一样，是音响的艺术，是听觉的艺术，是表达思想情感的一种艺术形式。它具有深刻的表现力和强烈的感染力，以美动人，以情动人，从而引发人们的情感共鸣。

流行歌曲具有贴近生活的歌词，现代气息的节奏，通俗易懂上口的旋律和新颖独特的创作方法，所以深受大家的喜爱，尤其是青年朋友的青睐。

流行唱法的最大特点就是声音自然，给人以真实、亲切、朴素之感。自然的声音并非“天然”就行，必须要学习流行歌曲的演唱方法，去了解 and 掌握科学的发声、合理的呼吸、良好的共鸣、正确的咬字、吐字以及准确的情感处理等，使你的歌声更加动人，更具魅力。

第一章 练唱流行歌曲须知

一、学习发声技巧的必要性

什么是流行唱法？流行唱法主要是指：以自然发声为主的演唱方法，它的特点是以声传情，以情带声，声情并茂；不过分追求声音的共振，发声近似说话的自然位置，给人以真实、亲切、朴素之感。它来源于生活，贴近生活。

有些朋友认为，唱流行歌曲，只要乐感好，唱的有味就行，不需要花费很多时间和精力学习与研究。这些想法是极为错误的。唱歌不仅仅是情和味，还要有声，情必须通过声来得以表达，所以，我们决不能忽视歌唱技巧的学习和训练。

如果我们掌握了正确的发声之后，如唱高音时，就显示出学习之后的优越性了，演唱中就能很轻松、很自然地把高音唱出，并且还可以根据歌曲本身所要求的感情，来变换不同的音色进行演唱。而没有学过正确发声的朋友，到了唱高音时，就显得紧张，喉头上提，气息不通，憋得脸红脖子粗也唱不上去，就算勉强唱上去，声音也不好听，并显得很费劲。

实际上许多著名歌星，都有较好的音乐基础。要么学习

过美声唱法，要么学习过民族唱法等，音乐的修养比较全面。比如我们所熟悉的毛阿敏、韦唯，以及台湾的苏芮、费翔等人都属于这类歌星。他们的歌声刚柔并举、张弛相济，在发声技巧方面，掌握的都比较好。台湾歌星邓丽君，成名后并不满足，她专程赴日本接受了5年严格、正规的训练，终于成为“世界级”歌星。所以，学习流行唱法也必须了解发声的原理及方法，正确地认识各个发声器官，在歌唱中的作用及形式，这样在歌唱中才能灵活地组织和运用它们，使歌曲唱得更加动听、完美。

二、歌唱状态

初学唱歌的朋友，首先要注意歌唱发声时的表情是否正确恰当，根据发声吐字的需要，多用口、鼻同时吸气，吸气后横膈膜感到紧张，但应有弹性，腰部挺扩而不僵硬；下巴放松、舌头放平、喉头稳定、面带微笑、精神振奋。

三、养成轻声歌唱的习惯

轻声歌唱是统一声区，获得高音的有效方法，是通向理想歌声的手段之一。特别是对初学声乐的人来说，轻声练唱尤为重要。轻声练唱，能很快地建立起良好的歌唱习惯，减轻喉头的负担，使声音顺利地进入头腔；轻声练唱，还能仔细地体会声音振动的部位，从而使歌声连贯、协调和统一。

四、耳要勤听

声乐是训练发声技巧和声音表现的一门学问。声音既看不见又摸不着，人们要识别它的好坏，唯一的办法只有锻炼和培养自己的耳朵，依靠听觉的鉴别和帮助，更好地操纵和

改善自己的声音，促使声乐技术得到巩固和发展。

要多听著名歌星的演唱，分析他们发音的高低、音色的明暗、振动的部位，以及风格和表现等等。吸取优点，弃其不足，逐渐将好的声音概念和感觉，在头脑里巩固起来，从而建立起正确的歌唱概念。

五、脑要勤想

在锻炼和培养听觉的同时，应不断进行思考和分析，要学会分析事物的方法，养成分析事物的习惯，分析各种不同声音是怎样产生和形成的。只有认真地探索出它们的原因，才能更好地克服缺点、发扬优点。

六、嗓要勤练

声乐是一门技术性很强的课程，仅从理论上懂得一些歌唱技巧和方法是不够的，必须遵照正确的理论和方法，进行反复的实践和锻炼，才能使我们的歌声达到运用自如的程度。因此，我们要提高发声能力，掌握歌唱技巧，就必须练嗓子，但在练嗓时，应注意科学地安排好练习时间，即每天练习次数要多，每次练习时间要短。对初学唱歌的朋友来说，每次练习时间在15分钟到20分钟为宜。随着发音能力的增强，再逐步增加时间。总之，每次练习在时间上和精力上都应留有余地，要保持歌唱兴趣和新鲜感。切勿练得精疲力尽、声嘶力竭。

七、手要勤记

在学习过程中，我们会有很多有益的经验，亦有不少失败的教训。经验要总结，教训要吸取，并且要防止它再犯。

为此，要求初学的朋友养成记录学习心得的习惯。将感性认识上升为理性知识，从而反过来再指导自己的歌唱。

以上练唱须知，我们应认真遵循，这将对声乐技巧的发展、声乐水平的提高和感情的表现等方面，起到积极的作用。

第二章 歌唱器官及其呼吸、发声原理

无论学习哪种唱法，首先应该了解歌唱器官的构造和呼吸发声的一般原理，从而有助于我们学习、掌握歌唱发声器官运动的基本规律。

一、歌唱器官的构造

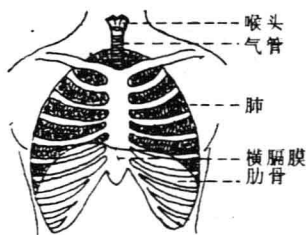
歌唱器官是由呼吸器官、发声器官、共鸣器官、咬字、吐字器官组成。（见下图）

1. 呼吸器官：口、鼻、咽、喉、气管、支气管、肺部和横膈膜等。横膈膜位于胸腹之间，吸气时，中心下沉，胸腔容量增加，使肺部吸入空气；呼气时，横膈膜提起，胸腔容量减少，气息从肺部向外排出，它的作用很像一个风箱，起着呼吸空气的作用。

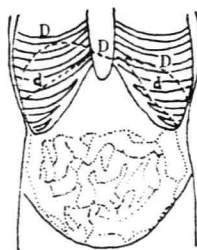
2. 发声器官：包括喉头、声带等。声带位于喉头的中间，吸气时，两声带分开；呼气发声时，两声带靠拢。

3. 共鸣器官：口腔、鼻腔、头腔（蝶窦、额窦等）、

呼吸与发声器官

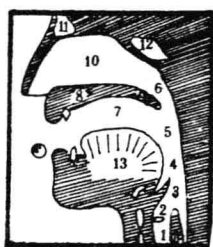


图(2-1) 喉部以下呼吸器官简图



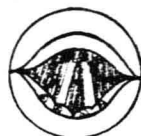
DD —— 呼气时横膈膜的位置
dd —— 吸气时横膈膜收缩的位置

图(2-2) 呼吸时横膈膜的位置图



1 气管 2 喉头声带 3 喉口 4 喉咽腔
5 口咽腔 6 鼻咽腔 7 口腔 8 硬腭
9 软腭 10 鼻腔 11 额窦 12 蝶窦 13 舌

图(2-3) 头部共鸣器官图



(甲) 吸气时



(乙) 呼气发生时

图(2-4) 声带的运动状态图

胸腔、喉腔和咽腔等。歌唱时，依靠这些共鸣腔体的共鸣作用，扩大和美化声音。

4. 咬字、吐字器官：唇、舌、齿、牙、喉、软腭、硬腭等。这些是咬字、吐字形成歌唱语言的器官。

以上各种器官是相互联系、相互制约的，从而构成了一个有机的、不可分割的歌唱发声的整体。

二、歌唱呼吸、发声的原理

当我们唱歌时，由于向外呼气，这就使气息对声带产生冲击，从而使声带振动，发出声音，音波又在体内各共鸣腔里得到调整和扩大，就会发出响亮、优美、具有语言特征的歌唱性的声音。概括地说：就是呼吸是发声的动力；声带是发声的音源；各共鸣腔使声音扩大和美化。这就是歌唱呼吸、发声的基本原理。

歌唱的声音有高低、强弱之分，声音的高低是由声带产生的频率高低来决定的。声带窄、薄、短，其振动的频率则高，因而发出的声音就高；反之，声带宽、厚、长，其振动频率则低，发出的声音就低。声音的强弱是由声音振幅的大小决定的，声带来回振动所占的空间大，形成的振幅也就大，声音就强；声带振动所占空间小，形成的振幅也就小，声音就弱。

在唱高低和强弱音时，歌唱器官也要作出相应的变化。唱高音时，呼气压力大，声带紧张、变短、变薄、口腔开度大，能感到明显的头部共鸣；唱低音时，呼气压力减小、声带松弛、变长、变厚，能感到明显的胸腔共鸣。唱强音时，

呼吸强烈，声音振幅大；唱弱音时，呼吸细微，声音振幅小。

没有学过唱歌的朋友，总是用喉咙来调节声音的高低和强弱。唱得越高，喉咙卡的就越紧；唱得越低，喉咙就越缩小。这样以来，音越高，嗓子就变的越挤，费很大的劲高音也上不去；音越低，没有足够的气息沉下去，低音就唱不出。高低、强弱音的变化，应该是呼吸、声带振动、体内共鸣等共同合作的结果。

人声不但有高低、强弱之分，而且还有绚丽多彩的音色变化。声音色彩的变化，是由歌唱机能不同的调节而产生的。比如，通过共鸣腔、呼吸以及声带的调整等。同一歌者，演唱高低音时，运用的主要共鸣腔不同，就能产生低音和高音两种不同的音色。也就是说：通过歌唱机能不同的调节，既可以唱出浑厚、深沉的低音，又可以唱出高亢、嘹亮的高音。

由于气息的延长和缩短，连贯和顿断，以及气息强度的变化，配合声带的振动，还能使声音产生长、短、连、断、放、收等等不同的变化。