

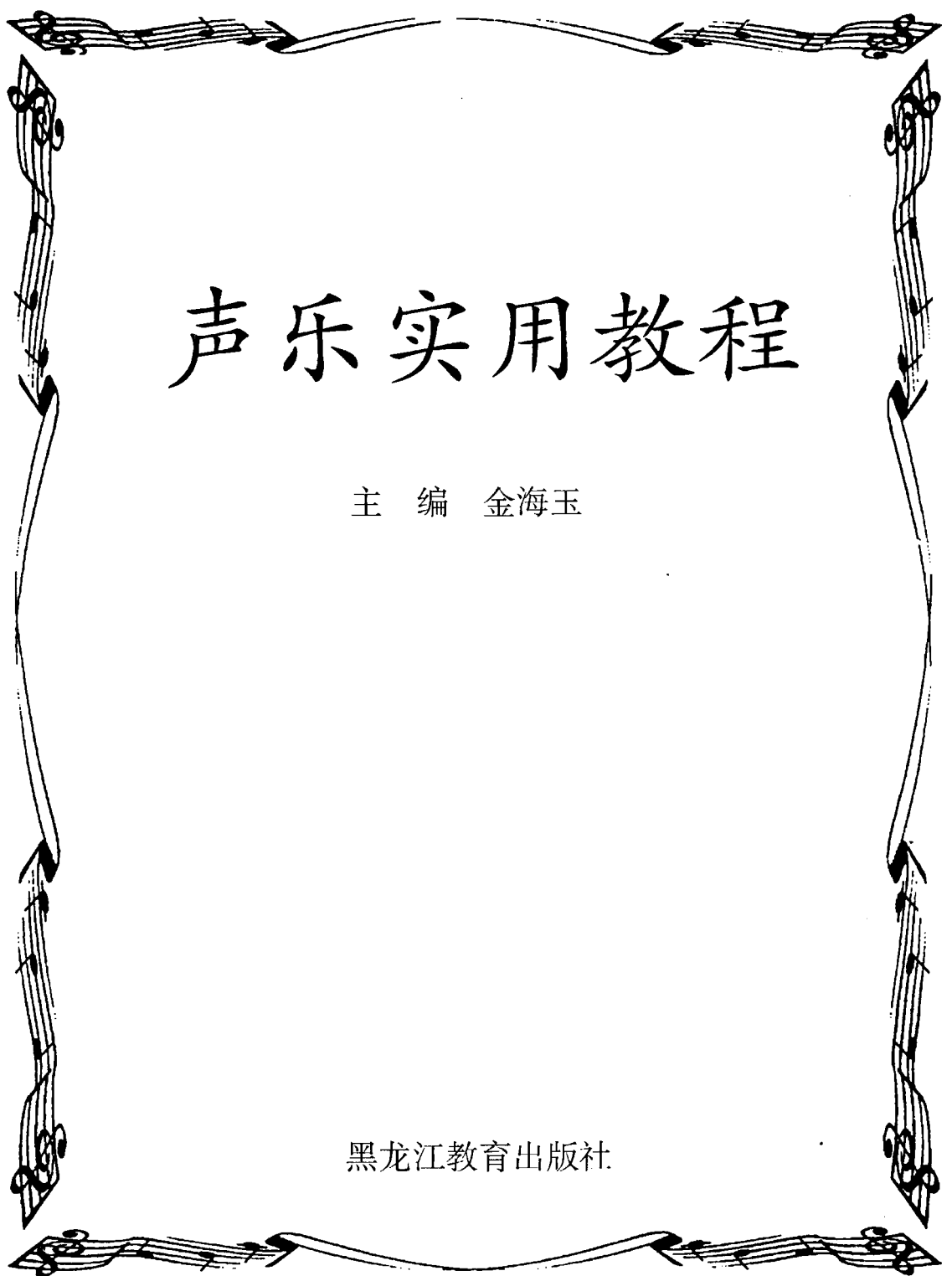
声乐实用教程

SHENGYUE SHIYONGJIAOCHENG

主编 金海玉



黑龙江教育出版社



声乐实用教程

主 编 金海玉

黑龙江教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

声乐实用教程 / 金海玉主编. — 哈尔滨: 黑龙江教育出版社, 2008.6

ISBN 978-7-5316-4966-3

I. 声… II. 金… III. 声乐—高等学校—教材 IV. J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 097579 号

声乐实用教程

SHENGYUE SHIYONG JIAOCHENG

金海玉 主编

责任编辑 徐永进

责任校对 严 雪

封面设计 王 巍

出版发行 黑龙江教育出版社(哈尔滨市南岗区花园 158 号)

邮 编 150001

印 刷 哈尔滨太平洋彩印有限公司

开 本 1/16

印 张 15.5

字 数 300 千

版 次 2008 年 7 月第 1 版

印 次 2008 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5316-4966-3/G·3884

定 价 24.00 元

前 言

《声乐实用教程》是为高等院校音乐专业选编的声乐教材,全书共分为两个部分,其中第一部分为声乐理论,将一些声乐教学的基础性理论和知识点做一点提纲挈领的提示;对声乐教学中存在的共性问题,做一点抛砖引玉的探讨。第二部分为中外声乐曲选,分四个年级对声乐教学演唱曲目尝试进行程度不同的分类,选编了中外歌曲。本书曲目广泛,内容涉猎面广,在选编时,编者本着严肃、审慎的态度,参考了全国部分音乐院校的声乐教学大纲,充分考虑歌曲的难易度及可唱性,还补充了一些思想性及艺术性较高,并为各院校广泛采用的新曲目,每首歌曲都是几经推敲后才确定下来的。

本书供四年制本科音乐专业学生使用,专科及中师学生亦可根据具体情况选择各年级的歌曲演唱,希望本书也能对广大声乐爱好者在其自学过程中有一点参考作用。由于本人初次从事这项工作,水平有限,经验不足,选编中难免有不当之处,敬请读者提出宝贵意见。

编 者

目 录

第一部分 理论知识与技巧训练	(1)
第一章 引 言	(2)
一、学习唱歌应具备哪些条件	(2)
二、学习声乐的方法	(3)
第二章 发声器官和共鸣腔	(4)
一、声源器官	(4)
二、呼吸器官	(4)
三、咬字器官	(5)
四、共鸣器官	(5)

第三章 歌唱的基本要素	(6)
一、歌唱的姿势	(6)
二、歌唱的呼吸	(7)
三、歌唱的发声	(8)
四、歌唱的共鸣	(8)
五、歌唱的吐字	(9)
第四章 歌唱声音的类型和声部特征	(11)
一、声音类型	(11)
二、声部的鉴定	(12)
三、声部特征	(13)
第五章 声区理论及其运用	(13)
一、歌唱的声区	(13)
二、自然声区	(14)
三、中声区和低声区	(15)
四、过渡声区——换声区	(16)
五、高声区	(17)

第六章 常用术语的理解与基本技术训练	(18)
一、共鸣	(18)
二、位置	(19)
三、靠前与靠后	(19)
四、气深	(19)
五、声音的圆、扁、竖、横	(20)
六、打开喉咙	(20)
七、喉结的位置	(21)
第七章 歌唱中常见毛病的克服	(22)
一、喉结上提	(22)
二、翘舌头	(22)
三、歪嘴、歪下巴	(23)
四、声抖	(23)
五、唇抖	(24)
六、肩、胸、背抖	(24)

第八章 三种唱法的简介	(24)
美声唱法	(24)
民族唱法	(25)
通俗唱法	(25)
第九章 嗓音的卫生与保健	(26)
第十章 歌唱的表演常识	(28)
一、形体动作	(28)
二、眼神与脸部表情	(29)
三、口形	(29)
四、“台风”	(29)
第十一章 歌唱的心理健康及如何克服考试怯场心理	(29)
第十二章 常用发声方法	(31)
一、练声注意事项	(31)
二、发声练习	(31)

第二部分 教材歌曲 (37)

一年级

花非花	[唐]白居易词	黄 自曲	(38)
延水谣	熊 复词	郑律成曲	(38)
二月里来	塞 克词	冼星海曲	(39)
页里麦	新疆民歌	方国桢编曲	(39)
我爱我的台湾	杨 扬改词	思 游记谱	(40)
半屏山	于礼厚、魏梦君词	魏 立 王碧云曲	(40)
牧羊姑娘	荻 帆词	金 砂曲	(41)
高高太子山	赵大纲词	克 义曲	(42)
牧羊歌	王震之词	李 羲曲	(42)
故乡的小路	陈克正词	崔 蕾曲	(43)
茉莉花		江苏民歌	(44)
北风吹	贺敬之词	张 鲁 马 可曲	(44)
南泥湾	贺敬之词	马 可曲	(45)
嘎达梅林		内蒙民歌	(46)
在那遥远的地方	哈撒克族民歌	王洛宾改编	(46)
长城谣	潘子农词	刘雪庵曲	(47)
雁南飞	李 俊词	李伟才曲	(48)
金风吹来的时候	任卫新词	马俊英曲	(49)
毛主席的恩情比山高比水长	唐青林词	韩 夏曲	(49)
月之故乡	彭邦桢词	刘 庄 延 生曲	(50)
飞吧,鸽子	洪 源词	王立平曲	(51)
大海啊故乡		王立平词曲	(53)
教我如何不想他	刘半农词	赵元任曲	(53)
难忘今宵	乔 羽词	王 酩曲	(55)
幸福在哪里	戴富荣词	江春阳曲	(55)
美丽的草原我的家	火 华词	阿拉腾奥勒曲	(56)
夕阳红	乔 羽词	张丕基曲	(57)
滚滚长江东逝水	[明]杨慎词	谷建芬曲	(58)
敢问路在何方	阎 肃词	许镜清曲	(59)
为了谁	邹友开词	孟庆云曲	(60)
摇篮曲	克劳谛乌斯词	[奥]舒伯特曲 尚家骧配译	(61)
摇篮曲		[德]勃拉姆斯曲	(61)
照镜子	考什布词	罗马尼亚民歌	(62)

不要责备我吧,妈妈	俄罗斯民歌 陈铎译词	(62)
桑塔·露琪亚	I·科特老曲 邓映易译配	(63)
樱花	日本民歌 [日]清水修编曲	(63)
送别	李叔同词 [英]J·P·奥特威曲	(64)
莎丽楠蒂	印度尼西亚民歌 赵开端译词 朱明超 蓝唐配歌	(64)
德聂泊尔	乌克兰民歌 舍普琴科词	(65)
阿路路	[哥伦比亚]盖因·丹罗词曲 李国兴译配	(66)
菩提树	[奥]舒伯特曲 [德]缪 勒 原诗 邓映易译配	(66)
喀秋莎	[苏]伊萨科夫斯基词 [苏]勃兰切尔曲 塞 柏译	(67)
雪绒花	奥斯卡·哈默斯坦II词 理恰德·罗杰斯曲 薛范记译配	(68)
友谊地久天长		(69)
纺织姑娘	何燕生译词 俄罗斯民歌 章枚配歌	(69)
深深的海洋	李宝树译配 南斯拉夫民歌	(70)
绿树成荫	[德]亨德尔曲 尚家骧译配	(71)
二年级		
渔光曲	安 娥词 任 光曲	(72)
铁蹄下的歌女	许幸之词 聂 耳曲	(73)
梅娘曲	田 汉词 聂 耳曲	(74)
红豆词	曹雪芹词 刘雪庵曲	(75)
鼓浪屿之波	张 藜 红 曙词 钟丽民曲	(75)
可爱的一朵玫瑰花	新疆哈萨克民歌 老志诚编曲	(76)
共和国之恋	刘毅然词 刘为光曲	(77)
驼铃	王立平词曲	(77)
江河万古流	苏叔阳词 王立平曲	(78)
长城永在我心上	高泽顺词 陆祖龙 王晓军曲	(79)
我的祖国妈妈	梁上泉词 施光南曲	(80)
黑龙江岸边洁白的玫瑰花	丁 毅 田 川词 王云之 刘易民曲	(81)
在银色月光下	洛 宾译词 黎英海改编 塔塔尔民歌	(82)
小河淌水	云南民歌	(83)
玛依拉	哈萨克民歌	(84)
嘎俄丽泰	哈萨克民族	(84)
枉凝眉	[清]曹雪芹词 王立平曲	(85)
红梅赞	阎 肃词 金砂等曲	(86)
唱支山歌给党听	蕉 萍词 践 耳曲	(87)
边疆的泉水清又纯	凯 传词 王 酩曲	(88)
太湖美	任红举词 龙 飞曲	(89)
谁不说俺家乡好	肖培珩 吕其明 杨庶正词曲	(90)

我的家乡沂蒙山	朝 中 左 云 黄 凌词 金 西曲	(90)
人说山西好风光	乔 羽词 张 棣昌曲	(91)
我爱你塞北的雪	王 德词 刘锡津曲	(92)
中国大舞台	韩 伟词 刘 青曲	(93)
小白杨	梁上泉词 士 心曲	(95)
走进新时代	蒋开儒词 印 青曲	(96)
五星红旗	天 明词 刘 青曲	(97)
祝福祖国	清 风词 孟庆云曲	(98)
骏马奔驰保边疆	蒋大为词曲	(98)
牡丹之歌	乔 羽词 堂 诃 吕 远曲	(100)
妈妈教我一支歌	杨 涌词 刘 虹曲	(101)
好日子	车 行词 李 昕曲	(102)
一个美丽的传说	张明河词 吕 远 程 恺曲	(104)
在那桃花盛开的地方	魏宝贵词 铁 源曲	(105)
我亲爱的	[意]乔尔达尼曲 尚家骧译配	(106)
尼娜	[意]柏戈莱西曲 尚家骧译配	(106)
致音乐	[奥]舒伯特曲 刘淑芳译配	(107)
北方的星	罗斯托普齐娜词 [俄]格林卡曲	(108)
春天年年到人间	于树骅配歌	(109)
你们可知道	[奥]莫扎特曲	(110)
母亲教我的歌	[捷]德沃夏克曲 尚家骧译配	(111)
一片丹心	张 琳译词 倪和文配歌	(112)
幸福之歌	沈炳淳词 [朝]朴容弼曲	(112)
西班牙女郎	[意]奇阿拉词曲 佚 名译配	(113)
三套车	俄罗斯民歌 高 山译词	(114)
鱒鱼	舒巴尔特词 [奥]舒伯特曲	(115)
三年级		
玫瑰三愿	龙 七词 黄 自曲	(117)
燕子	哈萨克族民歌	(117)
黄水谣	光未然词 冼星海曲	(118)
我和我的祖国	张 藜词 秦咏诚曲	(120)
长江之歌	胡宏伟填词 王世光曲	(121)
曲蔓地	西彤词 新疆民歌	(121)
黄鹤楼	毛泽东词 罗斌曲	(122)
蝶恋花·游仙	毛泽东词 李劫夫曲	(123)
心上人像达玛花	薛 明 相青曲	(124)
一个黑人姑娘在唱歌	艾 青词 杜鸣心曲	(125)

祖国的春天	瞿 琮词	郑秋枫曲	(126)
海上女民兵	魏 石词	魏 群 傅 晶曲	(128)
一抹夕阳	王 泉 韩 伟词	施光南曲	(129)
英雄赞歌	公 木词	刘 炽曲	(131)
一杯美酒	维吾尔族民歌	艾克拜尔曲	(131)
梧桐树	杨展业词	奚其明曲	(132)
怀念战友	高 峻词	徐锡宜曲	(133)
清晰的记忆	田 农词	践 耳曲	(134)
祖国慈祥的母亲	张鸿喜词	陆在易曲	(135)
啊,中国的土地	孙中明词	陶思耀曲	(136)
松花江上		张寒晖词曲	(137)
嘉陵江上	端木蕻良词	贺绿汀曲	(138)
满江红	[宋]岳飞词	谷建芬曲	(139)
祝酒歌	韩 伟词	施光南曲	(140)
母亲河	刘 麟词	王志信曲	(142)
送给妈妈的茉莉花	刘 麟词	王志信曲	(143)
又唱浏阳河	郭天柱词	邓东源曲	(144)
眷恋	贺东久词	张卓娅 王祖皆曲	(145)
母亲	张俊以 车行词	戚建波曲	(146)
父亲	车行词	戚建波曲	(147)
在中国大地上	晓 光词	士 心曲	(148)
我们是黄河泰山	曹 勇词	士 心曲	(149)
三峡情	湛明明 湛泉中词	马骏英曲	(150)
乌苏里船歌	郭 颂 胡小石词	汪云才 郭 颂曲	(151)
白发亲娘	石顺义词	王锡仁曲	(152)
清粼粼的水来蓝莹莹的天	田 川 杨兰春词	马 可曲	(154)
七月的草原	宋斌延词	尚德义曲	(156)
跟你走	张 海词	左建翼曲	(157)
和谐中国	曲 波词	王咏梅曲	(158)
永远跟党走	王 磊词	孟庆云曲	(159)
把一切献给党	李 峰词	印 青曲	(160)
啊!亲爱的爸爸	[意]普契尼 曲	尚家骧译配	(161)
啊!我的太阳	[意]G.卡普罗词	E.卡普啊曲	(161)
重归苏莲托	[意]G.库尔蒂斯词	E.库尔蒂斯曲	(162)
故乡的骄傲	崔京善词 [朝]李赫仙曲	张元天译配	(163)
安东尼达的浪漫曲	[俄]戈洛捷茨斯词	格林卡曲	(164)
悲叹小夜曲	[意]托赛里曲	尚家骧译配	(165)

小夜曲	[奥]舒伯特曲	邓映易译配	(166)
负心人	科迪弗洛词	卡尔蒂洛曲	(166)
玛利亚! 玛丽!	[意]E.卡普阿曲	尚家骧译配	(167)
四年级			
我住长江头	[宋]李之仪词	青 主曲	(169)
古老的歌	王持久词	朱嘉琪曲	(170)
大森林的早晨	张士炫词	徐沛东曲	(171)
沁园春·雪	毛泽东词	生 茂 唐 珂曲	(172)
忆秦娥·娄山关			(174)
岩口滴水	任 萍 田 川词	罗宗贤曲	(175)
我爱你,中国	翟琮词	郑秋枫曲	(176)
黄河怨	光未然词	冼星海曲	(177)
黄河颂	光未然词	冼星海曲	(179)
风萧瑟	王 泉 韩 伟词	施光南曲	(181)
秋—帕米尔,我的家乡多么美	翟 琮词	郑秋枫曲	(183)
北京颂歌	洪 源词 田 光 傅 晶曲		(184)
杨白劳	贺敬之等词 马 克等曲	黎英海改编	(185)
乌苏里江	乌白辛 王双印词	汪云才曲	(187)
多情的土地	任志萍词	施光南曲	(188)
再见了,大别山	王和泉词	雷远生曲	(190)
乡音乡情	晓 光词	徐沛光曲	(191)
我像雪花天上来	晓 光词	徐沛光曲	(192)
你是这样的人	宋小明词	三 宝曲	(193)
那就是我	晓 光词	谷建芬曲	(194)
我爱五指山,我爱万泉河	郑 南词	刘长安曲	(195)
昭君出塞	王志笛词	刘 麟曲	(197)
孟姜女	刘 麟编词 中国民歌	王志信编曲	(198)
兰花花	王志信编曲	陕北民歌	(202)
小白菜	于学友编曲	河北民歌	(204)
我为共产主义把青春贡献	阎 肃词 姜春阳	羊 鸣曲	(206)
万里春色满家园	阎 肃 贺东久词 王祖皆	张卓娅曲	(208)
牧笛	召永强词	尚德义曲	(211)
军营飞来一只百灵	赵思思词	姜一民曲	(212)
公仆赞	高占祥词	关 峡曲	(213)
父老乡亲	石顺义词	王锡金曲	(214)
斑竹泪	肖正民词	孟 勇曲	(216)
亲吻祖国			(218)

断桥遗梦	韩静霆词 赵季平曲	(219)
西部放歌	屈 塬词 印 青曲	(220)
圣母颂	李惠年译词 巴赫·古诺曲	(221)
为艺术,为爱情	[意]萨尔度词 [意]普契尼曲	(221)
女人善变	[意]弗·马·皮亚维词 [意]威尔第曲	(222)
当晴朗的一天	伊利卡·贾阿查词 普切尼曲	(224)
月亮颂	[捷]德沃夏克曲 喻宜萱译配	(225)
啊! 人们叫我咪咪	[意]加科萨·伊利卡编剧 普契尼曲 金和久译配	(228)
今夜无人入睡	[意]裘塞佩·阿达米词 普切尼曲	(229)
星光灿烂	[意]普契尼曲 张承漠译配	(230)
冰凉的小手	贾科萨·伊利卡词 普契尼曲	(231)
纯洁的阿伊达	A·基思蓝佐尼词 [意]威尔第曲 张承莫译配	(232)

第一部分 理论知识与技巧训练

第一章 引言

歌唱作为一门艺术,已成为人们热烈追求、悉心研究的一门学问,成千上万的人或专门或利用业余时间学习它,使自己的声音美妙动听,并富于音乐的表现力。声乐为演唱艺术发展至今,人们从发声原理科学的理论出发,总结出行之有效的歌唱发声方法,用以指导歌唱实践和声乐教学,本部分对歌唱的理论和技巧方面进行简要的阐述,能有助于了解歌唱的基本原理,掌握歌唱的方法和普遍规律,相信它能给你带来一些益处。

一、学习唱歌应具备哪些条件

学习声乐并不像许多人认为的那样,仅仅是完善技巧和培养一副得心应手的声乐“乐器”那么一回事,学习声乐包括几方面的相互关联,即乐感、智力、激情和体质。在艺术演唱中这几个方面相互交织、相互依赖,只有全面协调的发展,才能获得最大的进步。

当然,无可非议,学习唱歌者,首先必须是身心健康的人,这里不是指一般的体力充沛的人,而且还要求练习者要没有鼻炎、咽炎、支气管之类的疾病,及声带部位无炎症、小疖、闭合不全等病变。这些病变对学习唱歌都是不利的,如发现上述病症,应积极进行治疗,痊愈后仍可以歌唱。

学习音乐首先要具备音乐素质,所谓音乐素质就是人在音乐方面的敏锐听觉、鲜明的节奏感和良好的音乐听觉,就是常说的音准、节奏乐感。一个人的音乐素质有先天的因素,也有后天的环境影响和培养,而后天的影响和培养是主要的。刚出生的婴儿并不显示音乐方面的素质,在尔后的成长过程中,由于家庭、环境、教育的影响,有的就显露出对音乐特别的兴趣和爱好,在音准、节奏、乐感方面有敏锐的感觉,这样的人就具备了学习音乐的素质,如果从幼儿园、小学、中学都有专业的音乐教师指导,并能接触良好的音乐环境,即使先天素质差一些,要学习音乐也会容易得多。

声乐演唱者应具备的音乐素质:

- 1.准确的识别和表现各种节奏的能力;
- 2.准确的识别和表现各种音程的能力;
- 3.音乐理论的基本知识;
- 4.关于音乐和音乐家——不仅声乐,而且器乐方面的知识以及关于不同时期的风格,声乐学派和文献类的知识。

至于学习唱歌者,一般人认为,必有天然的好嗓子,这种看法有正确的一面,也有它的片面性。天然优美动听的嗓子是学习歌唱极有利的一个条件,只有具备了音乐素质又有好的嗓子,加上勤奋学习和敏感的思维能力,才能真正掌握歌唱艺术。因为唱歌是一项科学性很强的艰苦劳动,任何一个歌唱家的艺术成就与他们艰苦卓绝的劳动是分不开的。另外,歌唱是既看不见,也摸不着的抽象的活动,要掌握科学的歌唱技术比其他工作显得困难,这就需要练习者积极动脑筋,细心摸索其中的奥秘。

二、学习声乐的方法

1. 专业教师的指导

歌唱是一门技术性和实践性很强的学科,学生仅仅凭借声乐理论和教学方面的文字资料去进行唱歌发声的学习和训练是非常困难的,因为文字很难准确表述歌唱技能和艺术表现的内涵,加之个人的生理条件、理解和领悟能力的差异,更增加了凭文字资料学习的难度。按书上说的方法练习发声歌唱,即使理解完全正确,练习者本人也难判断方法和声音效果正确与否,这样练习不仅没有效果,还很可能导致错误的发声歌唱。因此,学习歌唱必须在声乐教师指导下进行,特别是初学阶段。

教师的职责是引导学生用正确的方法进行唱歌发声练习。学生应该在教师指导下了解和认识自身声音的性质、特点、声部,基本发声状态的问题、毛病,以及解决问题、克服毛病的方法。发声歌唱的实践练习主要在课后,练习时要多动脑子,少用嗓子。除专业教师的指导外,也可同时采用下面谈到的辅助性学习手段。

2. 辅助性学习

一些没有专业声乐教师的地方,学生应该在有一定经验的音乐教师指导下学习,亦可进行一些辅助性学习。

(1)听教学曲目的录音带或唱片,从不同演唱者的歌唱风格和对歌曲的艺术处理方面得到启发和帮助。初学阶段亦可模仿同自己相近似的歌唱声音,但切不可去模仿唱高难度的歌曲。

(2)从广播电视、录音录像的音像资料中听一些优秀歌唱家的演唱,增强对歌唱声音的鉴赏能力和审美能力。

3. 笔记

歌唱技巧和表现的掌握需要不断地反复地练习,发声习惯上的毛病也需要较长时间才能克服。教师授课时经常强调的问题重复较多。懒于笔记的学生,当完成一个阶段学程,掌握了一些技能,提高了演唱水平之后,对自己学习进展情况什么都说不出来,将来自己教学时,便无从着手。声乐笔记是反映自己声乐学习进程的镜子,是声乐理论、方法在自身歌唱实践中的总结。勤于动笔的人,更容易理解练习的方法,减少歌唱学习中“看不见、摸不着”的难度,增强声音形象的记忆,有助于每个阶段的学习,也给将来的教学带来方便。

笔记应记叙每个阶段采用的发声练习,歌曲教材的要求,主要问题及纠正方法,练习效果(收获、感觉、困难之处等)以及声乐学习中的思想状况等。笔记是“多动脑子、少用嗓子”的一种辅助工具。

4. 循序渐进的原则

循序渐进是声乐教师应特别重视和严格遵守的教学原则。初学者往往容易犯急于求成的错误,特别是嗓音条件较好的学生,他们常常练习了三五个月的发声练习,顺利地唱了几首难度不大的歌曲之后就去扩展音域,唱高难度的歌曲,拼命喊高音,不适当地扩大音量。这不仅给学习进程造成很大的障碍和困难,也常常给发声器官带来损害,造成发声方法上的错误,以致不能正常地进行声乐学习。“欲速则不达”,这是声乐学习者应该牢记的警句。