

教育研究论丛

声乐教学艺术

宋江东◎著

新华出版社

教育研究论丛

声乐教学艺术

宋江东◎著

新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

声乐教学艺术 / 宋江东著. —北京: 新华出版社,
2017. 11

ISBN 978 - 7 - 5166 - 3622 - 0

I. ①声… II. ①宋… III. ①声乐艺术—教学研究
IV. ①J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 276494 号

声乐教学艺术

作 者: 宋江东

责任编辑: 徐文贤

封面设计: 人文在线

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路 8 号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhupub.com>

经 销: 新华书店

购书热线: 010 - 63077122

中国新闻书店购书热线: 010 - 63072012

照 排: 北京人文在线文化艺术有限公司

印 刷: 廊坊市海涛印刷有限公司

成品尺寸: 160mm × 230mm 1/16

印 张: 10.5

字 数: 120 千字

版 次: 2018 年 6 月第一版

印 次: 2018 年 6 月北京第一次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5166 - 3622 - 0

定 价: 36.00 元

版权专有, 侵权必究。如有质量问题, 请与出版社联系调换: 010 - 63077101



序

声乐教学，是技术，更是艺术。因为，声乐教学是和人打交道，在人与人的沟通中完成教学任务。而人的情况是千差万别的，因此，声乐教学就不可能千篇一律。《声乐教学艺术》正是基于这样的认识和理念结构的。当你研读这部教材时会发现，作者在从事声乐教学过程中，不断地对这一课程进行反复，深入，细致的研究。到2006年，我任大连艺术学院音乐系主任时，江东是声乐教研室主任。那时，这部教材已经成稿并在教学中得到检验。此后经历了多年的研究、完善、修改和补充，《声乐教学艺术》终于与广大读者见面。为此，特向《声乐教学艺术》的出版，表示祝贺！

宋江东是我的同事和朋友，是一个踏实肯干，勤奋好学，对工作认真，对学生负责的优秀声乐副教授；同时又有着丰富的艺术实践经验；再加上他不断钻研和研究理论。终使他在声乐教学中形成特色，成绩斐然。其学生连波获第八届CCTV青年歌手电视大奖赛大连赛区美声唱法的银奖，于2005

年本科毕业后留在大连艺术学院任教；李翔获第十二届 CCTV 青年歌手电视大奖赛辽宁赛区美声唱法银奖，于 2006 年本科毕业后留校任教；2006 年毕业的专科学生姜华，以优异的成绩考入中国武警文工团合唱团；2007 年毕业的专科生姜宇，在众多来自全国各地，强手如林的考生中脱颖而出，以其浑厚优美的男中音的出色发挥，被中国音乐学院破格录取为声乐专业的本硕连读等等。因而，宋东江老江深受同行的尊重和学生的信任。

在他的《声乐教学艺术》中，不仅有丰富的教学内容和方
法，还有对不同唱法本质的分析与规律的探究，更有如何
使用这部教材进行教学的详尽说明。应该说，声乐教学是一
门极其抽象的学问，能把看不见摸不着的东西说明白，说透
彻，是一件非常不易的事；能在说明白以后，对症下药就更
难；如果再能药到病除，就更是难上加难。然而，在这部教
材中，你会惊喜地发现，这一切并不是个传说。这也正是本
书区别于其他声乐教材、曲集，最具特色的内容。

声乐教学，需要细心、耐心、专心和爱心。在辛勤的耕
耘和默默奉献中实现自身的价值。祝愿宋江东在声乐教学领
域不断钻研，取得更大的成绩；祝愿《声乐教学艺术》成为
开启声乐艺术圣殿大门的钥匙，引领更多的声乐学习者实现
梦想！

刘 聪

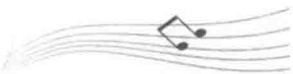
于沈阳音乐学院



目 录

第一章 引 言	1
第二章 歌唱发声	5
第一节 正确的歌唱姿态	5
第二节 流畅、自如的歌唱呼吸	8
第三节 松开喉咙 稳定喉头	23
第四节 发声、声音位置与声音共鸣	27
第五节 咬字、吐字与引腔	44
第三章 歌唱训练	59
第一节 歌唱基础	59
第二节 声种训练	60
第三节 综合训练	65
第四节 学生程度及曲目分级	67

第四章 声乐教学	81
第一节 教学理念与方法	81
第二节 有效教学	90
第五章 中国民族声乐	98
第一节 中国民族声乐的含义	99
第二节 中国民族声乐艺术的发展现状及存在的问题	100
第三节 中国民族声乐艺术多元化的特征	102
第四节 关于中国民族声乐艺术多元化发展的思考 ..	104
第六章 通俗演唱	106
第一节 通俗唱法的发声特点及其与科学发声方法的关系	107
第二节 通俗唱法中的呼吸及呼吸方法的训练	109
第三节 通俗唱法中如何运用真假声	112
第四节 通俗唱法的声音训练	114
第七章 琴歌演唱	117
第一节 琴歌艺术的历史	117
第二节 琴歌艺术的特点	119
第三节 琴歌的演唱	121



第八章 声乐审美	129
第一节 西洋声乐教学理念	130
第二节 中国声乐教学理念	133
第三节 阻碍中国声乐艺术发展的社会原因	138
第四节 加快国内声乐艺术发展的思路 and 措施	139
第九章 情感表达	141
第一节 情感表达能力在声乐中的作用	142
第二节 声乐教学中学生情感表达能力的培养	143
第三节 对歌曲《多情的土地》的演唱要求	146
第十章 声乐文献	154
第一节 文字教材	154
第二节 音像教材	155
第三节 曲谱教材	155
参考文献	157

第一章

引 言

中华民族是具有五千年光辉灿烂文化历史的伟大民族。人们在长期的繁衍生息中创造了千姿百态的艺术形式，而每一种形式都有其各具特色的表现形式，丰富绚丽的声乐艺术是其中重要的艺术形式之一。

我国的声乐艺术源远流长，在声乐理论和演唱实践上都已达到了相当高的水平。但作为源于生活最终又回归于生活的表演艺术形式，声乐艺术必须随着社会的进步和人们艺术鉴赏能力与水平的不断提高而不断发展与完善。

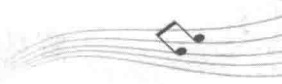
我国各类声乐赛事中，通常按照“三种唱法”划分类别，将参赛歌手划分为美声唱法、民族唱法和通俗唱法。2006年的青年歌手大奖赛中，又增加了组合演唱和原生态唱法的类别。当然，以上的划分法对于发挥歌手特长，满足不同层次观众的欣赏习惯和推动群众音乐文化生活等方面发挥了积极的作用。但同时，声乐作为一门科学，这种划分方法仍有较



大的局限性，不利于声乐艺术的广泛拓展和科学性、艺术性、民族性的结合。

首先，传统划分法制约了歌唱演员的发展。一般情况下，歌手为了保持他们所属的美声、民族、通俗唱法的纯洁性和正统性，而不自觉地将科学性、民族性、通俗性对立起来，无形中淡化了互相学习、借鉴的意识，显然使歌唱演员的艺术发展受到局限。

其次，三种唱法的划分不利于民族文化的表现。美声唱法的歌手把主要精力放在学习意大利语及演唱外国歌剧咏叹调上，把出国比赛拿奖作为主要目标，把得到外国人的承认作为最高荣誉，却很少在母语及民族化上下功夫。一些歌手用美声唱法演唱中国歌曲时，听觉上给人一种大舌头、满口音的感觉，咬字不清，声音靠后，发暗发噎，缺少明亮色彩和亲切感。美声的框框框死了我们的民族化意识，固定的口型破坏了汉语的韵律美，拉远了他们与普通观众的距离。虽然他们在国际比赛中得了奖，他们的咏叹调唱得的确和意大利人差不多，但唱不好中国歌，对我们中华民族的声乐艺术贡献不大。而民族唱法的歌手，为了保持他们自认为的原汁原味，而放弃和削弱了对科学发声方法、演唱技巧的学习与提高，造成了部分民族唱法歌手一个腔调，一个味道，几乎是换人不换声，换歌不换声，缺乏个性特色、地域特色、民族特色，越来越显出一种趋同走势。这样不能完美地表现中华民族的声乐精华、灿烂的诗词文化及民族气魄、民族特色和语言韵律。而通俗唱法不受嗓音条件限制，歌手无需进行



正规训练，随意灵活，利于自我发挥，是一种自娱自乐的好方式。但该唱法不讲究嗓音规格，缺乏科学的歌唱方法和技巧，歌手多凭自身嗓音条件在唱。因此，作为声乐艺术中的一种唱法划分，是不利于中国声乐艺术发展的。

因此，我国建立和倡导适合我们中国的民族文化艺术特点的科学唱法已迫在眉睫。

鉴于以上分析，笔者认为，我国声乐发展趋势应是在演唱风格上突出个性化特点，而在唱法上应淡化唱法划分标准，坚持科学的方法和民族特色相结合，以实现表演形式和演唱方法的完美结合。

这种演唱方法既不是全盘照搬西方的演唱风格，也不是纯粹的民间艺术，而是把我国传统唱法和西洋唱法进行科学化的结合，形成既有中华民族的个性化特点，又兼具世界艺术共性特征的新的歌唱方法，演唱不同风格的音乐作品。

半个世纪以来，我国的声乐工作者继承和发扬优秀的民族声乐传统，吸取世界各国科学唱法，古为今用、洋为中用、推陈出新，两条腿走路。一些学习西洋唱法的歌唱家通过向民族民间艺人学习曲艺、梆子、京剧，弄清了中国语言和外国语言在发音吐字方面的区别，把西洋传统唱法的喉开气深、整体共鸣的长处与我国传统声乐的字正腔圆、声情并茂融合在一起。在演唱中国歌曲时能根据感情的需要、语言风格的需要，自然地有意识地调整声音的位置，装点声音的色彩，控制好声音的力度，使之高亢明亮。这样既保持了西洋传统美声雄浑、圆润、宽广的优点，又有中国人喜欢的甜、亮、

婉转、水灵的特色。一些民族民间歌手，通过学习西洋唱法的发声方法，加强了整体共鸣，扩展了音域，声音更加丰满结实，延长了歌唱生命，很受国人的欢迎和喜爱。虽然他们依据的理论和侧重点不同，但为形成具有中国特色的美声唱法做出了可喜的探索和实践，积累了宝贵的经验。

本书就怎样学习声乐（歌唱）及其声乐教学的问题进行了探讨。

第二章

歌唱发声

第一节 正确的歌唱姿态

演员在舞台上是通过其良好的姿态，优美宏亮的声音，亲切的语言来感染观众的，使观众得到美的艺术享受。而正确的歌唱姿态不仅在于美，它还是科学发声的前提。因此歌唱姿态的正确与否，直接关系甚至影响到演唱者呼吸、共鸣和发声。

正确的歌唱姿态，首先是良好的精神状态。

歌唱发声都是受人的大脑支配的。因此，在练声歌唱时，思想要高度集中，要排除一切与歌唱无关的杂念，排除周围环境的干扰。要培养情绪，振奋精神，使自己有强烈的歌唱欲望。切忌心不在焉，无精打采，懒散松懈的情绪，这些都

是对歌唱不利的因素。有人在练声时，往往只注意发声方法，而忽视精神状态和歌唱情绪，这是练声的一个误区。

歌唱姿势：两只脚要站稳，膝盖要放松，脚掌就像抓住地似的，两脚分开，支撑着整个身体，也可以一只脚在前一只脚在后，身体可以稍微前倾，但力量还在两条腿上。

不要前后、左右摇摆，以免身体失去重心，影响呼吸和发声。

演唱过程中以下几点要特别注意：

1. 脖子放松、双肩放松，胸是开拓的，要做到挺而不僵，松而不垮。在歌唱的全过程中，无论乐句多长，无论是吸气还是吐气，或在歌唱的间歇中，胸部要始终保持松开状态。要纠正挺着肚子、塌陷胸部、翘着臀部等不良姿势。特别要纠正临唱前的一瞬间，耸肩高抬胸膛，张嘴猛吸一口气，而唱时胸膛就塌陷下去的毛病。

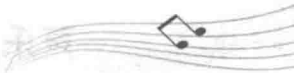
2. 脊椎要舒展，它支撑着上身的平稳，感觉人好像是堆泥。

3. 两肩要自然的向下、向后松开，感觉自己的肩膀好象长宽似的。不要有耸肩、抬肩、扣肩及肩膀一高一低的不良姿势。

4. 手、手臂要放松舒展，手指要自然松开，不要握拳而造成肌肉紧张。演唱时手不要打拍子，手臂也不要前后摆动。

5. 颈部要放松，但不能垮掉。有人唱歌时，特别是唱高音时脖子向前伸，或歪着脖子唱歌，这些都是不好的习惯。

6. 下巴在唱歌时要自然松弛，微微向喉头靠，自己感觉



向颈椎靠。

7. 上、下腭要松开，发声、咬字时感觉口腔后面的大牙要平行的上下张开。嘴要放松、自然，嘴唇不要向前伸，也不要歪着嘴。嘴唇上下松开，唱高音时嘴不要张得太大，太大了后面的内嘴——咽腔反而打得不够开了。张得过小会影响气息流畅，声音又出不来。嘴形成微笑状态。

8. 舌头要舒展平躺在口腔内，舌尖要灵活，舌头不能僵硬。不翘舌，不卷舌，也不后缩，不要一边高一边低。舌位不正确会影响气息的流畅和声音的传送。有的人舌中间呈沟状，这是很好的状态。

9. 眼睛是心灵的窗户，通过眼神可以表达内心的感情。发声、演唱时，眼睛要明亮有兴奋感。两眼平视，向前看，眼睛不要向上翻，也不要向下看，不要东张西望，视线要集中在一个点上。

10. 眉要舒展，感觉好象眉毛长长了，眉梢一直长到耳朵尖里似的，要有“眉开眼笑”的状态，不要皱着眉头，也不要挤眉弄眼作怪动作。

11. 头要正，不要仰头，也不要低头；不要歪着头，更不要用头来打拍子。头的姿势正确与否也直接影响发声效果。

总之，歌唱时要有一个英俊漂亮、精神饱满、奋发向上、顶天立地的良好歌唱姿态，这是唱好歌的前提。希望爱好唱歌的朋友，平时能养成在镜子前练唱的习惯，以便及时发现并纠正不良的歌唱姿态。

第二节 流畅、自如的歌唱呼吸

歌唱时的呼吸，不仅是发声的动力，而且是歌唱艺术表现的重要手段之一。

我们都知道，风琴、手风琴是靠风箱里的空气压力，使琴的簧片振动而发出声音的。而歌唱则是由肺部呼出的气息使声带振动而发声的，所以说没有呼吸就发不了声。我们歌唱时，发音的正确，嗓音的优美，歌声的宏亮，声音的高低、强弱，表现感情所需要的气势等等艺术手法，都是与呼吸有密切关系的。唐朝段安节在《乐府杂录》中指出：“善歌者，必先调其气。”法国著名男中音歌唱家、巴黎音乐学院教授潘才拉（charlee panzera）在《歌唱的艺术》一书中指出：“歌唱家的歌唱正如他的呼吸一样：呼吸好，歌唱就同样的好；呼吸差，歌唱就同样的差。”由此可见呼吸对歌唱的重要性。

一、明确歌唱时的呼吸与生活中的呼吸之间的关系

首先，两者的目的和任务不同。生活中的呼吸，是人类生存的需要。呼吸是人的生理本能，人生下来就会呼吸，不用别人指教，我们吸进去氧气，呼出二氧化碳，如此循环来延续人的生命，一旦呼吸停止，人的生命也就结束了。而歌唱时的呼吸则是为了歌唱的需要，即为了歌唱时的气息饱满、流畅自如，为了声音的优美、嘹亮和动听。



其次，两者在表现和要求上也有所不同。生活中的呼吸，是有节奏进行的，呼与吸的时间差基本相等。说话时可以随意停顿而进行呼吸，因为需要量少，持续时间短，所以气息浅，气吸到肺的上、中部就够用了。生活中的呼吸是下意识的活动。我们无论是在工作、劳动、学习和睡眠时，人们都不用有意识地去控制，它会根据各种活动的不同需要，进行下意识的调整，自如有节奏的呼吸。因此，生活中的呼吸是一种纯自然状态的呼吸。

但歌唱时的呼吸就不同了，它要受歌曲旋律、节奏的制约。有的歌曲乐句较长，但为了完整表现歌曲和声音的连贯统一，必须一口气唱下来，这就需要呼气的持续时间要长。歌曲是按节奏进行的，你就不能随意停下来歇一歇再唱。歌曲的旋律时高时低，乐句有长有短，情绪有起有伏，声音有强弱变化，速度有快慢不同。因此，要求吸气要吸得平稳、吸得深、吸得饱满，一直要吸到肺的底部。吸气不仅要自如、缓慢、从容、流畅，而且要灵活多变。吸气持续时间有长有短，有连有断，呼气的量有多有少，这就需要有腰部周围的肌肉和横膈膜肌肉的支持。歌唱时的呼吸，是有意识控制的活动，因此，可以说它是人为的，不自然的状态。意大利歌唱大师巴拉认为：“说话时气息消耗掉，自然地流出，这时腹部往里陷进去。气用完了，我们再吸一口气，这过程不断反复。歌唱时的呼吸与自然的呼吸正好相反。我们吸气，开始唱，而腹部稍稍向前，不象讲话时那样陷下去。歌唱时不能让它缩回去塌陷下去。一定要保持住它，让它向前。”这里说