

# 声乐教学理论与实践研究

王 玫 著



中南大学出版社  
www.csupress.com.cn

# 声乐教学理论与实践研究

---

王 玫 著



中南大学出版社  
[www.csupress.com.cn](http://www.csupress.com.cn)

·长沙·

---

图书在版编目(CIP)数据

声乐教学理论与实践研究 / 王玫著. --长沙: 中南大学出版社, 2018. 5

ISBN 978 - 7 - 5487 - 3233 - 4

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 093640 号

---

声乐教学理论与实践研究

SHENGYUE JIAOXUE LILUN YU SHIJIAN YANJIU

王玫 著

---

责任编辑 彭达升

责任印制 易红卫

出版发行 中南大学出版社

社址: 长沙市麓山南路

邮编: 410083

发行科电话: 0731 - 88876770

传真: 0731 - 88710482

印 装 长沙印通印刷有限公司

---

开 本 710 × 1000 1/16 印张 20.75

字数 296千字

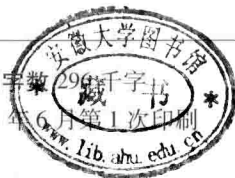
版 次 2018年6月第1版

印次 2018年6月第1次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5487 - 3233 - 4

定 价 56.00 元

---



图书出现印装问题, 请与经销商调换

## 绪论

声乐课程是研究歌唱方法的学科课程。声乐教学是一种特殊的教学，它是利用人体自身这种“乐器”来进行的，因此，需要凭借教师的听觉等感官来判断，而且每个学习者具有完全不同的嗓音条件，声乐教学要更加注重因材施教的原则和科学的方法来训练学习者的嗓音。同时，声乐教学是一项艰苦和繁琐的工作，声乐教师需要掌握大量的演唱曲目和具有丰富的指导经验，这就要求教师要通过不断的学习来充实自己。可以说，声乐教学是一门学科，也是一门艺术。声乐教学的目的十分明确：首先是培养声乐人才，其次是总结有价值的教学经验。

我国是一个人口大国，随着经济的发展，媒体不断推出各种与声乐艺术活动有关的综艺节目，学习声乐的人越来越多，年龄差距也越来越大，从小的三四岁到老的七八十岁各个年龄段的人都有，声乐学习不再是年轻人的专利。这么多的人热爱和学习声乐，迫

切需要一本指导他们学习的书。

笔者从9岁开始学习声乐，从事声乐教学将近20个年头，积累了丰富的教学经验。为了满足广大声乐爱好者学习声乐的需要，笔者撰写了这本《声乐教学理论与实践研究》。本书总结了笔者多年的学习、演唱与教学的心得与体会。全书分成11章：第一章，声乐教师；第二章，声乐发声原理；第三章，声乐理论基础；第四章，童声教学；第五章，声乐表演与教学；第六章，声乐课程与教学设计；第七章，声乐心理学的运用；第八章，中老年人嗓音训练；第九章，声带病理与治疗；第十章，中外著名音乐家简介；第十一章，中外著名声乐作品简介。

由于笔者学识有限，本书还存在诸多不足，恳请大家多提宝贵建议，以便改正。

王 玫

2017年11月

# 目 录

第一章 声乐教师 .....	1
第一节 现代声乐教师的角色和特点 .....	1
第二节 声乐教师的职业素养 .....	3
一、转变教育理念,因材施教 .....	3
二、为人师表,塑造人格魅力 .....	4
三、历练坚强的毅力,培养美好的品格 .....	5
四、终身学习,崇尚科学精神 .....	6
第三节 良好师生关系的建立 .....	7
一、热爱学生,建立良好的师生关系 .....	8
二、言传身教,树立良好的榜样 .....	9
三、善于处理师生关系,化解师生矛盾 .....	9
第二章 声乐发声原理 .....	11
第一节 歌唱器官的构造 .....	11
一、呼吸器官 .....	11
二、振动器官 .....	12
三、共鸣器官 .....	15
四、咬字器官 .....	16
第二节 气息与共鸣训练 .....	17

一、气息训练 .....	17
二、共鸣训练 .....	18
第三节 元音与辅音 .....	23
一、舌面元音 .....	23
二、辅音 .....	26
第四节 咬字与吐字 .....	27
第五节 歌唱技巧训练 .....	31
一、混声练习 .....	31
二、连音练习 .....	34
三、顿音(跳音)练习 .....	34
四、颤音训练 .....	35
五、后闭训练 .....	35
六、关闭声练习 .....	36
七、哭腔练习 .....	37
八、半声练习 .....	37
九、渐强渐弱练习 .....	38
十、其他技巧练习 .....	38
第三章 声乐理论基础 .....	40
第一节 人声分类与几种唱法的特点 .....	40
一、人声的分类 .....	40
二、五种唱法的介绍 .....	41
第二节 美声唱法的特点 .....	43
一、起音 .....	43
二、音量 .....	44
三、音质 .....	44
四、声音的强弱 .....	45
五、颤音训练 .....	45
六、花腔乐句训练 .....	46

七、宣叙调的训练 .....	48
第三节 民族唱法的特点 .....	51
一、演唱作品的抒情性 .....	51
二、情感体验的丰富性 .....	51
三、情感变化的细腻性 .....	52
四、演唱者的再造性 .....	53
五、歌词的意美、韵美 .....	56
第四节 欧美流行唱法的特点 .....	57
一、赛思·里格斯的简介 .....	58
二、赛思·里格斯的教學理念 .....	58
三、SLS 声乐教程系统训练法 .....	59
第五节 戏曲唱法的特点 .....	64
一、唱和念的特点 .....	64
二、戏曲行当的演唱特点 .....	65
三、戏曲的发声特点 .....	67
第六节 原生态唱法的特点 .....	68
一、原生态歌曲有各民族鲜明的特点 .....	68
二、演唱内容的真实性、即兴性 .....	68
三、音乐形式的多样性 .....	69
四、唱法的多元性 .....	69
第四章 童声教学 .....	71
第一节 儿童音域与变声期的特点 .....	71
一、童声发育阶段的特点 .....	71
二、儿童嗓音与性格的特点 .....	72
第二节 儿童发声与呼吸 .....	73
一、童声发声训练 .....	73
二、童声呼吸的训练 .....	74
第三节 儿童歌曲的选择 .....	76



一、歌词内容符合儿童特征, 趣味性与益智性相结合 .....	77
二、音乐情感积极向上, 情感性与审美性相结合 .....	77
三、歌曲结构短小, 节奏轻快、活泼, 律动性与创造性相结合 .....	78
第四节 特殊儿童的教育 .....	78
<b>第五章 声乐表演与教学 .....</b>	<b>81</b>
第一节 性格优势与潜能开发 .....	81
第二节 学生的选才与成才 .....	84
第三节 歌曲情感的表达 .....	86
一、研读歌曲, 把握歌曲情感定位 .....	86
二、歌曲韵味, 是歌曲情感表现的方式 .....	87
三、音色变化, 是丰富歌曲情感的方式 .....	87
四、身形表现, 升华情感, 使歌、人合一 .....	88
第四节 钢琴伴奏的重要性 .....	88
第五节 舞台表演的作用 .....	90
一、培养良好的台风 .....	91
二、眼神与面部表情丰富, 塑造人物真实情感 .....	92
三、肢体语言自然, 塑造人物真实形象 .....	93
<b>第六章 声乐课程与教学设计 .....</b>	<b>95</b>
第一节 课程编制的模式 .....	95
一、目标模式 .....	95
二、过程模式 .....	96
三、情境模式 .....	97
第二节 课程资源的开发与利用 .....	97
一、促进教师探索、思考, 提升教师的专业素质 .....	98
二、促进学生成长, 贴近社会环境 .....	98
三、促进学校的学科建设与发展 .....	99
第三节 声乐课程的教学目标 .....	99

第四节 声乐教学原则与方法 .....	101
一、声乐教学原则 .....	101
二、声乐教学方法 .....	104
第五节 声乐课程教学形式与设计 .....	106
一、声乐课程教学形式 .....	106
二、声乐课程教学设计 .....	107
第六节 教材内容的选择与呈现 .....	110
一、教材选择要与课程设置的目标一致 .....	110
二、教材选择要以学生的兴趣和身心健康为依据 .....	111
三、教材选择要适合教师的驾驭能力 .....	111
四、教材的选择要符合社会的需求 .....	112
第七节 声乐教学方法的优选 .....	112
一、重视传授知识、技能和发挥学生智力潜能并重 .....	113
二、教学方法的优化要突出教学的双边性 .....	113
三、教学方法的优化要突出教学的情感体验 .....	114
第八节 教学措施设计与评价设计 .....	114
一、教学措施设计 .....	114
二、教学评价设计 .....	115
<b>第七章 声乐心理学的运用 .....</b>	<b>120</b>
第一节 音乐记忆的重要性 .....	120
第二节 注意力的集中和合理分配 .....	122
第三节 歌唱的想象力 .....	124
第四节 多维度的歌唱 .....	126
一、辩证思维是歌唱活动的基础 .....	127
二、想象思维是歌唱活动的核心 .....	127
三、创造性思维是歌唱活动的高级思维活动 .....	128

第八章 中老年人嗓音训练 .....	131
第一节 中老年人生理与心理的特点 .....	131
第二节 中老年人声乐教学的特点 .....	134
一、有丰富的人生阅历,性格坚强,情感丰富 .....	134
二、记忆力减退,好学,理解能力和逻辑性能力强 .....	135
三、气息不稳,音准、节奏感差,方言重 .....	135
第三节 中老年声乐爱好者学习注意事项 .....	137
第九章 声带病理与治疗 .....	140
第一节 慢性喉炎 .....	140
第二节 急性喉炎 .....	143
第三节 声带水肿 .....	145
第四节 声带小结 .....	145
一、发病原因 .....	146
二、发病机制 .....	146
三、症状种类 .....	146
四、治疗 .....	147
第五节 不同年龄阶段的嗓音保护 .....	148
一、童声的嗓音保护 .....	148
二、青年阶段的嗓音保健 .....	150
三、中老年阶段的嗓音保健 .....	150
第十章 中外著名音乐家简介 .....	153
第一节 中国著名歌唱家简介 .....	153
一、女高音歌唱家 .....	153
二、女中音歌唱家 .....	159
三、男高音歌唱家 .....	161
四、男中音歌唱家 .....	165

五、男低音歌唱家 .....	166
第二节 外国著名歌唱家简介 .....	167
第十一章 中外著名声乐作品简介 .....	182
第一节 中国著名声乐作品简介 .....	182
第二节 外国著名声乐作品简介 .....	189
附 录 孔空练声曲 .....	217
第一部分 视唱练习 .....	217
一、母音练习 .....	217
二、音准训练 .....	223
三、复二拍子练习 .....	226
第二部分 声部训练 .....	233
一、高音声部练习 .....	233
二、中音声部练习 .....	287
三、低音声部练习 .....	304
参考文献 .....	316
后 记 .....	318

## 第一章

# 声乐教师

### 第一节 现代声乐教师的角色和特点

从我国的音乐专业招生体制来看,很多音乐专业的院校以招收声乐专业学生为主,音乐教师队伍也以声乐专业教师为主要组成部分。声乐教师是广大音乐教师队伍中不可或缺的力量。声乐教师是一种职业,是一种特殊的与其他工作无法相比的职业。声乐教师是专业从事如何选择声乐人才、教授学生如何塑造自身的“人体乐器”、教授学生如何利用声音技巧来表现好各种声乐作品的教育工作者。

通常意义上,角色是指电视、电影、戏剧中演员所扮演的人物;社会角色是指在社会分工中,个人在社会关系中的地位与身份。美国教育心理学家 J. M. 索里对教师角色的定义为,教师是“家长代言人、知识的传播者、团体领导者、模范公民、心理治疗师、纪律监察和执行者、朋友与知己”。美国教师扮演的角色是多样的。中国对教师角色的定义为“传道、授业、解惑”者,“一日为师,终身为父”。教师扮演的是传授知识、解答疑惑、充当父亲的角色。虽然中西文化背景不同,教师角色功能也不尽相同,但教师担负的角色是多样的,社会、家长、学生

对教师的期待也是多样的。

我国古代声乐教师培养的声乐人才主要是为王公贵族宴乐或者丧葬礼乐所用。教师主要采用的是口传心授的方式来进行声乐教学，没有科学系统的教学组织、课程设置、教学设计与教学评估。中华人民共和国成立后，我国设立了许多学科，音乐学科和其他门类学科一样形成独立的学科体系，高校音乐学科专业领域中，声乐专业已成为一个重要的专业分支。声乐教师在我国音乐教学活动中扮演了重要的角色。声乐教师的角色是由声乐教师的行为所决定的，声乐教师在课堂上特定的行为就是进行声乐教学活动，因此声乐教师所扮演的就是专门从事声乐教学活动的角色。声乐教师的角色还包含对声乐教师的期盼，一方面是声乐教师在教学生涯中对自己职业的期盼，另一方面是学生、家长和社会对声乐教师角色的期盼。通俗地说，声乐教师的角色是指声乐教师的社会地位和身份。声乐教师的角色是从音乐教师角色中细分出来的一种，声乐教师充当的是专门从事声乐教学活动的角色。这个角色自身要求充当者具有独特的艺术歌唱才能，以培养歌唱职业人才为职业。

现代声乐教师具有以下特点：

——从传统的声乐技术传授者升华为声乐艺术审美的引领者。声乐教师要从声乐教学的组织者、设计者、指导者、促进者和评定者，从教育角色的为人师表的示范者，从审美教育的实施者变成音乐艺术殿堂的启蒙者和守护者。

——从传统的声乐单一施教者变成多向协调者、沟通者。声乐教师要从单一的课堂教学实施者变成各种社会关系的协调者与沟通者。

——从传统的“传道、授业、解惑”者变成心理辅导者。声乐教师要从单一的给学生“传道、授业、解惑”者变成促成学生情感、思想、身体等多方面身心健康的辅导者。

——从传统的声乐教学主体地位变成主导地位。声乐教师要把传统的声乐教学中的学生被动学习变成主动学习，将主动的课堂学习权利交给学生，由学生按照自己的学习意愿主动来思考与学习，教师则

成为教学的管理者与引领者。

——从拥有权力者变成帮助者。教师要从职权范围内的控制者、领导者、裁决者与奖赏者变成与学生平等交流和平等相处的朋友间的帮助者。

## 第二节 声乐教师的职业素养

教书育人是教师的天职，教书是手段，育人是目的。因此，教师在任何时候都不能忘记自己的天职。教师自己不仅要具有匠人精神，而且要具有勇于开拓、勇于创新的开创精神。教师要用匠人精神和开创精神这两种精神来教好书、育好人。

### 一、转变教育理念，因材施教

学生是学习的主人，是音乐艺术人才发展成长的主体。教师面对的是学生的未来，而不是个人眼前的荣誉和利益，因此其教学活动要立足于学生的成长。声乐专业的学习，绝不是一天两天就能成就的，需要教师付出常人难以想象的辛苦，因此教师教书育人不可急功近利，需从大处着眼，从小处用力，付出艰辛的劳动把学生从稚嫩的幼苗培养成为枝叶繁茂的参天大树。部分教师受应试教育理念的影响习惯于只看眼前，不顾将来，这是不正确的。

每个学生的成长和发展有其阶段性，不能强求一致。教师不应把学生分为三六九等，教师眼中应没有差生，只有差异。教师应对学生实行有差异的教育，实现有差异的发展。作为教师要给予全体学生同样的关心和指导，同样的鼓舞和期望。作为教师应该公正、公平地对待每一位学生，满足他们求发展、求进步的需要。即使是学习成绩很差的学生也有他的闪光点，教师的任务就是发现学生的闪光点并千百倍地放大他的闪光点，使其通过闪光点获得自信心，产生正能量，从而带动其他方面的发展。大仲马年轻时只身来到巴黎，一开始找工作很

不顺利，他也有点灰心丧气。有一次找工作时有一个人称赞他的字写得很好，这一下子激发了大仲马的自信心。他就去找了一份文书抄写的工作，业余时间从事写作，从此走上了文学创作之路。在教师的实际工作中，要一分为二地看待每一位学生，努力寻找适合学生各自特点的发展方向，如性格外向、擅长交际的学生，可以发挥其性格特点，学习音乐策划，以便从事音乐策划行业的工作；爱创作的学生，多鼓励其进行创作研究；喜爱舞台表演的学生，多鼓励其进行舞台实践。总之，在教育的过程中，要因材施教，发展每个学生独特的个性，既不能急于求成，也不要听之任之。

## 二、为人师表，塑造人格魅力

为人师表是教师的神圣天职，这就要求教师时时处处事事要以身作则。凡要求学生做的自己必须先做到做好，要求学生不能做的自己坚决不能做，如要求学生不迟到，教师就要提前到教室门口等待，看似区区小事，实则细微之处见精神做表率。教师不仅要教书，更要育人，以自己的品行来教育和影响学生。在教育过程中，教师要把对学生真诚的爱用美好而礼貌的语言表达出来，语言文明才能取得学生的信任和产生良好的教育效果。一个人能做到出口就是良言善语，不吐秽语，不讲粗话，则其心必然善良刚正，必然追求自身的道德修养。

教师的仪表是教师精神面貌的外在体现，是其内在素质的反映和个人修养的标志，对学生具有强烈的示范作用，所以教师应做到举止稳重端庄，做事沉着冷静，处世豁达大度，对学生真诚热情，注意塑造自身美好的人格魅力。教师的人格魅力是学生成长的重要保证之一。优秀的教师对学生心灵的关照深刻且久远，甚至可能影响学生的一生。现代教育要求教师具有现代人的素质和高尚的人格，要有知识渊博的学者形象，要有开拓进取的创新精神。那些丧失师德和人格的教师，在学生中、社会上产生了极为不良的影响。如有的工作消极，纪律涣散；有的弄虚作假，沽名钓誉；有的赌博成性，作风卑劣；有的吃喝玩乐，贪图享受；有的患得患失，凡事必讲报酬。凡此种种，都玷污了人



民教师的光荣称号。因此，提倡身教重于言教具有十分重要的现实意义。教师应把言传和身教结合起来，以身作则，行为世范，仪表端庄，举止文雅，以自己的言行和人格魅力来影响学生。

学生时代正是学生世界观、性格形成阶段。在现代教育背景下，教师不再是智慧的代表、独一无二的权威，学生更加向往平等、崇尚自由，具有开放性思维，但同时他们的自制力、自控力又不强，对他们的教育是一项很艰巨的工程。可以说现代教育背景下的学生教育比以往任何时期的教育更任重道远，除了教师丰富的学识、积极努力的工作精神、幽默风趣的性格对学生起着潜移默化的作用外，还有家庭、社会环境也对学生教育起着重要的作用。

### 三、历练坚强的毅力，培养美好的品格

历练坚强的毅力是完成教育工作的必要条件。教师职业是一个艰苦烦琐的职业，教师常常要面对照顾子女与教育学生的矛盾、科研与教学的冲突，常常会听到教师感叹，自己孩子生病了不能照顾，因为不能耽误学生的课。在教育工作中，如大学教师，科研是教师晋级工资、晋升职务的重要指标，教师白天上课，晚上做科研，弄得身心疲惫，如果没有克服困难的意志品质，没有舍小家为大家的境界，就不能在平凡的教育岗位上保持持久、热情的教育情怀。因此，教师应该具有顽强的毅力，在困难面前能够百折不回，知难而进，把培养学生作为一种神圣的事业，并为此奋斗终生。

耐心也是教师应具备的另一重要品质。教育是一个长期的、复杂的过程。在教育过程中教师不要因学生暂时的退步而失去信心，也不要因为学生的反复而感到苦恼，而要千方百计地去想办法，倾注心血，要有不把学生培养成才决不罢休的精神。如著名歌唱家廖昌永回忆周小燕先生对学生倾注了一辈子的心血，周小燕先生对学生学习要求非常严格，富有爱心、耐心，为我国培养出了许多杰出的歌唱家、音乐教育家。

善于管理自己的情绪是教师品质自我完善的标志。教师特别要管  
试读结束，需要全本PDF请购买 [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)