

【专业版】

女声卷

徐娟娟 编著

声乐比赛歌唱要点

Sheng Yue Bi Sai Ge Chang Yao Dian Quan Tong Lu

全攻略



湖北长江出版集团
长江文艺出版社



声乐比赛歌唱要点

全 本 全 卷



【专业版】

女声卷

徐娟娟 编著

全攻略

Sheng Yue Bi Sai Ge Chang Yao Dian
声乐比赛歌唱要点

湖北长江出版集团
长江文艺出版社

新出图证(鄂)字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

声乐比赛歌唱要点全攻略·女声卷/徐娟娟 编著

武汉:长江文艺出版社,2007.9

ISBN 978-7-5354-3558-3

I. 声… II. 徐… III. 女声—歌唱法 IV. J616.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 125421 号

责任编辑:赵洁萍 刘 凯

责任校对:陈 琪

封面设计:黄 珂

责任印制:左 怡 邱 莉

出版:湖北长江出版集团

地址:武汉市雄楚大街 268 号

出版:长江文艺出版社

邮编:430070

发行:长江文艺出版社(电话:87679362 87679361 传真:87679300)

<http://www.cjlap.com>

E-mail: cjlap2004@hotmail.com

印刷:荆州市翔羚印刷有限公司

开本:880 毫米×1230 毫米 1/16 印张:12.875 插页:1

版次:2007 年 9 月第 1 版

2007 年 9 月第 1 次印刷

印数:1—5000 册

定价:28.00 元

版权所有,盗版必究(举报电话:87679308 87679310)

本社常年法律顾问:中国版权保护中心法律部

(图书出现印装问题,本社负责调换)

目 录

第一篇：如何有表情地歌唱

一、怎样唱歌	1
二、善于歌唱	3
1.善于用脑	
2.善于用心	
3.善于用嗓	
4.善于用情	

第二篇：声乐比赛前的准备

一、认识自己	6
1.认识自己的声音条件	
2.认识自己的演唱水平	
3.认识自己的性格	
二、选择歌曲	8
1.对歌曲的把握	
2.对伴奏的选择	
三、录音	8
1.气息控制	
2.音量的控制	
四、舞台形象	9
五、综合素质	9
六、心理素质	10
七、赛前嗓音的保护与身心的放松	11

第三篇：声乐参赛曲目推荐

1. 中国作品

春思曲	14
七月的草原	18
一杯美酒	24
故园恋	28
彩云与鲜花	34
桃花红，杏花白	39
恨似高山仇似海	45
我的珠穆朗玛	51
眷恋	57
山里人	64
美丽家园	71
木兰从军	78
祖国，我为你干杯	95

2. 外国作品

漫步街上 ——歌剧《艺术家生涯》选曲	100
多蕾塔做了什么美梦 ——歌剧《燕子》选曲	104
人们叫我咪咪 ——歌剧《艺术家生涯》选曲	109
鞭打我吧 ——歌剧《唐·璜》选曲	117
复仇的怒火 ——歌剧《魔笛》选曲	125
亲爱的名字 ——歌剧《弄臣》选曲	133
为什么？为什么 ——歌剧《茶花女》选曲	142
你可知道，好妈妈 ——歌剧《乡村骑士》选曲	158
哈巴涅拉 ——歌剧《卡门》选曲	165
啊，满园鲜花凋零 ——歌剧《梦游女》选曲	171
再见，我将去远方 ——歌剧《瓦蕾》选曲	177
姑娘的秋波 ——歌剧《唐·帕斯夸莱》选曲	185
饮酒歌 ——歌剧《茶花女》选曲	196



第一篇：如何有表情地演唱

大家都知道，声乐演唱是由气、声、字、腔、情组成的。其中气、声、字、腔是手段，情则是目的。要求有正确的姿势、正确的呼吸支持、良好的起声、准确的母音状态、圆润的音色（不是明亮，或大嗓门）以及丰满而集中的共鸣位置、清晰的语言和准确的感情表述。本篇将从唱歌与歌唱两个不同层面来向大家介绍声乐演唱。

一、怎样唱歌

唱歌是人体嗓音的艺术发挥，演奏者的乐器可以事先自由选择，以精良为上乘。而演唱者的“乐器”来自自身，要由自己来“制造”和控制，因此学习声乐需要有正确的姿势和方法：

1. 正确的姿势

一般来说歌者在精神状态上应力求饱满、挺拔、沉稳、振奋有生气，姿势要求亲切、自然、朴实、大方；发声状态上要保持自然放松状态，又要有持久平稳的歌唱生理运动的感觉。要求注意以下五点：（1）头正、颈直、看前方，“脊梁插着擀面杖”。（2）自然挺胸双肩垂，张嘴下巴“懒洋洋”。（3）双腿站立前后分，重心放在前脚上。（4）手势自然形体美，“松而不懈”“紧不僵”。（5）收腹提臀两胯开，积极、松弛全身唱。

2. 呼吸需要有弹性

发声的准确、音质的优美和歌唱的表情都与呼吸密切相关。唱歌中的许多毛病，也往往因歌唱者不善于运用呼吸所造成。民族传统唱法中说：“善歌者必先调其声。”美声唱法中也强调：“唱的过程中要想到吸，吸的过程中要想到唱，怎么吸就怎么唱，吸到哪就唱到哪。”都说明了呼吸的重要。唱歌时吸得过满，腹部肌肉过分僵硬，会带来喉部肌肉紧张使声音缺乏弹性。流畅的歌唱性是演唱技术的基础，演唱者为了掌握持久地，均匀地和优美地拖长声音的本领，就必须学会持久地、平稳地、有节制地控制呼吸的能力。

我们在歌唱中运用呼吸时应注意：（1）鼓腹吸气沉“丹田”，贴着咽壁“吸着唱”。（2）胸口松开向下“叹”，气沉胸底腰扩张；“又吸又呼”声流动，气向下“铺”音向上。（3）腰一缓劲儿就换气，被动换气不用想，“关闭”高音气倒灌，腔体松开“一米长”；“气行于背”

【声乐比赛歌唱要点全攻略】

“吹瓶口”，“吹”响头腔点明亮。(4)后背控制上、下“吸”，全身舒展气流畅。(5)呼吸稳定最省力，轻松愉快把歌唱。

3.良好的起声

在发一个音之前，先要在思想上把它成型，并赋予它适当的色彩、音色和表情，也就是通常指的“先想好了再唱”。换句话说，也就是要先形成正确的声音概念，然后让这些概念条件反射到脑部。使之自动地调节，平衡人体的发声器官来发声和歌唱。声乐教学的目的，就是要通过有意识的学习，而达到下意识的或半意识的自如歌唱。

4.准确的母音状态

声乐艺术是用语言和音乐两者结合起来表达歌曲思想内容的一种艺术形式。学习如何咬字、吐字和处理语言，是声乐学习者极为重要的一个课题。五个母音a、e、i、o、u对声门的闭合和张开均有所不同，“a”声门是完全打开的，“e”声门半开，“i”声门关闭，“o”声门半开，“u”则声唇张开，声门韧带关闭。在这五个母音之中以“u”母音的开合状态最健康，所以要把“u”以外的四个母音保持相同与“u”的发声位置来发声，用暗一点的音色，只用一半的声音用声带后端来唱，其中唱“i”母音时要保持“a”母音的位置，“e”母音很容易位置移上去，要尽量去避免，我们唱歌时是以传达母音为主的。至于子音，由于它是缺乏感性的声音，所以它只是母音的附庸。坚持母音的纯净性，就是坚持发声的正确性，也就是我们常说的“字正才能腔圆”。而母音不纯，是由于有喉音、鼻音等错误发声的干扰所致，因为“错误声音的发出，必定伴随着有错误生理动作的原因”。

5.圆润的音色

音色是声音的特色，音色的不同是由于发音体发音方法、发音时共鸣器官的不同形态造成的。美声学派所需要的音色，并不是越明亮越好，也不是越厚、越圆越好。理想的音色，应是具有天鹅绒般的柔和感觉而仍不失其明亮的。

6.丰满而集中的共鸣位置

美妙动听的歌声离不开共鸣的美化，它是丰富音色的重要声音造型手段，美好的共鸣是提高声腔美与声乐艺术表现力的关键。人的共鸣器官可形成三种共鸣方式，即口腔共鸣、头腔共鸣与胸腔共鸣。掌握正确的共鸣方法有五个要领：(1)共鸣位置在咽壁，共鸣音响灌咽腔。(2)共鸣反射找“焦点”，前“哈”后“哼”气通畅。(3)音域升高变母音，腔体“打开”要舒张。(4)“关闭”拢住共鸣点，声音胀满鼻咽腔。(5)抬起软腭“打哈欠”，“打开喉咙”气通畅。

7.清晰的语言和准确的感情表述

歌唱训练并不单纯是掌握声音的技巧，还必须把握语言的规律，借助准确的咬字、吐字，清晰地表达歌曲的情感，塑造旋律的音乐形象。

民族声乐字头的发音称为咬字，它的发音部位和发音方法由于声母的接触部位不同，而把它归属为唇、齿、舌、牙、喉五类，谓之五音；民族声乐对字腹的发音称为吐字，由于发音吐字时韵母的口形不同，而把它归纳成开口呼、齐齿呼、合口呼、撮口呼，谓之四呼；而



对字尾的处理则为收声归韵。从语言学的角度看，汉字是由声、韵、调三个要素构成的，尤其是声调不仅是形成西洋与民族声乐两种歌唱方式的根本原因，也是造成字正不歪的因素。

西洋声乐对于语言也十分重视，读字的清晰、准确、富于情感，却不存在字正不歪的问题。因为西洋声乐是以“咏唱”为主要的歌唱方式。在咏唱中，唱者的曲谱是作曲者早已规定好了的，歌者要忠实于原作才行。因此，西洋声乐艺术只存在着语言是否清晰、感情是否动人的问题。

歌唱艺术的灵魂是表达人的思想感情。要想唱好每一首歌，就需要在每一首歌里注入丰富的情感，而不能将声音、词意和感情三者割裂开来。语言是人类思想感情的信号，字在歌唱中就是传情达意的。

因此，在声乐演唱中，清晰的语言和准确的感情表述是处理和表现歌曲的重要环节。

二、善于歌唱

一个好的歌者必须具备四个方面的条件：第一是要善于用脑；第二是善于用心；第三是善于用嗓；第四则要善于用情。四者要协调发展，缺一不可。

1. 善于用脑

人的大脑分左、右脑，两个在功能上各不一样，大体上左脑是语言脑，右脑是音乐脑。如果你想在演唱中使歌曲达到生动感人的效果，就要对歌曲所反映的生活、内容从认识上达到一定的深度。作为学生，对老师所提的要求能够理解；对自己唱法上出现的问题能够正确解决。学会在声乐学习过程中善于用脑，对自己的歌唱程度做到心中有数，有效地把握练习的方法，不断地提高演唱能力。因为歌唱乐器的使用，歌唱运动所发出的声音是看不见、摸不着的，需要歌唱者细心地去琢磨、感觉、体会、尝试。反之，如果歌唱的方法不科学，对作品的理解不准确、不深刻，歌唱中的许多问题弄不清楚，在歌唱中没有自己的主见，缺乏判断正误、优劣的能力，别人说什么你都接受，都认为对，没有分辨、判断能力，意见多了就糊涂了。

因此，在歌唱中要善于用脑，培养敏锐的观察力，学会辩证地看问题，同时提高分析问题、解决问题的能力。这些对歌唱艺术非常重要，不能忽略，否则必将阻碍你歌唱能力的发展与提高，阻碍你的进步与成功。

2. 善于用心

除了要善于用脑以外，在歌唱中还要善于用心。音乐是表演艺术，一个演唱者需要有分析、理解作品内容和体验作品感情的能力，并且会用歌声去表达作品的内容及思想感情。歌唱的表现能力是多种智慧与能力的综合，包括以下几点：

(1) 对音乐作品中所反映的生活及人物的思想感情、神态和事物的内涵有观察、分析、理解能力；

(2) 对音乐语言与音乐表现手段所表现的感情有感受、体验和认识能力；

(3) 善于运用歌唱的技能技巧，把所理解的内容、感受及情感用歌声表现出来的表达能

【声乐比赛歌唱要点全攻略】

力。

如果歌唱者不能很好地运用以上三点能力，纵然有好嗓子，却因唱出来的歌很冷静，很平淡，虽背得很熟，就是不感人，也就达不到歌唱艺术的目的和要求。因此，歌唱者要善于感受、用心体验歌曲的情感，领悟其内涵，用歌唱技能、技巧把它表现出来，这是使歌唱富有艺术表现力非常重要的方面。

3. 善于用嗓

歌唱的乐器是自己的嗓子。因此，要拥有良好的歌唱乐器，首先要有健康的身体和良好的精神状态。歌唱的乐器与其他乐器不一样，譬如你想要一架好的钢琴，你可以去买，只要你的经济条件允许，你喜欢什么牌子的，就可以买什么牌子的。而歌唱乐器是长在自己身上的，一个人一辈子只有这一个嗓子，既要唱歌又要说话，作为歌唱乐器，还需要学习、运用适合自己嗓音特点的歌唱方法，用正确的歌唱训练来重新制造它，使它成为既能演唱自如，又能延长艺术寿命的歌唱乐器。

如果歌唱方法不正确，嗓音使用不适当，就会把歌唱乐器损坏。如果这唯一的嗓音乐器损坏了，不可能更换新的声带，必将失掉歌唱能力，只能放弃你心爱的歌唱事业。每个人的歌唱乐器都有自己生理上的特点，唱出来的声音有不同的音质音色。要用歌唱乐器来唱歌，就要学会重新制造它、调理它、使用它、爱护它，要能够充分发挥自己歌唱乐器的最好功能，保持它持久耐用，唱得动听、感人，这就要学习正确的歌唱方法，掌握适合自己嗓音条件的歌唱技术和适合自己实际情况的歌唱训练过程，只有经过正确和良好的歌唱训练，才能灵活自如地运用歌唱乐器，使之更适合歌唱艺术表现的需要，发挥歌唱的艺术表现力。

4. 善于用情

“情”是指在演唱声乐作品中的感情。在音乐艺术中，歌唱的表现力最强、最感人，因为歌声最能表达人们的思想感情。我们所说的用心在歌唱，也可以理解为用情在歌唱。

歌唱的表现不只是凭声音的技巧，而必须首先理解歌词的主题思想，了解词曲作家在写作品时的时代背景和思想情况，进一步挖掘作品的内涵。因为任何作品都是时代的产物，每个词曲作家都是用自己的心血去写他们的作品。那么，在声乐作品中所体现出词的字里行间和音乐旋律中的每一小节，都表现着他们的情绪、抒发着他们的感情。在分析词曲的思想内容时，歌唱者应该用自己的理解和处理，通过演唱把歌词中的形象和音乐中的形象，有机地统一起来，形成不可分割的一个整体，从而可以较为准确地表达词曲作家的意图。当然，在演唱中歌者还要加上自己的理解和感受，以及丰富的想象展现出特有的个性和风采，这就是歌唱对作品的再创作。一个好的歌唱艺术家，不仅会充分准确地表现词曲作家的创作意图，更重要的是会通过自己的演唱才华，使作品发出新的光彩。

拿民族声乐来讲，“情”的表达和体现是应当具有民族性的，必须符合中国人的情感表达方式和欣赏习惯。还要掌握好分寸，搞过头就会使人感到没有深度或外在，需要激情时含而不放，又会显得温和而缺乏热情的力度，难以使观众产生共鸣。所以，如何恰到好处地去演唱作品是十分重要的。例如：《江河水》这首由民间乐曲改编的歌曲，难度大，情绪变化



多，整个歌曲演唱需八分钟左右的时间。演唱时，从音乐一开始就需把感情投入到声乐作品规定的情境之中，才能抓住观众的情绪，把每个旋律起伏变化、段落转折以及间奏衔接等都用感情的喜、怒、哀、乐贯穿始终，一气呵成；并且还可以把戏曲的表现手法和演唱技巧有机地结合起来，有的放矢、有柔则刚，将《江河水》这首歌唱得感人、催人泪下。

作为一名好的歌唱演员，必须要学会“善”，从音乐一开始就要进入“角色”，投入感情、自始至终、贯穿到底，不要受环境的干扰，要充满自信，情真才能意深。

具备了以上四个条件，再在歌唱生涯中不断提高自己的内在与外在修养，方能使歌者的声乐之树常青！

第二篇：声乐比赛前的准备

作为一名歌者，最终的目的就是要让大家认识自己，舞台则是歌者最好的展示平台。但并不是每一位歌者都能找到很多演出机会的，有一个舞台向所有歌者开放，那就是赛场。

当今社会，随着文化生活的日益繁荣，各种赛事也日益繁多起来，很多人由于缺乏比赛经验而无从下手。本篇就参加声乐比赛需要注意的一些事项逐一分析和归纳，供读者参考。

一、认识自己

参加比赛前首先要对自己有一个充分的认识，包括自己的声音条件、音域。自己的性格、阅历、文化底蕴、音乐素养等。这些都会直接或间接地影响到比赛的成绩。

1.认识自己的声音条件：

人的嗓子，正像人的形象一样千姿百态，各不相同。从嗓音的基本生理特征与艺术歌唱训练、表演的基本规律两者结合看来，可以大体上将人的歌声科学地划分为男高音、女高音、男中音、女中音、男低音、女低音6种类型。至于每位歌手究竟属于哪一类音种，声乐界历来存在两种判断方法：一种是根据个人的生理结构特点予以大致上区分；另一种是根据歌唱训练时对嗓音的听觉感受予以分析归类。

(1) 根据生理构造分类，主要是测量声带的长、宽、厚度，喉头的大小，会厌的宽窄，脖子的长短，咽腔的构成形态，这对于一般情形是适用的。但是，既然是艺术的歌唱，它就往往会出现很多的特殊情形：如有的人从生理构造上分析应属于女高音，却唱女中音并有所成就；又有的人从生理构造上看应属于女中音却唱女高音异常出色，这些情形在中外歌唱界不乏其列。

(2) 从听觉效果感受上来划分声部亦有其片面性，因为在人的声乐经验不足时，听觉难免会有所误差。人的歌声除了音域是可以迅速测量的外。其音色与音量要想准确测量目前在生理科学上尚有一定困难。如有的女歌手，乍一听声音非常高远明亮甚至能唱到像花腔女高音那样的极高音。但是唱一阶段后嗓音越来越吃力，严重者甚至发生声带病变，检查其声带却应归属女中音范畴。

歌唱嗓音的基本特征：



女高音：声带结构短而薄。其长度一般在8—12毫米。声音听起来明亮纤细。高音区发音较方便。而中低音区声音却比较薄弱。在女高音范畴内又可细分为抒情女高音、戏剧女高音和花腔女高音三种类型。抒情女高音的音色一般比较柔和甜美，大都擅长演唱抒情性歌曲；戏剧女高音的歌声铿锵有力，音色明亮，大多擅长演唱富于戏剧性人物的歌剧选曲；花腔女高音的歌声纤细灵巧，大多擅长演唱一些极富跳跃性的华彩乐段，有的花腔女高音甚至能唱到极高音^f以上，并能娴熟地变换各种音色。

女中音：这类歌手的声带比女高音的声带略长、略宽。其歌声比女高音厚实、有力，特别是中声区声音更为丰满柔润。

女低音：这类歌手的声带构造比女高音和女中音更长些、宽些，其声音低纯、浓沉，有点像男高音，大多擅长演唱富于戏剧人物的歌曲。唱到中低声区的音时，如果不仔细听，很可能会误认为是男高音。

2. 认识自己的演唱水平

尽管声音条件有音色的区别、声线的区别，但不管什么样的音色和声线，你的音域和演唱水平始终会牵制着你对歌曲的选择和把握。

在歌唱训练中，人们一般均有两种音域：一种为“可及音域”，一种为“实用音域”。“可及音域”是自己尽最大的能量所能演唱的最高音和最低音之间的距离，也就是声带张力的最大值。“实用音域”就是从低到高在整个音域内，唱的最有把握的，最能代表自己嗓音特色的一段音域。

把自己的实用音域与选定作品的曲调的最高音与最低音进行对照，如果歌曲曲调的音域与自己的实用音域相吻合，便可进行演唱。反之就得进行合理调整后再演唱。只有这样，才能严格保证自己的嗓音在科学的轨道上向前发展。

在歌唱的不同阶段应选择不同程度的歌唱作品，对技能技巧的把握上，应该做到：（1）永远不要演唱那些超过自己发声能力范围以外的、难度较大的声乐作品。（2）演唱歌曲时，应给自己的嗓音留有充分余地。一般情况下给自己留出一个小二度或大二度，不要把自己推向顶峰，以防发挥失常。只有这样，才能严格保证自己的嗓音在科学合理的轨道上向前发展。

3. 认识自己的性格

知道了自己的声音条件及演唱水平以后，还要知道的就是自己的性格了。可能有人就会说了，我要参加的是声乐比赛，要知道性格做什么呢？前面一章里面我们介绍了，演唱除了要求技巧以外，更重要的是要用情感去打动听众，而情感的表达跟一个人的性格是密切相关的。当然一个好的歌唱演员是要能演绎任何一种情感的，但是在你没能熟练驾驭你的嗓子、你的情感前，最直接的方法就是选择与你性格较为接近的歌曲，加上你的演唱技巧，你会更快融入到歌曲里，也就能更好地打动你的听众。

总之，歌手对于艺术水准的追求应向高标准看齐，而对于自己的进步则应与自己的过去相比。要客观地认识自己，保持一种“平常心态”参加各种比赛。

【声乐比赛歌唱要点全攻略】

二、选择歌曲

很多歌手拥有“漂亮”的嗓子，“娴熟”的技能，但往往因为没选好歌曲而发挥不出自己的特点。可见，选歌是参加比赛的重要环节。在充分地认识自己的基础上，选择一首合适的歌曲，有针对性地进行训练。

1. 对歌曲的把握

在选定一首歌曲之后，我们要熟悉歌曲的词曲，挖掘出它的主题以及调式，然后根据主题分析每一句的含义，从歌词的整体意境中找出一个你所要表达的情绪。如果你选择的是民歌或民歌风格的曲目，首先你要了解是哪个民族或地区的，弄清楚其在音乐风格和语言上有什么特点和韵味。随着时代的变迁与更迭，在不断的创新和发展中，民歌的风格、题材、内容和表现手段日益完备。我国的民族歌曲由于地域上的区别，所反映的风土人情、风俗习惯、心理状态以及语言上的咬字、吐字，都会有不同的特色。这就要求歌者做好案头工作，做到心中有数，才能在练唱时达到好的效果。如果你选择的是歌剧选段，你还要对歌剧的时代背景、作者创作的风格特点、剧情的发展，以及主人公的性格特征和演唱心情等有一定的了解。同时要把握所选歌曲的技术性，如快慢节奏、休止符、音准、旋律、吐字、换气、动和静、强和弱、高潮和低潮的处理等要吃透、弄懂，并全身心投入去解读作品。要求用原文演唱的歌曲，一定要弄清楚原文的含意与语言的重心，要反复地琢磨，努力使语言准确、清晰，并且要逐步建立自信心，使自己对作品的处理准确到位，确保作品演唱成功。

2. 对伴奏的选择

伴奏质量好坏直接影响着评委对歌曲的看法。一个好的伴奏，前奏一起就能把人带入一个神往的意境当中，听众就会对歌曲留下一个好的印象，即使歌手在演唱中有所失误，第一印象也能为其减少一些折扣，好的音乐伴奏能为歌手“拉”上很多分，但如果伴奏一出来，就织体不清、乐器模糊一片，一是很难让歌手进入到歌唱情绪上，二是伴奏平平淡淡，没有推动性，会影响到听众的情绪。

前面我们说选择歌曲要根据个人的音域，有很多歌手有了好的伴奏却不适合自己的音域，就想通过降调来给自己留余地。笔者要告诉大家，千万不要通过VCD或是DVD机来降调或升调，那样会影响到伴奏的质量。如果必须降调或者升调，就要通过录音软件，在录音棚里由专业人员为其降调或升调，这样基本上不会改变伴奏的质量。如果实在找不到优质伴奏带，也可以到录音棚根据你对歌曲的理解进行量身定做，但价格会比较高。

三、录音

现在有很多大赛，初次海选时都要求歌手寄录音带到赛委会。在录音棚里演唱和在舞台上的感觉是完全不一样的，不但需要有良好的声乐功底，还需要具有对演唱细小环节的控制能力。

1. 气息控制

录音时如果气息不到位，就很容易造成音准的偏差。气息量过少，声音会变得虚弱，音



色缺乏质感。有很多歌手一进录音棚，声音就容易发抖，这就是因为气息用得少，没有正确地运用呼吸，造成上下共鸣不能贯通，靠口腔和压挤声带而发出的声音。除此之外，气息用得少还会造成音往下滑，容易跑调的现象。我们在现场演唱时也会有这些毛病，只是我们很容易忽略。而在录音棚里，歌手在演唱时出现的问题，很容易被记录下来。因此，录音时应特别注意气息与音准。

2. 音量的控制

录音时演唱音量过大，电平会失衡，声音会很“硬”，影响演唱的效果。这对于一些戏剧性歌手来说，是一个特别要注意的环节。一般正规录音棚的录音话筒都是电容话筒，灵敏度会很高，因此在录音话筒前，歌手的声音是赤裸裸的，任何毛病都会在此暴露无遗。音量过大，会给人一种不亲切的感觉，而且还有“喷话筒”、呼吸痕迹过重等情况出现。歌曲出现高潮时往往会有很多强音，遇到这种情况，歌手要自觉把身子后仰一些，拉开嘴巴和话筒的距离，同时歌曲中出现的一些爆破音、唇齿音和气流较大的字，在录音中也要注意对它们适当控制。

在录音前歌手应主动同录音棚的工作人员做好沟通，协调掌握好与话筒的距离、自己对歌曲的处理等，此外录音时要克服自身的一些小习惯，如用脚打拍子、晃身子等。这些会制造出一些杂音，也容易导致声音不稳定。

四、舞台形象

歌唱艺术除了是听觉艺术以外，还是视觉艺术，是必须同听众见面的艺术。赛场就是一个大舞台，在舞台上每一个动作、每一个手势甚至每一个眼神都会牵动观众的视线，这就要求演唱者有舞台感和驾驭自己的能力。要把听众当朋友。要感到是在用歌声倾诉一种情感，传达一种艺术境界。演唱时能始终处于可控状态。另外，落落大方的台风，上场、谢幕时的步态以及演唱中有较长的过门间隙时，台上的情感表现要与乐曲表现的内容相吻合。

在舞台上，演唱者带给大家的不仅仅是听觉上的享受，还应该有视觉上的，这就是我们常说的“养眼”。形取于象，神取于心。象是外在的，心是内在的，取心要取其精神，取其气质。演唱者的表情姿势、风度仪表、身段扮相、装饰服饰、形体动作都与演唱相辅相成。在舞台上，演唱者应根据歌曲的情况来决定自己的舞台形象，或静或动或动静结合都要给人一种视觉上的美感，在表演中展现出神形兼备的风采。

五、综合素质

声乐是一门综合的表演艺术，融文学、音乐、戏曲于一体。声乐作品是音乐旋律和文字诗歌的结合，每个声乐作品都有其产生的历史背景和文化背景。一个好的声乐演员，不仅要有良好的音乐素质和声乐天赋，还要有一定的文化修养。全面的艺术修养能够使歌唱者的演唱得到充分的发挥，同时也有助于歌唱者提高自信心，形成良好的歌唱心理状态，使演唱获得成功。

【声乐比赛歌唱要点全攻略】

最近几年，央视的“全国青年歌手大奖赛”上出现了综合素质考核的环节，这成了很多歌手的心理包袱，同时也为每一位学习声乐者敲了警钟。歌唱艺术需要广博的修养、文化知识、艺术动力，需要一生不懈地学习和追求。通过学习了解历史，各个时代思想政治文化特征、各个时期作曲家的思想生活和艺术创作特征，通过自身的思考、理解，成为自身修养的一部分，才能在声乐艺术里找到美好的音乐感觉，对词曲作者的思想个性等有深刻的认识和了解，才能更好地表现作品。

世界著名三大男高音之一多明戈的演唱，不仅由于他具有精湛的技巧和金属般优美的声音，同时也由于他有高深的艺术造诣和文化修养，因此能很精确地表达歌曲中的意境、风格和内在的感情，给人无限的艺术享受，所以他能闻名于全世界，倾倒无数听众。有很多歌手在意识到综合素质的重要性时，往往是要参加比赛的时候，临时抱抱“佛脚”企图能“好运”过关。其实这种心态反而会增加心理负担，是不利于比赛的。艺术修养是平时日积月累的结果，所以要求我们声乐学习者平时必须通过多方面的专业学习和文化素养训练，并在实践中不断地总结积累。只有这样才能使歌唱技术、技能以及音乐表现达到良好的状态，成为一个优秀的歌唱者！

六、心理素质

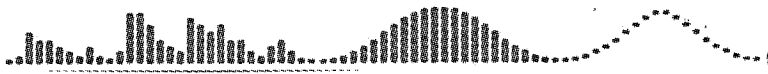
通过一段艰苦的训练后，每位歌唱者都想在比赛中发挥出最佳水平，甚至还期望在舞台表演和歌唱中能有感而发，使自己所掌握的技能获得超常发挥。然而，声乐比赛实时性很强，歌声转瞬即逝，演唱中间不能随意停顿，即使是错了也要继续唱下去，状态不好该上场时还是要上场。尤其是在高水平的歌唱比赛中，歌唱者的素质和技术水平差距越来越小，比赛胜负往往取决于他们心理状态的好坏。

只有沉得住气、临危不乱的演员才能在众目睽睽之下唱好歌曲。要想临危不乱，必须做到以下几点：

首先，良好的演唱动机，是将自己艰苦努力排练好的精神产品负责地、精心地再现于观众面前，表演时以新鲜体验和创造使自己进入角色和演唱的内容，从而使观众受到艺术感染，得到艺术享受。对于不良的习惯我们要改变并调整，这是演唱成功的重要因素。

再者，紧张心理是声乐表演的大敌，临场过分紧张就会忘词、走调、声音颤抖，和平时的正常水平相差甚远，简直判若两人。演唱者临场紧张是产生的一种害怕、不自信、犹豫不前的情绪，在中枢神经系统形成了特有的兴奋。这个兴奋的程度很强，超过了该演员的控制能力，由于大脑皮层发出的歌唱以及以想象进入情景、角色的指令受到了紧张兴奋中心的强烈干扰，于是指令的传达变形，原有的长期练功形成一定程度自动化的条件反射其固定联系也被打乱，破坏性的效应就无情地出现了。

防止紧张出现的基本方法是有准备地消除紧张的根源。要多争取参加演出，多熟悉各种各样的观众和各种各样的演出场所。决不打无准备之战，演唱的作品一定要熟悉，而且对它的难度应可以毫不吃力地驾驭。还要避免自己患得患失，否则只能引起紧张，使你失败惨



重。

克服紧张心理，建立获胜的信心，就一定要做好演唱前的充分准备。

(1) 对于即将演唱的歌曲，要有足够的视练时间。熟读乐谱，注意音准、节奏、速度，一丝不苟，千锤百炼。

(2) 熟背歌词。歌词要背得纯熟，达到不假思索地脱口而出的程度，这样就不必担心错词、忘词。

(3) 要多合伴奏。在合伴奏时，就像亲临舞台一样。

(4) 解决歌词难点。要找出歌曲中的难点，分别磨练解决。如对某个字、某个音、某个行腔、某个间奏等等都要准确无误。

(5) 公开练习。在演唱之前，进行公开练习是为了多多锻炼自己。平时可请同学、老师、家人听自己练习演唱，演唱好了可累积经验，演唱不好可汲取教训。这种公开练习会减少视听、考试、演出、比赛时的紧张程度。

(6) 每场上场前，一定要静过一遍。无论歌曲的生熟，还是歌手紧张与否，在上台演唱之前，集中注意，和实际演唱一样，小声地静过一遍，这也会减少紧张。

(7) 苦练基本功。有些学生平时练习基本功不刻苦，到了考试时，就紧张得不得了，不是怕气息上浮就是怕声音出不来，不是怕低音下不去就是怕高音唱不起。俗话说：“艺高胆大。”实践证明，只有熟练掌握技巧，才能信心百倍，稳若泰山。

如果出现紧张，我们怎么控制呢？有几种心理暗示的方法可以一试：

对害怕观众挑自己毛病的心理，可以下列的话提醒自己——老演员说过：“上台是猛虎，下台如绵羊。”台上的时间我就是主宰，我唱你们听。下台后我一定当绵羊，谦虚地主动地征求大家意见。还有出台前几分钟把自己想象成特定的人物，把舞台、灯光想象成自己特定的活动环境。不要在这个时间背词，不要用逻辑思维想词，只要你集中于内容，自然就驱走了紧张，词和曲会自动地进行，观众的注意力也会安静地集中在你的身上。

声乐表演和体育运动、即兴演说很相似，都有一个心理训练、心理调整的问题。无论教师还是导演都应注意每个学生或演员的心理素质培养，注意排练和课堂训练不脱离演出实践，注意循序渐进和演出前的充分准备，注意在演出群体内培养互助互爱的氛围。

七、赛前嗓音的保护与身心的放松

比赛前一天是决战前最后冲刺的时间，有几点一定要注意，以免平时的准备得不到有效的展现。

1. 依旧开嗓练唱：比赛前一天不必加强练唱，但开嗓、练唱的基本功还是要做的，千万不要因为明天要比赛，便有“养精蓄锐”的偷懒想法。纠正各种不正确的发声方法，控制用嗓时间避免超负荷滥用嗓音。另外，还要尽量避免在噪音环境中说话，大声叫喊则应绝对禁止。

2. 不要食用易生痰的饮食：如甜饮料、糖等，都会让人喉咙生痰，音色将会变质。不要