

学前教育专业声乐教材

# 声乐

SHENG YUE

宋巨瑶 宋翊飒 编著

一本师范院校学前声乐技能训练的教材  
专业/全面/实用

★学前声乐教育从这里开始

★一本易学易懂/实用性很强的教材

★理论+实践/练声曲目+教学曲目

★适合学前教育专业

# 学前教育 声乐教材

责任编辑：金作祥  
封面设计：张 宁

ISBN 978-7-225-03023-4



9 787225 030234

定价：32.00 元

# 声乐

学 . 前 . 教 . 育 . 专 . 业 . 声 . 乐 . 教 . 材

宋巨瑶 宋翊飒 编著

青海人民出版社

2007·西宁

图书在版编目 (CIP) 数据

学前教育专业声乐教材 / 宋巨瑶, 宋翊飒编著. — 西宁:  
青海人民出版社, 2007. 9  
ISBN 978-7-225-03023-4

I. 学... II. ①宋... ②宋... III. 声乐艺术—学前教育—  
教材 IV. G613. 5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第 153750 号

学前教育专业声乐教材

宋巨瑶 宋翊飒 编著

出版: 青海人民出版社 (西宁市同仁路 10 号)  
: 邮政编码 810001 总编室 (0971) 6143426  
发行: 发行部 (0971) 6143516 6123221  
印刷: 青海雅丰彩色印刷有限责任公司  
经销: 新华书店  
开本: 880 mm × 1230 mm 1/16  
印张: 13.125  
字数: 150 千  
版次: 2007 年 9 月第 1 版  
印次: 2007 年 9 月第 1 次印刷  
印数: 1-1 000 册  
书号: ISBN 978-7-225-03023-4  
定价: 32.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

# 目 录

## 第一单元 声乐基础知识

第一章 歌唱的器官及作用 .....	(1)
第一节 歌唱的发声器官 .....	(1)
第二节 歌唱发声的基本原理 .....	(7)
第二章 歌唱技能的培养与训练 .....	(8)
第一节 歌唱的姿势 .....	(8)
第二节 歌唱的呼吸 .....	(8)
第三节 歌唱的共鸣 .....	(10)
第三章 歌唱的语言 .....	(12)
第一节 语言基础知识 .....	(12)
第二节 歌唱的咬字吐字 .....	(12)
第四章 歌曲的分析处理 .....	(15)
第一节 分析歌曲的思想内容 .....	(15)
第二节 歌曲处理的一般手法 .....	(15)
第五章 人声的分类及声区的划分 .....	(16)
第一节 人声的分类 .....	(16)
第二节 声区的划分 .....	(18)
第六章 学前儿童与歌唱 .....	(19)
第一节 童声 .....	(19)
第二节 学前儿童的歌唱 .....	(20)
第三节 学前儿童歌唱中易出现的不良现象 .....	(23)
第四节 学前儿童嗓音卫生及保健 .....	(24)

## 第二单元 声乐基础技能训练

一、哼鸣练习的训练 .....	(25)
二、吹唇练习的训练 .....	(27)
三、连音练习的训练 .....	(29)
四、顿音练习的训练 .....	(41)
五、带词的基本练习 .....	(44)
六、二声部的基本练习 .....	(46)
七、幼儿练声曲 .....	(47)

## 第三单元 歌曲

### 一、教学曲目(33首)

花非花 .....	(49)
握别 .....	(50)
二月里来 .....	(52)
牧羊姑娘 .....	(54)
绣荷包 .....	(60)
念故乡 .....	(64)
渔光曲 .....	(66)
页里麦 .....	(69)
北风吹 .....	(70)
长城谣 .....	(72)
踏雪寻梅 .....	(74)
红蜻蜓 .....	(75)
我亲爱的 .....	(75)
在路旁 .....	(78)
清流 .....	(80)
摇篮曲(东北民歌) .....	(81)
在那遥远的地方 .....	(83)
红豆词 .....	(84)
茉莉花 .....	(86)
小河淌水 .....	(88)
数九寒天下大雪 .....	(90)
一道道水来一道道山 .....	(92)
月之故乡 .....	(96)
嘎达梅林 .....	(99)

---

# 声乐·学·前·教·育·专·业·教·材·

小白船 .....	(102)
燕子 .....	(104)
点绛唇·赋登楼 .....	(108)
歌声与微笑 .....	(110)
土拨鼠 .....	(113)
牧歌 .....	(114)
让我们荡起双桨 .....	(116)
乘着那歌声的翅膀 .....	(118)
生死相依我苦恋着你 .....	(123)
<b>二、补充曲目(11首)</b>	
大海啊,故乡 .....	(128)
桑塔·露琪亚 .....	(130)
铁蹄下的歌女 .....	(133)
思乡曲 .....	(135)
剪羊毛 .....	(137)
我们多么幸福 .....	(138)
我们的田野 .....	(139)
听妈妈讲那过去的事情 .....	(140)
牛背上的孩子 .....	(141)
小小驼铃响叮当 .....	(144)
嘀哩,嘀哩 .....	(146)
<b>三、简谱歌曲(83首)</b>	
狼和小兔 .....	(152)
身背大刀来放哨 .....	(152)
打东洋 .....	(152)
猜中指 .....	(153)
花儿点点头 .....	(153)
踢毽子 .....	(153)
打哑谜 .....	(154)
数蛤蟆 .....	(154)
螃蟹歌 .....	(154)
阿里里 .....	(155)
踏歌来 .....	(155)
诤娃娃歌 .....	(155)
阿西里西 .....	(156)
数指头 .....	(156)
儿童拍手游戏歌 .....	(157)
小猫和小狗 .....	(158)

# 声 乐 · 学 前 · 教 育 · 专 业 · 教 材

童谣 .....	(158)
好妈妈 .....	(159)
劳动最光荣 .....	(159)
打电话 .....	(160)
两只小象 .....	(160)
我是小鼓手 .....	(161)
月亮 .....	(161)
拉拉钩 .....	(162)
小脚 .....	(162)
红太阳照山河 .....	(163)
党是太阳我是花 .....	(163)
人人叫我好儿童 .....	(164)
摇啊摇 .....	(164)
小鸭子 .....	(164)
知了蜜蜂不一样 .....	(165)
云 .....	(165)
拔萝卜 .....	(166)
小雪花 .....	(166)
冬爷爷的礼物 .....	(167)
学走路 .....	(167)
小鼓响咚咚 .....	(168)
当妈妈 .....	(168)
小青蛙 .....	(168)
洗手 .....	(169)
一双小手 .....	(169)
小金鱼 .....	(170)
小蝌蚪 .....	(170)
我爱幼儿园 .....	(171)
爷爷为我打月饼 .....	(171)
我有一只小羊羔 .....	(172)
我的小花园 .....	(172)
新年好 .....	(172)
小星星 .....	(173)
还要睡吗 .....	(173)
再见吧,朋友 .....	(173)
火车开啦 .....	(174)
圆圈舞 .....	(174)
我的头和我的肩 .....	(174)



# 声 乐 · 学 · 前 · 教 · 育 · 专 · 业 · 教 · 材 ·

跳绳 .....	(175)
催眠歌 .....	(175)
到站了 .....	(175)
二月里的小熊 .....	(176)
小山羊 .....	(176)
森林在歌唱 .....	(177)
拍拍踏踏 .....	(177)
我和我的祖国 .....	(178)
红旗飘飘 .....	(180)
我属于中国 .....	(181)
乡音乡情 .....	(182)
我的家乡沂蒙山 .....	(183)
珠穆朗玛 .....	(184)
青藏高原 .....	(185)
绿岛小夜曲 .....	(186)
长大后我就成了你 .....	(187)
人间第一情 .....	(188)
又唱“浏阳河” .....	(189)
槐花海 .....	(190)
赶圩归来啊哩哩 .....	(191)
我像雪花天上来 .....	(196)
想起老妈妈 .....	(197)
今夜无眠 .....	(198)
在那东山顶上 .....	(199)
清粼粼的水来蓝莹莹的天 .....	(199)
拉着中华妈妈的手 .....	(201)
主要参考书目 .....	(202)

# 第一单元 声乐基础知识

## 第一章 歌唱的器官及作用

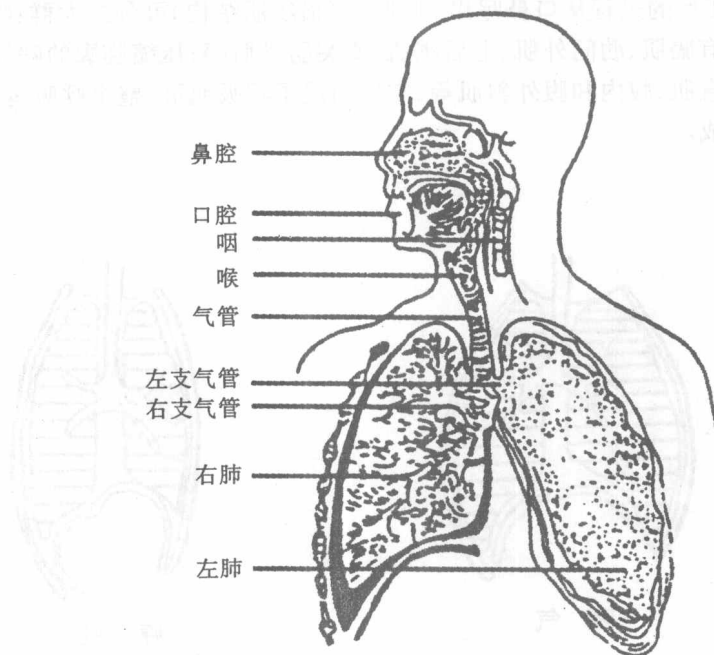
学习声乐,首先要了解歌唱的器官构造和发声的原理。掌握歌唱发声的运动规律和人声的生理特点,建立正确的声音概念,掌握科学的发声方法。

### 第一节 歌唱的发声器官

人类的发声器官是语言与歌唱的物质基础。既可分为四部分:呼吸器官、发声器官、共鸣器官、咬字器官。

#### 一、呼吸器官

呼吸器官包括鼻、口、咽、喉、气管、支气管、肺、横膈膜等有关呼吸肌群,是发声振动动力的来源,故视为动力器官。这些器官形成的气流是歌唱的动力。

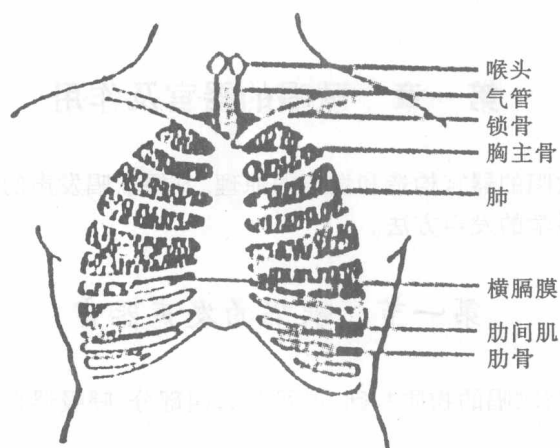


呼吸器官

气管于喉之环状软骨下部,位于食管之前,在其终止部位分成左侧与右侧支气管。支气管进而反复分支,最后的末梢称为细支气管。胸廓好像一个圆顶状鸟笼,其内腔叫做胸腔,肺在其内。

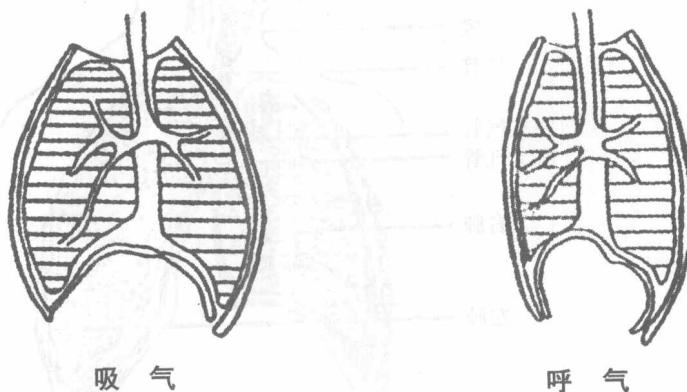
肺分为左右两侧,左肺有二叶,右肺有三叶。人的躯干由脊骨支撑着,前胸有一块扁平的胸骨和十二

对肋骨,肋骨之间有内和外肋间肌附着。胸廓的下口被由肌肉和腱组成的膈分隔;上为胸腔,下为腹腔。膈是一块紧贴在肺的下端的肌肉,它像倒扣着的碗,中心厚,边缘薄。富有弹性,这就是我们歌唱发声时常用到的横膈膜。



呼吸时横膈膜的位置

唱歌时,当气息由口鼻吸入,经过咽、喉、气管、支气管和肺部时,肺部充满了气息。其下面的横膈膜圆顶被气息压下,肋骨向外扩张。整个胸廓向前向上提升;呼气时,肋间肌放松,膈肌圆顶上升,胸廓的容积缩小。气息经过和吸入相反的过程从口鼻呼出。呼吸肌(横纹肌结构)可分二大群:吸气肌群和呼气肌群。开大胸廓的主要吸气肌有膈肌、肋间外肌、上后锯肌、横突肋骨肌等;压缩胸廓的呼气肌主要有肋间内肌、后锯肌、胸横肌,以及腹直肌、腹内和腹外斜肌等,它们组成了呼吸肌群,整个呼吸运动的过程是依靠呼吸肌群的扩张与收缩来完成。



## 二、发声器官

发声器官主要由喉头和声带两部分组成。当气息呼出时,两片声带闭合相互靠拢,喉头向下挡气,气流通过声门,因振动喉部的声带而发声。吸气时两片声带分开。

## (一) 喉头

喉头是有软骨作支架位于颈椎 4~6 节的前面,在舌根和气管之间,上连舌骨,下接气管,由五块较大的软骨构成。能灵活地调整声带变化。

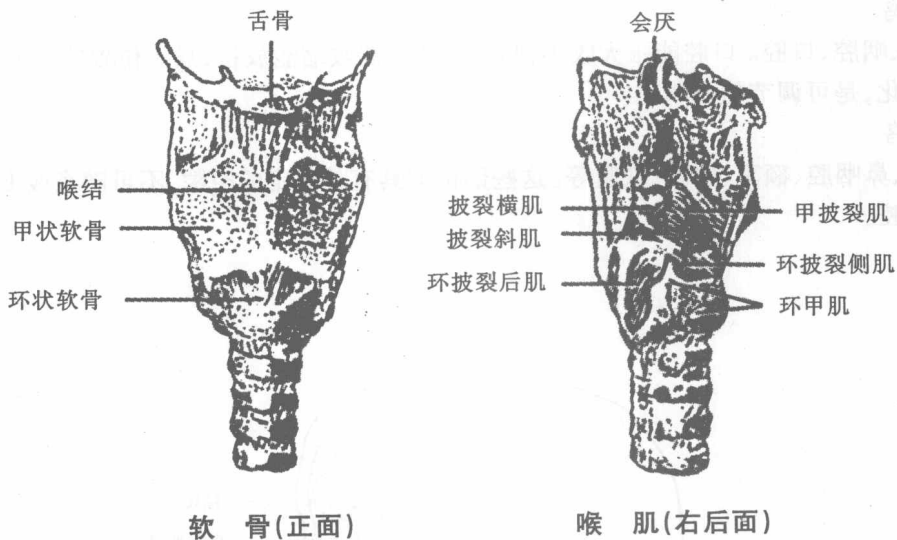
1. 会厌软骨——位于喉头的上端,其形状扁平如叶状,上宽下窄。通过韧带附于甲状软骨内的中线部,上部游离。能使咽喉部形成共鸣管。在歌唱时,它的扩张度和卷曲程度对歌唱起重要作用。

2. 甲状软骨——是喉软骨中最大的一块。形如盾甲,位于环状软骨之上,由左右对称的两片四边形软骨板组成,共同构成喉的前壁,两块软骨板的前缘在劲部分成一个向前突出的尖角,称喉结(又称甲状软骨角)。由于生理原因,女性喉结软平而不明显,成年男性的喉结则特别突出明显。

3. 环状软骨——是喉的基础软骨,形如指环。位于甲状软骨之下,下部直接同气管第一软骨环连接,前窄后宽,对支持喉腔起重要作用。

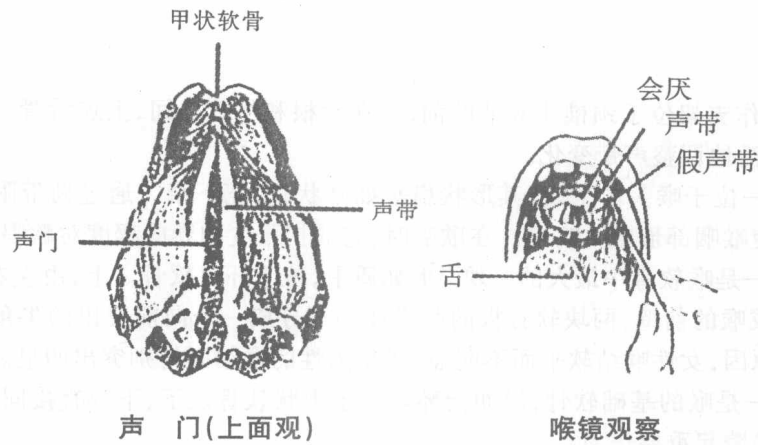
4. 杓状软骨——又名披裂软骨,左右各一块,位于环状软骨后上部,呈不规则之三面椎体形,尖向上,底向下。软骨顶部与小角软骨连接,底部与环状软骨之杓状关节面构成环杓关节。底前角为声带突,有声韧带及声带肌附着,底外角是肌突,其滑动旋转能使声带张开、闭合。

5. 舌骨——在舌下方,形状呈蹄铁状。它虽不属喉头的软骨但与歌唱有着密切的关系。它的位置,活动状态能影响歌声的质量。



## (二) 声带

声带是两片对称而富有弹性的韧带。是人声的发音体,位于喉头的中间。声带的组织结构,它分左右两条,呈前后走向,附于前面的甲状软骨和后面的杓状软骨之间。声带的表层是粘膜,由非常薄的上皮层和固有层组成。两声带中间呈等腰三角形空隙,称声门。等腰三角形的基底靠后(在杓状软骨侧)尖端靠前(在甲状软骨侧)当气流通过声门时,由于各种披裂肌的收缩和放松,调整声带的长度、厚度和张力,从而发出高、低、强、弱不同的声音来。



### 三、共鸣器官

共鸣器官包括全部发声系统的腔体,有:胸腔、喉腔、咽腔、口腔、鼻腔和鼻窦。在声乐学习中,人们把共鸣器官通常分为头腔共鸣、口腔共鸣和胸腔共鸣三个部分。这些共鸣腔体的运用能使声带发出的声音变得圆润悦耳,丰满动听并具穿透力。

#### 1.胸腔共鸣

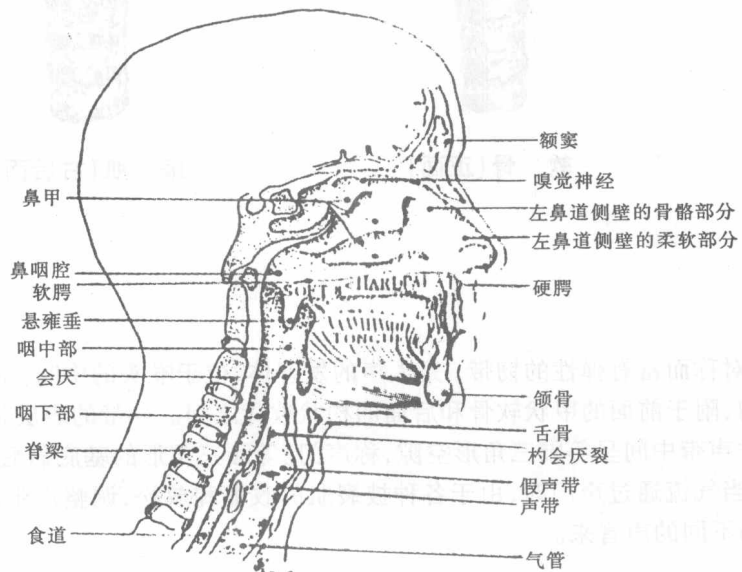
包括气管、支气管和肺部胸腔。这是固定的腔体,不可随意变化,是不变的共鸣腔。

#### 2.口腔共鸣

包括喉腔、咽腔、口腔。口腔能张大收小,咽腔的肌肉能收缩能放松,喉头位置能上能下。因此腔体形状大小可以变化,是可调节的共鸣腔。

#### 3.头腔共鸣

包括鼻腔、鼻咽腔、额窦、颌窦、蝶窦等。这些部位均具有其固定的空隙,不可随意改变,因此又称为不可调节的共鸣腔。



头腔和口腔共鸣器官

#### 四、咬字吐字器官

口腔在发声上有双重任务,不仅是共鸣器官,而更为重要的还是咬字吐字器官。它包括口唇、齿、腭部、咽峡、舌等。它们是变声音为语言的器官。

##### 1. 口唇

分上唇和下唇,两唇共同围成口裂,口裂两端称口角。

##### 2. 齿

成人全副牙齿 32 个。上下各 16 个牙齿排成弓形齿裂。长植在上下颌骨牙槽突上。

##### 3. 腭部

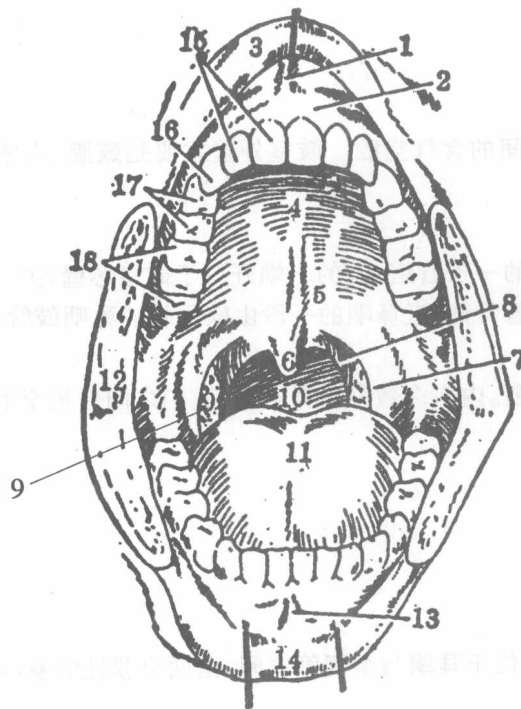
是口腔的上壁,有硬腭和软腭组成。硬腭在前,其骨质基础为上颌骨腭突和腭骨水平板;软腭在后由肌肉构成。

##### 4. 咽峡

是口腔与咽腔相连续的狭窄部,上是软腭、悬雍垂、下是舌根,两侧为腭弓。

##### 5. 舌

舌可分为前、后两部。前部为舌体。位于口腔底部;后部为舌根,位于咽腔。舌是吐字器官的最机动的结构,具有强的肌组织及灵活性。



- 1. 上唇系带 2. 牙龈 3. 上唇 4. 硬腭 5. 软腭
- 6. 悬雍垂 7. 舌腭弓 8. 咽腭弓 9. 腭扁桃体
- 10. 咽峡 11. 舌背 12. 颊肌 13. 下唇系带
- 14. 下唇 15. 切牙 16. 尖牙 17. 双尖牙
- 18. 磨牙

口腔(前视图)

## 五、听觉感受器官

听觉感受器官是人的双耳。声乐是听觉艺术。歌唱者能否准确表达声乐作品内容、改正发声缺点、提高演唱质量,离不开听觉监督。

耳是人的听觉器官,使声音振动变为神经兴奋,完成与外界联系的器官。整个系统可分三部:末梢部、传导部、中枢部。前者按其解剖关系又可分为三部:外耳、中耳和内耳。

### (一)外耳

它包括耳廓、外耳道和鼓膜。

#### 1.耳廓

耳廓既一般俗称之耳朵,漏斗状由软骨构成,表面覆有皮肤向内与外耳道连通。

#### 2.外耳道

外耳道是一条弯曲的管道,外 1/3 是软骨部,内 2/3 是骨质部,全长约 25~35 毫米,内端终于鼓膜。

#### 3.鼓膜

鼓膜为一椭圆形薄膜,厚度仅在 0.1 毫米左右,坚韧由纤维组织构成。它也是外耳与中耳的分界标志。

### (二)中耳

包括鼓室、咽鼓管、乳突部。

#### 1.鼓室

鼓室是鼓膜和内耳外侧壁之间的含气空腔。鼓室外壁主要是鼓膜,内壁即内耳的外侧壁,其上有二孔,称为前庭窗和蜗窗。

#### 2.咽鼓管

咽鼓管是沟通鼓室与鼻之间的一条管道。管的一端开口于鼓室芯壁,另一端开口于鼻咽腔之外侧壁,近鼓室的一段由骨质构成称咽鼓管骨部,近鼻咽的一段由软骨构成称咽鼓管软骨部。

#### 3.乳突部

乳突部因其形状似乳头而得名。内有多数蜂窝样空泡,它们之间借很窄的隙缝相互沟通,位于中心最大的空泡称为鼓窦。

### (三)内耳

包括耳蜗、半规管和前庭。

#### 1.前庭

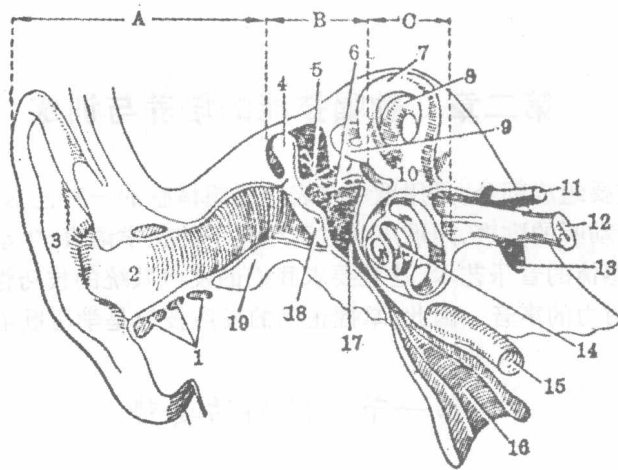
前庭是一不规则卵圆形空腔,位于耳蜗与半规管之间,由两个膜性的囊组成:球囊与椭圆囊。

#### 2.半规管

骨半规管是由三个互相成垂直角的骨管组成:水平半规管、上半规管、后半规管。前庭与骨半规管二者共为位觉(平衡觉)重要感受装置所在部位。

#### 3.耳蜗

耳蜗是一螺旋形骨管,因其形状似蜗牛壳而得名。耳蜗约盘绕  $2\frac{1}{2}$ ~ $2\frac{3}{4}$  周,分称底周、中周及顶周。



A、外耳 B、中耳 C、内耳

- 1.外耳道软骨 2.外耳道 3.耳廓 4.锤骨 5.砧骨  
6.镫骨 7.上半规管 8.后半规管 9.水平半规管  
10.前庭 11.面神经 12.听神经 13.内耳道 14.耳蜗  
15.颈内动脉 16.咽鼓管 17.鼓室 18.鼓膜 19.鼓骨

外耳、中耳和内耳构造模式图

听觉器官按其功能来说有两种：导音和感音。前者作用是将声音的物理能(振动)传给听神经末梢,后者作用则是转化声音的物理能为生理性神经冲动。经过分析产生听觉。其中外耳、中耳、内耳的淋巴系统参与导音作用,而内耳的蜗神经终器(螺旋器)、传导路径(蜗神经及其传入中枢的经路)以及大脑皮质颞叶听觉中枢则参与感音作用。

## 第二节 歌唱发声的基本原理

歌唱是用人声唱出带有语言的音乐,是在大脑指挥下进行的一种特殊运动。发声运动的过程是很复杂的,要通过呼吸、发声、共鸣、咬字吐字、听觉等器官精密、有机地配合而完成的。在发声开始前,声带进入发声准备状态。开始发声时,拉紧声带的肌肉和起着不同作用的喉肌收缩,使两侧声带达到必要的紧张度并相互靠拢或闭合,此时,由于呼吸肌群的作用,储存在肺泡、支气管和气管里的空气向外送出,此时喉头肌肉与胸肌、腹肌协调控制气息,使声门下气压开始增变,当气压超出声带闭合紧度时,气息就会周期性地迫使声带稍向两侧分开冲出声带缝隙(声门)。在冲出后的一瞬间,声带借本身的弹力以及闭合声门肌肉的作用,声带重新又恢复原来闭合的状态,接着又是增高气压,冲开声带和随之闭合。由于声带有节律地冲开与闭合一系列振动,气流通过声门形成一系列气喷,造成空气稠密和稀疏相间的动荡状态而形成声波,即声门波。此声波再经过喉腔、咽腔、口腔、鼻腔等共鸣管腔的调节和扩大,使之发出优美、响亮的声音。

呼吸是发声的动力,喉头和声带是发声的音源,语言是发声的内容,共鸣腔则是美化声音的“扩大器”。好的声音来源于科学的发声方法。正确声音概念的形成与思维、内耳听觉和感性认识是分不开的。要重视听觉感受,敏锐的内耳听觉能使歌唱者在大脑中建立准确优美的声音形象。



## 第二章 歌唱技能的培养与训练

声乐是音乐教学的重要组成部分,是用歌声来表达思想情感的一种艺术活动。声乐的歌唱艺术是用科学的发声方法唱出优美动听的歌声,用歌声透过音乐化了的文学语言,生动地塑造歌曲中的人物形象,描绘其意境,表达其思想感情的音乐艺术。这就要求我们的发声系统的技巧性和艺术性发出嘹亮致远,能高能低,可强可弱并具有耐力的声音。因此,掌握正确的发声技能是学习歌唱的重要前提。

### 第一节 歌唱的姿势

歌唱的“乐器”是人的身体,良好的歌唱姿势是学习声乐的基础,是身体各器官相互协调、充分发挥作用的基础。歌唱是一种全身心的运动,歌唱姿势的正确与否会影响到歌唱的呼吸、发声、咬字吐字、歌曲表现等。

错误的歌唱姿势将影响歌唱训练的正常进行和歌唱艺术的表现。如:耸肩、塌胸、挺肚等不良习惯,歌声就无法得到气息的支持,不能发出丰满圆润的歌声;有的学唱者喜欢仰着头唱,这样喉头就不能保持在适当的位置上,发出的声音往往是颤颤抖抖;有的则低着头唱,使喉头及颈部肌肉紧张,压迫喉头,影响声音的流畅。

声乐艺术还具有表演性。它不仅是听觉艺术,也有视觉艺术的成分存在。优美的形体及自然的面部表情加之动人的歌声会使我们的歌唱表演更加完善动人。因此,初学歌唱时一定要重视歌唱的姿势,并确立一个正确的歌唱姿势。

#### 一、正确的站立式歌唱姿势

歌唱者身体自然挺立(不僵硬),两脚稍向两侧或前后分开站稳,重力均匀分布在脚上,腰部稳定。双肩略向后展放松放平,两手臂自然下垂。头正,双目向前平视,下颌内收,脸部肌肉放松,表情自然。小腹稍收,使身体处于一种积极向前、向上的活动状态和感觉。

#### 二、正确的坐立式歌唱姿势

上身的姿势与站立式歌唱姿势要求相同。要注意腰部应立起稳定,两腿弯曲分开坐在椅子上,两脚稍分开,不要靠在椅背上,身体重心于两腿之间,双手自然平放于腿上,双腿不可交叉叠起。

#### 三、歌唱时应注意的问题

歌唱时身体的各部分应保持松弛,不要夹肩、缩脖、塌胸、下巴前伸、低头、扬头、歪嘴、眨眼或无目的地摇晃,面部表情紧张等不良习惯。

### 第二节 歌唱的呼吸

歌唱的呼吸不同于日常生活中说话的呼吸。一般距离较近时说话的呼吸所需量较小,气息较浅,声音缺乏气息支持,没有力度,且传不远。而歌唱面对的是大庭广众,歌声要传至每个听众的耳朵,这就要求声音要有一定的音量、力度以及长时间的耐力,这就需要有好的气息支持。