

苏联 校内与校外的 合唱小组

巴諾瑪利科夫著



音樂出版社

一九五六年·北京

苏联校內与校外的 合唱小組

巴諾瑪利科夫著

汪啓璋 譯

音樂出版社

一九五六年·北京

И. П. Пономарьков
ХОРОВЫЕ КРУЖКИ

В школах и Внешкольных Учреждениях

本書根据 УЧПЕДГИЗ 1949 年修訂第二版譯出

苏联校內与校外的合唱小組

原 著 者 [苏] 巴 諾 瑪 利 科 夫
翻 譯 者 汪 啓 璋

*

開本: 787×1092 精 1/25

頁數: 50 印張: 4 文字: 65,000

1956 年 6 月 北京第 1 版 1956 年 6 月 北京第 1 次印刷

印數: 1—8,060 冊

北京市書刊出版業營業許可証出字第〇六三號

音樂出版社出版

北京東單溝沿頭三三號

新華書店總經售

*

統一書號: 8026·325 定價(10)0.50 元

內 容 提 要

本書詳細說明了學校內班級合唱和課外合唱小組的教學法，其中對各種歌唱技巧如發聲、呼吸、咬字等的訓練方法有比較全面的分析，可供中小學音樂教員、合唱隊隊員參考。

目 次

合唱在音樂教育總体系中的作用	1
發展唱歌技能	2
唱歌的姿勢 呼吸 發聲 咬字	
合唱技能	16
音律 合唱時保持音律的條件 訓練音律的方法 和諧 唱單聲部歌曲	
唱兩聲部歌曲 無伴奏唱歌(清唱)	
學習歌曲	33
事前的談話 教師演唱歌曲 和兒童談歌曲 學習歌詞 學習旋律	
保護兒童的聲音	44
合唱小組	45
合唱小組的意義和任務 合唱小組的類別 組織合唱小組 合唱小組的工作	
工作的內容 選擇歌唱材料 合唱小組的演出 在低年級小組內學唱勞赫威	
爾蓋爾曲“紅罌粟花”的範例 學習民歌的範例	
教學方法舉例	63
人名曲名對照表	71
附 錄	73

合唱在音樂教育總體系中的作用

唱歌是音樂教育的主要部門，它的作用首先在於配合着共產主義教育的任務來幫助培養蘇聯學生——未來的共產主義社會建設者——的道德面貌。

愛國主義精神及忠實服務於祖國的崇高思想都在歌曲內具體表現出來，歌曲能幫助了解過去的歷史、歷史中的形象和人民的藝術。

通過合唱^①，學生對藝術有了進一步的認識，從而積極參加藝術活動。這能引起他們對於音樂的興趣和愛好，培養他們的藝術鑑賞力，有助於他們的音樂才能——聽覺、節奏、記憶力、嗓子——的發展，並且提高他們的音樂文化水平及合唱—聲樂水平。

要實現這些任務不是件容易的事，尤其要考慮到學校的教學計劃中，合唱課的時數是很少的。因此教師能仔細備課並經常努力於提高自己的音樂技術和教學質量，也就具有更重大的意義了。

教師領導兒童參加各種集體性的音樂活動（听音樂會、歌劇）或是組織音樂小組：合唱小組、器樂小組、獨唱小組和小型的合奏小組，在這些小組中學生可以增長並深入自己的知識，也可配合着自己的要求和才能來參加形式更複雜的工作，這些對於合唱教學的進行，都可有很大的幫助。

① 按照原文，合唱（хор）的意義，並非專指多聲部的合唱，單聲部的齊唱也包括在內。——譯者注。

發展唱歌技能

培养唱歌技能的工作，並不是教学工作中的一个特殊部門，而是学生的整个合唱學習工作中的不可分离的部分，在目前情況下，把它提出來只为便於研究它的方法。

不能够把合班唱歌的技能和小组唱歌的技能分開來談，因为在班級和小组中，声乐教育的系統是一样的；問題可能只是提出的要求所達到的程度是不同的。

合唱的任务：

一、正確地培养唱歌技能：

甲、唱歌的姿勢，

乙、呼吸，

丙、發聲，

丁、咬字。

二、訓練集体唱歌的技能(合唱技能)：

甲、音調及音律，

乙、音色的融合，節奏、速度和强弱表情的和諧。

丙、按照指揮者的“手”來唱歌。

三、培养對於自己的嗓子的愛護态度。

唱歌的各种技能是細緻而配合一致的，是互相增補並互相牽制的，因此是一种很複雜的体系。合唱學習只有在平均通曉以上所說的一切技能的条件下才可能有成績。如果教師对某一种技能比对另一种技能多加以注意，他就犯了很大的錯誤；譬如說，不能設想有如此一个合唱团，它能够很好地唱出需要唱的音，但同時唱得不好听，

節奏不準等。

因此指導者应当注意各種唱歌技能的整個綜合，而使其中的每一種都具有同等的意義。

唱歌的姿勢

剛開始習學唱歌時，指導者就應當告訴學生關於唱歌者的身軀、頭和嘴的正確位置的知識。總的說來，有以下幾點：應當站得挺直而自然，不彎曲也不駝背，手是下垂的；胸部略向前挺起，但不過分，使肺部不被壓縮，並且使吸氣和呼氣非常自如；頭部的位置要直而自然，不要拉長頭頸；下顎不應當壓在喉部。不要把頭向上仰起，因為這樣會使聲音帶有喉音和擠壓的音色。

上唱歌課時必須力求學生精神集中和具有一定程度的意志方面的緊張性，毫無疑問，這對於整個身體的肌肉的一般情況也有影響的。坐的姿勢不正確（身體鬆弛、背有點駝）往往是合唱團唱出不正確、不動聽的聲音的原因。

唱歌時允許學生坐着，為的是免得他們疲乏，指導者應當注意使兒童坐得很直，不要駝背，把手很自然地放在膝上。不應當把腿架疊在腿上。胸及頭的位置應當和站着唱歌時一樣。臉部的肌肉應當很平靜，不能容許做作和緊張的表情。嘴應當很好地張開；嘴的動作是自然而有彈性的，因為嘴唇和舌頭的動作如受拘束，則會影響到音的質量。

呼 吸

唱歌呼吸問題的中心要點，是呼吸的類型和性質與所演唱的作品的相互關係。

声乐家普通把唱歌呼吸區分为三類：

一、肋骨以上的，即鎖骨的。

二、胸部的或是兩側的。

三、肋骨以下的（或是橫膈膜的）。

在唱歌實踐中，第一類（鎖骨的）呼吸已被絕對廢除了，因为它對於唱歌不適用，第二類和第三類呼吸是被推薦採用的。

指揮家列維多夫根据他的多年观察肯定，唱歌者多半用兩類呼吸的結合，在某一种情況下多用胸部的，而在另一种情況下，多用橫膈膜的呼吸，这完全依靠所演奏的作品的風格而本能地決定的。指揮家列維多夫發表他的意見說：只培养一類呼吸会妨碍唱歌者的自由，这並且是完全不合理的（“健康的及病态的唱歌声音”，142—143頁）。

按照指揮家列維多夫的觀察說來，兩類呼吸的結合是最自然的方法，在学校實踐中採用的也就是这种；可是年齡較小的兒童多用胸部呼吸，而年齡較大的多用肋骨以下的，即橫膈膜的呼吸。

在培养成年歌手的正確的呼吸技能方面，声乐實踐制定了实际方法的完整体系。對於兒童，指揮家列維多夫建議只是保護他們以防止不自然的呼吸，这問題在学校實踐中大致可歸納为下列幾點：

一、兒童不应当吸氣太多，因为在这种情况下，声帶以下的空处所含的空气会給声帶及軟口盖过分的压力，因此声音会帶有鼻音，並且唱歌也变成很困难，而且音也唱不準。

二、吸氣和呼氣的性質应当以音的性質为先決条件。不能容許萎靡不振的呼吸，因为它会降低音的質量，使它失掉美麗的音色，並且也会削減音的強弱表情。

在身体鬆弛的情況下，唱歌的呼吸变成不正確的，而实际上唱歌時是要求整个身心的“集中性”和積極性的。

斷斷續續的呼吸(吸氣)，快而劇烈地聳肩和胸部起伏也都是不容許的。

唱歌的呼吸和小提琴家手中的弓一般，它是聲音的力量及一切色調的泉源。有力量的呼吸配合着發聲器官的活動是“有支柱的”音的先決條件，這種音被理解為集中的結實的音。

在各種情況下，呼吸都應當在時間方面很好地組織起來並固定下來。

呼吸作為小節中的一拍。

例如：



在歌曲的開頭樂句中，應當在句逗呼吸；任何情況下都不能容許在單詞中間呼吸。

若是樂句中沒有休止符，那麼縮短前一樂句的末一個音。

例如：



必須特別注意到，在呼氣時、表現各種強弱層次的色調或改變這些色調時，要能在呼吸自然的條件下調節氣流的力量。這將大大地減輕教師在表情方面的工作。

例如：

一、漸強(“少先隊的理想”, 舍赫切爾曲):

慢而動聽



二、漸弱(“少先隊旅行之歌”, 斯塔羅卡多姆斯基曲):

快



每 个 月 台 上 齐 欢 唱。

三、漸強和漸弱(民歌):

快



仙 鶴 仙 鶴 習 慣 了 習 慣 了。

四、強和弱的對比(“快樂的鵝”, 烏克蘭民歌):

快



一 隻 灰 的, 一 隻 白 的, 兩 隻 快 樂 肥 鵝。



一 隻 灰 的, 一 隻 白 的, 兩 隻 快 樂 肥 鵝。

應用各種不同的唱歌方法時, 也須注意呼吸的調節。例如:

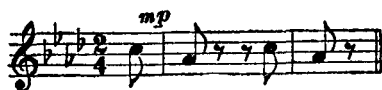
一、不連唱(“杜鵑”, 瑞士歌曲):

相當快



孤 單 的 小 杜 鵑 呀

二、斷音(取自同一歌曲):



咕 咕。 咕 咕。

三、連唱(“聶曼河”,白俄羅斯民歌):

不匆忙



聶 曼 河, 聶 曼 河。

教師应当記住,自然而正確地使用呼吸,是富有表情地表達作品的主要條件之一。

發 聲

在求學時代,童聲的發展經過三個主要的階段,這三個階段的次序和內容可用下列方式來說明:

一、童聲的發展的最初階段(由七八歲至十及十一歲,一年級至三年級):聲音的特點——完全是兒童的、透明的、輕快的聲音,還不丰满,也沒有力量,只有頭聲,還缺少個人的音色。

兒童只能在有限的音域^①中唱:小字一組的 d_0 到小字二組的 d_0 ,

① 音域是聲音從最低的音到最高的音之間的範圍。人聲可以區分為:

- 一、**頭聲**——是音域的上面一部分(高音區)所特有的,由於聲帶的邊緣的振動和聲樂器官的上面部分的共鳴而來的。
- 二、**混聲**——是音域的中間一部分(中音區)所特有的,由於大部分聲帶的振動和聲樂器官的下面部分及上面部分的共鳴而來的。
- 三、**胸聲**——是音域的下面一部分(低音區)所特有的,它和聲帶的整個部分的振動以及聲樂器官的下面部分的共鳴有關係。

當然,這些音區的界限和聲音的說明只是大致確定的。

小字一組的 do 到小字二組的 re, 小字組的 cn 到小字二組的 pe^①(將近階段結束時)。

這一階段結束時,有些兒童的聲音(多半是男孩子)表現出混合的音色。在這個年齡,男女孩子的聲音差不多是同樣發展的。

二、聲音形成的第二階段(由十一二歲至十四歲,四年級至六年級)。

聲音變得較有力量,有混合的音色,後來則有胸音的音色,這使得聲音豐富而飽滿。

唱得過於响時,聲帶的振幅(振動的範圍)變得很大,就可能引起聲帶的不正常的振動,這也就是引起叫喊的胸聲的原因。

在男女孩子的聲音發展中,可以觀察到某種區別:男孩子的聲音開始表現出胸音的時候比女孩子早。

在這一階段結束時,可以觀察到女孩子的(尤其是第二聲部的)聲音在低的和中間的音區中表現出成熟的婦女的音色,而在高音區中却同時繼續持有童聲的音色。

三、第三階段(由十五歲至十七八歲,七年級至十年級):這一階段的特點主要的是女孩子結束了聲音的形成,她們的聲音已近乎成熟的婦女的声音,但是還沒有應有的力量和丰满(這個年齡的男孩子应当禁止唱歌)。

這幾個時期的說明^②對於教師是重要的,因為它以科學的鑽研和實際的經驗為根據,使教師們有可能在培養兒童的聲音方面論證

① 音名在蘇聯有兩種體系:唱名體系(до, ре, ми, фа, соль, ля, си)和字母體系(c, d, e, f, g, a, b),即我國通用的簡譜體系中的1, 2, 3, 4, 5, 6, 7(見“音樂基本理論”,音樂出版社版)。——譯者注。

② 時期的說明是根據指揮家列維多夫所著的“兒童唱歌教育”,1936年列寧格勒版。

若干教學法原理。應當把以下各點也列於這些有原則性意義的原理之內。

教師的要求，尤其在最初時期的要求，應當是力求使學生得到自然而輕快的頭聲，不緊張也不過緊（不要“用力過度的聲音”）。

第一階段結束時，隨著音域的擴大和音樂經驗的增長，混聲逐漸被引用了。

為了要使發聲準確和求得豐滿的聲音，我建議在唱元音時利用“掩蔽”聲音的方法，這就是使聲音略為發暗，使元音柔軟而圓，這對於高音區尤其重要；例如把元音 a 唱得略似 o 的音色，o 唱 y 的音色，e 唱 e 的音色，и 唱 и 的音色。

可是同時應當記住，如果過分“掩蔽”，就成為用某一個元音來代替另一個（例如 a 變成 o，o 變成 y 等），聲音也就具有無光澤、暗啞的色彩，並且歪曲了單詞的發音。因此，這種“掩蔽”方法應當非常謹慎地使用。

兒童的聲音如開放而粗野（“叫賣式的”），指揮家列維多夫建議^①在教學時採用暗元音 o 和 y 的練習（個別練習和在單詞中練習它們），並且特別注意嘴唇的動作，看它是向前突出的還是向兩旁分開的。這主要的是指元音 y，發這個音時往往嘴唇不大緊張也不夠向前突起，因此 y 就失去了它的固定的音响色彩，而發出來的聲音就近乎 o 了。

兒童的聲音如暗啞，他建議在教學時採用亮元音的練習——e 和 и，也用 a 和 я。

唱元音 и 幫助訓練自然而輕快的頭聲。

① 見列維多夫著“兒童唱歌教育”，1936 年列寧格勒版。

在任何情況下都必須避免使聲音負擔過重和逼緊聲音；高音區中的用力過度的胸聲特別有害，往往這就是聲音顫抖和壓緊的原因，這並且使得聲樂器官疲乏。

音質及元音的形成是否動聽和清楚都完全依賴發聲器官的活動和呼吸。萎靡不振的呼吸和發聲器官的無精打采的工作（嘴不好好地張開，嘴唇不活動）能引起無生氣的、貧乏的、沒有鮮明音色的聲音；相反地，有精力的呼吸和清晰的發音是鮮明而圓的聲音的先決條件。

研究兒童的聲音時，我們往往在他的音域的中間部分，多半是按照說話聲音的高度，提出來兩三個音，這幾個音是這個孩子的最自然和最好聽的音。這些音叫做主要的音，以後發展聲音的工作應當從這幾個音出發。

教師的任務是把這幾個音的自然性和動聽性也移到鄰近的音上，因此這類音的數量逐漸增加起來，整個音域也就變得均勻而逐漸擴大了。

唱歌實踐中，為了這個目的而有許多各式各樣的練習，這些練習可以歸納為下列幾類：

一、在小字一組中唱三度、四度、五度範圍內的音列及三和弦（琶音），用短的音並用各種元音及音節唱，唱得輕（次弱和次強），方向是由上至下，後來再由下至上唱這些音列和琶音。





毫不緊張地唱很短而且很輕的高音，這使得學生必須利用他們在低的音上也會用頭聲。以後可以用連唱法 (legato) 來唱這些練習。

二、唱典型的旋律短句，取自所學的歌曲材料。

這些練習除培養聲樂技能 (機敏性、靈活性、輕快性等) 外，並同時幫助發展音樂記憶力和音樂感受力。

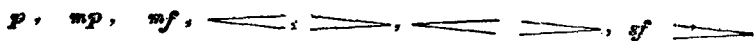
教師範唱旋律短句後，學生重複短句，力求保持音調和演唱方法的準確性。

進行這些旋律短句的練習時，可以多樣地變化：用各種不同的音節唱，用各種強弱層次 (由弱到強、漸強、漸弱) 來唱，並且用各種不同的方法 (斷音、不連唱、連唱) 來唱。

例如歌曲“你好啊，冬客人”中的旋律短句就可以用下列方法來進行：



三、用各种元音和音節唱个别的音，用單声部和兩声部唱，也閉着嘴哼，並需有各种不同的强弱層次。



呼吸拖延一瞬間後，兒童延長着声音，並同時按照教師所給的記号停止。

用兩声部唱



唱所有的練習時，都应当遵守兩個基本條件：元音的形成要清晰、音調要準確。

依靠指導者的創造性，這些練習不但能成為很有益的，也會成為很有趣的。

在合唱小組中应尽量採用這些練習。

在班級教學的條件下，因為時間不充分和兒童的修養較差，可以把它們改為形式較簡單的，並且它們所占的時間也應當少得多。例如，唱个别的音時可限於只唱主音；唱旋律短句時專門唱所學的歌曲的動機。

例如學習歌曲“仙鶴摔倒了”時（一二年級用），可唱這些旋律短句：



唱類似的旋律短句時也可和識譜學習聯繫起來，但是在任何縮短和簡化練習材料的情況下，聲樂培養系統本身應當保持它的要求的方向而永不改變。