

202178



怎样指挥唱歌

山西人民出版社

目 次

第一章 指揮唱歌的一般知識…………… (1)

一、指揮者的任務 二、指揮者的姿式 三、眼睛的作用 四、手的動作和作用 五、指揮開始時的三個步驟 六、怎樣指揮後半拍起(前半拍休止) 七、延長記號的指揮方法 八、休止符、切分、附點的指揮方法 九、收尾 十、正確的表達歌曲的情感和內容 十一、其他

第二章 二拍子的練習…………… (14)

第三章 四拍子的練習…………… (27)

第四章 三拍子的練習…………… (35)

第五章 六拍子的練習…………… (45)

第六章 變換拍子…………… (48)

第七章 二部歌曲的指揮方法…………… (51)

附 录 怎樣組織與領導業余合唱隊…………… (57)

第一章 指揮唱歌的一般知識

一、指揮者的任務 指揮者在歌咏隊里面就是一個領導。他的職責和其他各機構的領導一樣，不過分工不同罷了。就拿軍隊來講吧，成千上萬的士兵在指揮官的一聲命令下步調統一的象一個人一樣。在戰鬥里面，廣大士兵在指揮官的指揮下，大家團結一致在歼滅敵人，使戰鬥勝利結束。其他各機關、廠礦、農業社，無論哪一件工作和任務，都是由領導具體安排，組織群眾，通過集體去完成。歌咏隊指揮的任務是什麼呢？就是如何組織群眾通過集體去完成作品的表現。就是說：在指揮者的指揮下，統一群眾對作品的理解和認識，正確的去唱一支歌，要唱的整齊，唱的好象一個人唱的一樣，這就是指揮者的任務。

二、指揮者的姿勢 指揮者應當站穩，不要駝背或挺起肚子。腿和腳的姿勢是：左腳在前，右腳稍後（如圖一）。往前去，重心在左腳；往後來，重心在右腳。雙腳不應并住，因為這樣，一動就站不穩。雙腳如果太分開，也許要穩一些，但這樣就太難看了。

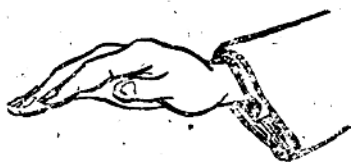
三、眼睛的作用 指揮時最重要的是手——手腕，第二是眼睛。眼睛有著重大的意義和作用，通過眼睛可以傳達指揮者的授意和命令。假如有一個隊員唱錯了，指揮者很嚴肅的看他一眼，他一定會感到很不好意思，假如一個隊員唱的很好，指揮者親切的看他一眼，他會得到一種鼓勵。



图一

(不应低于腰部)。

指挥时手背要略凸起来(如图二)，不应太平，因为这样很不自然，也不美观。指挥者的手，一般都应让



图二

身体遮住，除了最强时使观众看到以外，一般不要太露出来。

五、指挥开始时的三个步骤。一、注意；二、呼吸；三、起始。三者不能省略，缺任何一环，都不能唱齐。什么是注意、呼吸、起始呢？平常我们领导群众唱歌时，怕开始唱不齐，总喜欢喊“预备……唱”来作为唱歌的起始，这实际上就是那三个步骤。比如以唱东方红为例：当指挥者喊“预备……”时，这就是告诉大家注意。当指挥者喊出“唱”以后，大家不是马上就唱而是深深的吸了一口气，这就叫做呼吸。呼吸后，紧接着唱出东方红第一句的第一个字。

四、手的动作和作用 指挥者最重要的是用手——手腕。指挥时不要把臂紧靠在身上，或抬起很高，这样动作很不方便，也很容易疲劳。

手要离开身体，保持一些距离，稍离而分开。举手往上，不应使人看见手心(不应高于头部)；往下放，不应看见手背

即“东”字来，这已经开始了。这三个步骤讲起来需分开，实际行动起来是紧连在一起的。

指挥开始的第一个步骤，即注意（如图三），两手置于腰部做预备动作；第二个步骤，即呼吸（如图四），右手向左上方抬起（左手与右手方向相反），歌咏队员应随着指挥的动作往肚子里深深吸一口气，准备开始唱（注意：指挥的呼吸动作慢，队员吸气则慢，指挥动作快，队员吸气则快，



图 三

一支歌曲速度的快慢，全由指挥的呼吸动作来决定）。第三个步骤，即起始（如图五），右手由左上方向右下方移动，歌曲开始第一句的第一个字。

开始时一定要把队员的注意力集中在指挥一个人身上，在开始以前指挥应先把手轻轻抬起来，使大家安静，同时用眼睛环视一下队员，让大家都注意指挥，这样就可以开始了。但是，这得有较长时间的训练和培养，指挥者千万不可急躁，发脾气，跺足或喊叫，越这样，越难使大家安静下来。



图 四



图 五

呼吸必須在前一拍指揮出來，永遠是這樣。如：

$$\begin{array}{l}
 2/4 \quad 0 \overset{\times}{0} \mid 5 \quad 5 \parallel \overset{\times}{0} \quad 5 \parallel \\
 3/4 \quad 0 \quad 0 \quad \overset{\times}{0} \mid 5 \quad 5 \quad 5 \parallel \overset{\times}{0} \quad 5 \quad 5 \parallel 0 \quad \overset{\times}{0} \quad 5 \parallel \\
 4 \quad 4 \quad 0 \quad 0 \quad 0 \quad \overset{\times}{0} \mid 5 \quad 5, 5 \quad 5 \parallel \overset{\times}{0} \quad 5 \quad 5 \quad 5 \parallel \\
 \quad \quad \quad \overset{\times}{0} \quad 0 \quad 5, 5 \parallel 0 \quad 0 \quad \overset{\times}{0} \quad 5 \parallel
 \end{array}$$

注：×處表示呼吸。

六、怎樣指揮後半拍起（前半拍休止） 後半拍起一般
有兩種：

第一種 $\left| \underline{0 \quad 5} \quad 5 \right|$ 在注意手勢以後，先數兩拍，指示節奏速度，

然後再起，呼吸在第一拍的前半拍，動作要快些比如 $\left| 0 \quad 5 \right|$ 這種

节奏起始的力量应短而集中。例如 $\left| \underline{0\ 5} \quad 5 \right|$ 的指挥方法，应先用小动作指挥两拍指示节奏速度，然后再起，它的指挥线条如下：

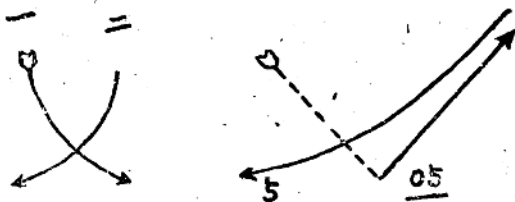
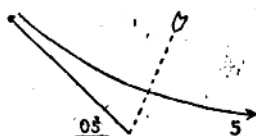


图 六

注：虚线表示呼吸

第二种 $\left| 0 \quad \underline{0\ 5} \right| 5 \quad 0 \left| \right.$ 这种情况比第一种要多，起的方法

也比较难（指挥第二拍后即起），与 $\left| 0\ 0\ 0\ 5 \right|$ 的指挥方法一样，只不过短而集中，比较有力和快些，呼吸应在第二拍的前半拍如下图：



七、延长记号 (∧) 的指

挥方法 延长的时间要根据歌曲情感的需要，一般的是延长一倍。

图 七

3 $\underline{5\ 6}$ | 2 $\overset{\wedge}{3}$ | 3 $\underline{5\ 6}$ | 3 3 | $\underline{1\ 7}$ | $\overset{\wedge}{6}$ | — ||

指挥时延长记号有时需要收（即收拍），有时不收。放在结尾

处，如 $\left| \overset{\wedge}{6} \right|$ — || 应该收，作品中间如 $\left| \overset{\wedge}{3} \right|$ 就不要收，一般指

挥延长记号时手停一下，到一定时间再继续往下指挥（不用收拍），如果是结尾的音，到足够的时间就收尾（即收拍）。

八、休止符、切分、附點的指揮方法

1. 休止符 休止就是不唱了，一般不需要指揮，如有乐队伴奏可指揮乐队（歌曲休止乐队奏过門时需这样）。假如沒有乐队伴奏，指揮者可停止动作。但心里必須默数拍子，使休止時間准确。到休止終了，再繼續指揮。如果指揮者不习惯这样，可用小动作指揮休止符。但要特別注意：动作越小越好。如果有未标明拍数的休止如 $\overset{\circ}{0}$ ，可按延長記号的指揮方法去指揮。

休止符在後半拍出現，可用小动作指揮。要注意短而有力，线条要清楚，如下例：

“我是一个兵” 岳倫曲

$\overset{\cdot}{3}$ $\overset{\cdot}{0}$	$\overset{\cdot}{3}$ $\overset{\cdot}{0}$	$\overset{\cdot}{2}$	$\overset{\cdot}{3}$	$\overset{\cdot}{3}$ $\overset{\cdot}{2}$	$\overset{\cdot}{1}$
咳	咳	枪	杆	握的	紧

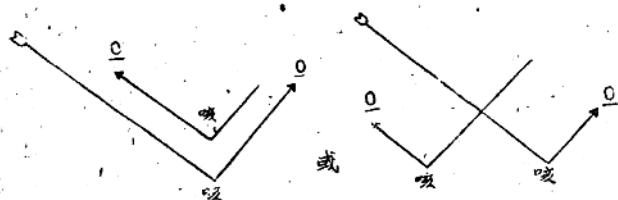


图 八 1

2. 切分 一般歌曲中常見的切分音有两种：第一种是一个弱拍上的音符在本小节內延長，而改变了原来各音間的強弱关系，例如：庄映的“說打就打說干就干”

2	4	$\overset{\cdot}{6}$ $\overset{\cdot}{6}$ $\overset{\cdot}{6}$	$\overset{\cdot}{6}$	$\overset{\cdot}{0}$	$\overset{\cdot}{3}$ $\overset{\cdot}{3}$ $\overset{\cdot}{2}$	$\overset{\cdot}{5}$	$\overset{\cdot}{0}$
		說 打 就 打			說 干 就 干		

出現在同一小节內的切分音的指揮方法，是把每拍的前后拍細分

出来，同时在前后两个半拍（现在改变成弱拍）与中间的一拍（现在是强拍）的衔接处，用手顿一下，使强拍突出来，如上例，它的线条可划成这样：

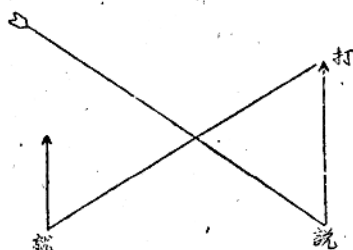
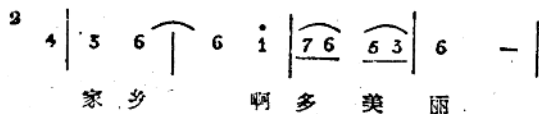


图 九

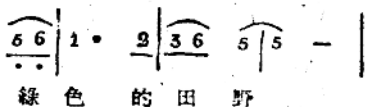
第二种是一个弱拍上的音，延长到次一小节，改变了各音间原有的强弱关系。例如：丁丁的“可爱的家乡”

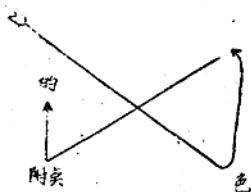


上例第一小节第二拍的“6”音本是弱拍，但因它延长到第二小节的第一拍，因此改变了这个音的强弱关系。指挥这种曲调时，可仍按二拍子的指挥法，但要注意第二小节前一拍因已改变了音的强弱关系，所以应该打的轻一些。

3. 附点 附点的种类较多，现就一般歌曲中常见的例举两种如下：

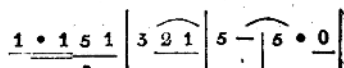
第一种：大附点，即附点时间较长的，如：黄准的“青春闪光”。





图一〇

第二种：小附点，即附点时间较短的，如：梁凌的“战斗在铁道上”

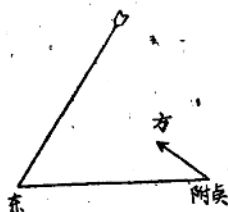


东 方 升 起 红 太 阳

上例有两种指挥法：一是把手稍顿一下，二是更细致的把附点推擦出来如下例：

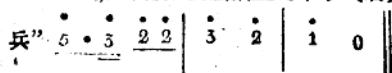
九、收尾 收尾也叫收拍；

歌唱到最后一拍，做一个明显的动作表示结束，使大家同时停止发音，这就叫做收尾。收尾的打法很多，但要随歌曲结束后的情绪来决定，现把各种收尾的打法举例说明：

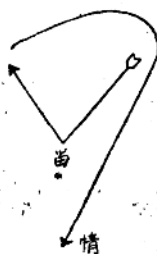


图一一

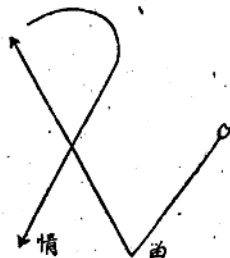
1、终止音落在强拍上的单手（右）快收法• 岳翁的“我是一个



坚 决 打 他 不 留 情

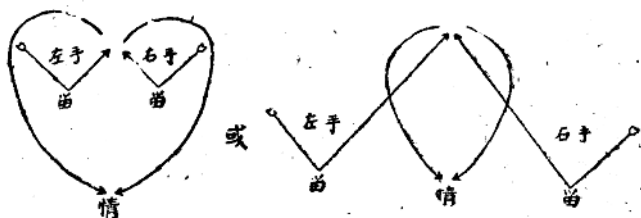


或



图一二

2. 终止音落在强拍上的双手快收法

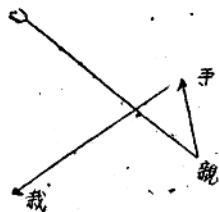


图一三

3. 终止音落在弱拍上的单手（右）快收法

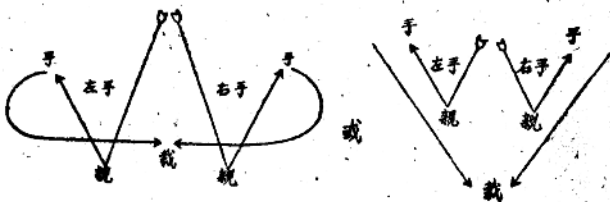
单稚琛的“送郎小唱” $\left| \begin{smallmatrix} \dot{1} & \dot{3} \end{smallmatrix} \right| \begin{smallmatrix} 6 & \dot{1} \end{smallmatrix} \left| \begin{smallmatrix} 7 & 5 \end{smallmatrix} \right| \dot{1} \parallel$

都是 小妹 亲手 栽



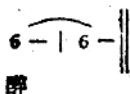
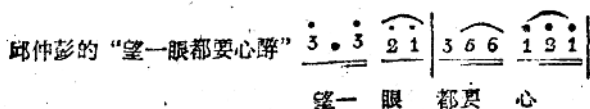
图一四

4. 终止音落在弱拍上的双手快收法

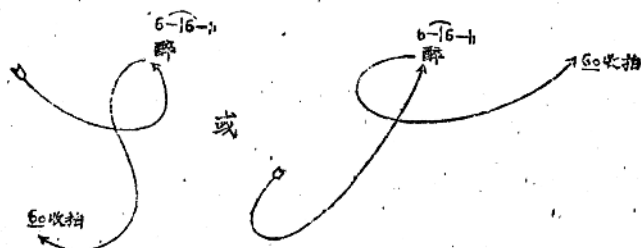
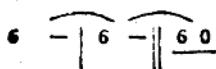


图一五

5. 终止音落在强拍上的单手（右）慢收法：强拍上的慢收法，一般终止音都是延长到两拍以上，指挥者把手抬起，心中默数拍数，到一定时间即可收拍。如下例：

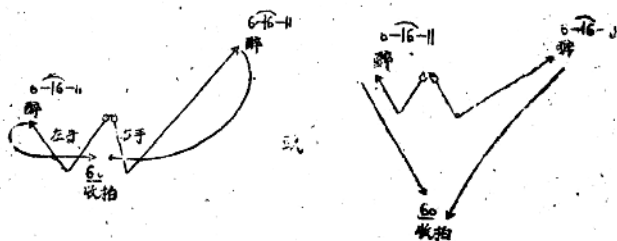


上面四小节歌譜結束，好象是在第四小节，第二拍，但实际上是在第二拍后延长了一个八分音符作結束



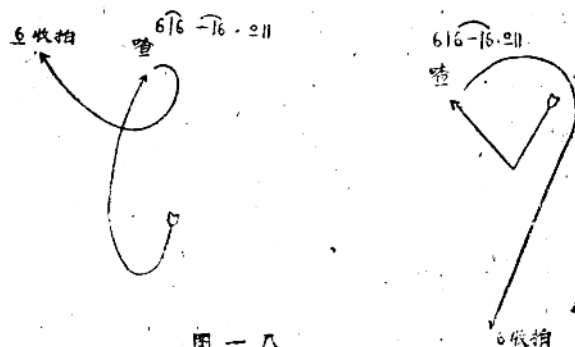
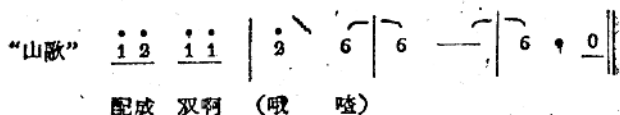
图一六

6. 终止音落在强拍上的双手慢收法



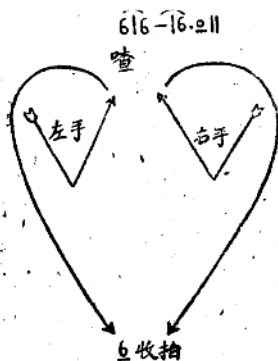
图一七

7. 终止音落在弱拍上的单手（右）慢收法



图一八

8. 终止音落到弱拍上的双手慢收法



图一九

十、正确的表达歌曲的情感和内容 指挥者只是把指挥动作做的很美是不够的，最重要的是对歌曲本身深刻的理解和体会，并能正确的表达歌曲的情感和内容，使演唱者得到更大的帮助。比如一首慢速度的抒情曲，指挥时手的动作应

当柔软，一定要表达出歌曲的情感。雄壮的歌曲动作比较激

烈；进行曲应当有魄力；非常强的音可以用拳头，但不可用的太多。指挥者应根据具体情况适当掌握。

十一、其它

1. 左右手的运用 一般说是右手指出歌曲的节奏，左手一般也和右手一样作反向动作。但是左手有时可以不打，而用来表示情感(强弱、大小，各种表情记号)，左手抬高表示渐强，左手伸出表示渐弱，让大家注意。

二部合唱时左手可指挥第一部，右手指挥第二部，如果一个音有两拍以上长度时，左手可不动保持其长度，右手指挥两拍或几拍。指挥延长音时，左手可停止，右手作小动作，到一定时候再作大动作，有时右手也可以比左手略高一些。但需要根据具体情况。

2. 徒手指挥好还是用指挥棒指挥好 人的声音是最自然的声音，所以用自然简单的徒手指挥唱歌比较好；如果指挥乐队，那就可以用指挥棒来指挥。

3. 什么是线条 我们从书本上学指挥，主要靠文字和图形来说明指挥的动作，“线条”就是记录指挥动作的图形，它是表示手从某一点到另一点的移动路线的。比如 $2/4$ 的基本线条是这样，如下图：



图二〇

它的动作范围是从额部到腰部，从额部到腰部记录在纸上的那个图形（就是那条垂直线）就叫做 $2/4$ 拍子的基本线条。

4. 指挥的动作与强弱符号的关系

指挥的动作与强弱符号有很大关系，在音量弱时，手应该在下方作小的动作；音量大时手就应该在上方活动；渐强时手由下方向

上側方抬起；漸弱時手從兩方向下。向上時手應逐漸離開身體向外擴張；向下時手應逐漸向內收縮。這三角形的大小高低應根據指揮者的身材來決定。

見右圖：



圖 二 一

第二章 二拍子的練習

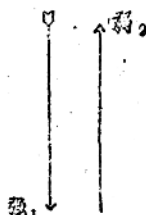
二拍子是所有拍子中最基本的一种，我們平常所見的很多歌曲都是二拍子的，二拍子节奏的特点是：每小节含有一个强拍，一个弱拍共两拍子，第一拍强，第二拍弱。我們在指揮二拍子的歌曲时，特別要注意掌握这一特点。

二拍的基本动作是从額部到腰部，从紙上的线条看起来是从上到下的一条垂直线。但实际动作起来都是右手由左上方向右下方移动（左手与此相同），这是因为人类在劳动过程中体验到的：手在向外揮动时，往往是强有力的。

二拍子的基本动作如下图：

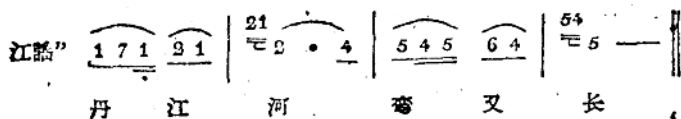
在練習基本动作或是指揮唱歌以前，首先应当把双脚的位置站对（左脚在前，右脚稍后），然后方可开始手的动作。

二拍子的第一拍应打的比較有力，动作范围从額部到腰部，第二拍返回原来位置，練習时要注意手和臂的放松，上身不要摆动，腿部不要弹动，后脚跟也不許翘起。

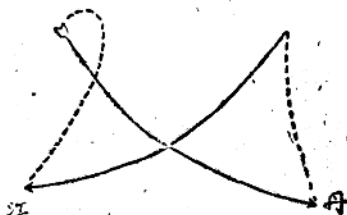


图二二

二拍子速度緩慢，优美。抒情歌曲的指揮动作如下：一非的“丹



指挥这类歌曲时，手的动作尽量放松，手和臂的活动范围要大些，线条也要划得圆滑，柔和些，如右图：



图二三

二拍子速度快，坚强，有力或进行曲的指挥动作如下：岳仑的“我是一个兵” $\underline{\underline{5\ \cdot\ 1}}\ \underline{\underline{1\ 6}} \mid \underline{5\ 0} \parallel$

我 是 一 个 兵

指挥这类歌曲时，动作范围要小些，线条应简单，明确，如右图：



图二四

练 习 一

1. 练习二拍子的基本动作：练习时要注意二拍子基本动作的各种要求，另外在练习时要把拍子数出来，并注意速度的平稳，不可忽快忽慢。