

The Art of
Children's Choir

童声合唱训练学

杨鸿年 著



人民音乐出版社

童声合唱训练学

杨鸿年 著

人民音乐出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

童声合唱训练学 / 杨鸿年著. -北京: 人民音乐出版社, 2002. 3

ISBN 7-103-02291-7

I. 童… II. 杨… III. 童声合唱-训练 IV. J616. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 79353 号

选题策划: 吴 斌

责任编辑: 王 华

责任校对: 刘慧芳

人民音乐出版社出版发行

(北京市海淀区翠微路 2 号 邮政编码: 100036)

Http://www.people-music.com

E-mail: copyright@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京美通印刷有限公司印刷

A5

12 印张

2002 年 3 月北京第 1 版 2002 年 3 月北京第 1 次印刷

印数: 1—4, 040 册 定价: 21.00 元

版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 如有缺页、倒装等质量问题
请与本社出版部联系调换。电话: (010) 68278400

目 次

第一章	童声的类别及训练问题	(1)
第一节	童声的类别	(1)
第二节	关于训练问题	(4)
第二章	合唱中的呼吸训练	(7)
第一节	单纯的呼吸训练	(7)
第二节	结合练声乐句的呼吸训练	(10)
第三章	合唱中的发声训练	(15)
第一节	正确的起声训练	(15)
第二节	关于软起声	(20)
第三节	起声与气息的关系	(26)
第四章	合唱中的共鸣训练	(33)
第一节	共鸣与音区	(33)
第二节	常用的训练方法	(35)
第三节	共鸣器官的调节	(43)
第五章	合唱训练的基本内容	(48)
第一节	基本母音训练	(48)
第二节	头声的训练	(52)
第三节	扩展音域及换声练习	(54)

	第四节	几种基本唱法的练习·····	(59)
	第五节	关于变声期的问题·····	(73)
第六章	合唱的音准训练·····		(76)
	第一节	关于合唱中的旋律音准问题·····	(77)
	第二节	旋律运动中各音之间在音程关系上的 音准处理·····	(81)
	第三节	在一定调式范围内音准倾向关系的处理 ·····	(84)
	第四节	变音的倾向关系及其音准处理·····	(87)
	第五节	关于二部合唱的音准处理问题·····	(93)
	第六节	关于合唱中的和声音准问题·····	(100)
	第七节	影响合唱音准的各种因素·····	(113)
第七章	合唱中的吐字与咬字·····		(150)
	第一节	音素观念·····	(152)
	第二节	音节观念·····	(153)
	第三节	词组观念·····	(171)
	第四节	演唱西方外语歌曲时在语言处理上应注 意的问题·····	(188)
第八章	如何处理合唱音响平衡问题·····		(194)
	第一节	正确处理各声部及各织体要素之间的 平衡关系·····	(195)
	第二节	掌握各声部在不同音区时音响幅度的 差异及伸缩度·····	(222)
	第三节	正确处理合唱中和弦的平衡关系·····	(240)
	第四节	正确处理和弦音响平衡与力度关系 ·····	(265)

第九章	作品介绍与排练提示	(280)
	《春雨沙沙》	(280)
	《蒲公英在秋风中微笑》	(291)
	《猜 调》	(303)
	《送 别》	(311)
	《踏雪寻梅》	(320)
	《回 声》	(331)
	《闲聊波尔卡》	(340)
	《黄昏之歌》	(360)
	《在山顶》	(366)
	《意大利波尔卡》	(373)

第一章 童声的类别及训练问题

第一节 童声的类别

根据童声的发展阶段来看可分为：

稚声期 童声期 变声期

从能说比较完整的语言的幼儿开始至五六岁之间(相当于幼儿园小、中、大班)均属稚声期。此阶段儿童声音细小,口腔开度不大,舌部不够灵活,语言速度较缓慢,肺活量小,只能唱句子短小、音域很窄的歌,而且音域只有六至八度,音色稚嫩、清脆,但音准极不稳定。

从6周岁开始至12岁属童声期。此阶段孩子的吸气量已增大,语言能力增强,声带发育已开始具有弹性,音域逐渐增宽,音量逐渐增大,音色的可塑性增强以及对音准的掌握也比较灵敏。

严格说来童声期可以分为三个阶段：

1. 6至8岁为童声前期，此一时期可着重对孩子进行合唱基础训练，从为培养孩子们具有多声部的音乐感觉打下良好的基础来说，这是一个十分重要的年龄段。我常常在一开始就将孩子分成高、中、低三个基本声部，对他们进行和声听觉的训练，事实证明这是非常必要的，而且对他们今后的音乐实践是很有价值的。

2. 9至12岁为童声成熟期，这一时期合唱团已可以承担一些较复杂的作品排练和演出。此阶段合唱的总音域可以达到：

例 1-1



3. 12至15岁为童声后期，此时属于儿童与青少年青春期的衔接阶段，有的孩子可能开始进入变声。童声后期是童声艺术的高峰期，无论在音乐修养、语言、音量、音响幅度、音色变化、音域宽度、或是在演唱技巧等诸方面，均可达到相当高的水平，艺术表现力很强。处于此阶段的合唱团我们习惯上称之为少年合唱团。

至于变声期，是由于此时孩子已进入新的生理发育阶段，女孩子在14—16岁之间（甚至还早些）就已经开始进入变声期，有的女孩子很快就变完声，有的则稍长些，少则数周，长则八九个月，所以仍然可以在少年合唱团演唱，由于她们经过长时期的合唱训练，声带的适应性较强，往往会在不知不觉中就渡过了变声期。但男孩子就不同了，他们的变声期较长，特别是现在，由于社会及生活条件的变化，常会有一些男孩子提前进入变声期而年龄却尚处于少年阶段，这时可以让他们在低声部用轻声演唱，帮助他们尽快而顺利地渡过变声期，此一时期合唱整体的总音域是：

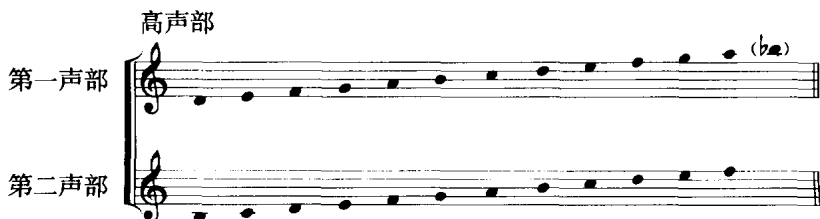
例 1-2



当然,这时期的合唱团应以少女为主体,男孩子如果善于运用假声,则应鼓励他们仍然参加合唱活动。从我的实践中,我认为让变声期的男孩子“禁声”是不可取的消极措施。因为即使在歌唱中让他们禁声,可是在日常生活中却是不可能禁声的,他们需要说话,需要交流,他们在体育课上打球时也会大喊大叫,岂不知大声喊叫一次对声带的损伤却比歌唱要严重得多,而积极的办法应该是帮助他们了解如何保护声带,在日常生活中形成良好的语言习惯,在合唱中掌握好气息,在气息支持下发出假声及弱声。教师非但不要求他们禁声,相反应鼓励他们积极投入合唱训练及演唱活动中,不要“剥夺”他们的演唱权利。实践证明,正确的演唱方法反而能相对地缩短变声期,这也许对他们一生都有好处。关键在于教师的正确引导,要用科学的方法演唱,必要时也可以采用低八度演唱。

童声合唱的声部应该以高、中、低三个声部为基础,视作品要求还可以分为四至九个声部,现以六个声部为例,各声部音域如下:

例 1-3



中声部

第一声部

第二声部

低声部

第一声部

第二声部

第二节 关于训练问题

一、怎样才能算是良好的歌唱

歌唱是由气、声、字、腔、情几个部分组成的，前四者是手段，“情”是目的。正确而良好的歌唱应符合以下标准：

- 正确的歌唱姿势
- 正确的呼吸(气息)支持
- 正确的起声
- 准确的母音状态(母音色彩)
- 圆润的音色
- 丰满而集中的共鸣位置
- 清晰的语言
- 准确的感情表达

良好的歌唱前提是良好的精神状态，歌唱的过程是以心理感受为基础，以心理状态引导和控制生理状态的运动过程。

保持在良好的精神状态下歌唱具有两方面的积极意义。

第一，由于合唱是集体活动，情绪的相互影响很重要。所以，当某一声部只要有一个人精神状态不对，很可能就会影响整个声部或整个合唱团的精神状态。

第二，在不好的精神状态下歌唱最容易坏嗓子。由于歌唱器官是有机的整体，任何肌肉只有在兴奋的状态下才能灵活自如，使不必要的部分保持松弛，形成紧张与松弛的平衡。这样可以培养合唱团员具有良好的耐力与持久性。

二、合唱训练中的几个对立统一关系

从技术角度看，合唱训练中的几个对立统一关系包括：

呼吸与发声的对立统一（即气与声的对抗）；

发声与吐字的对立统一（即声与字的结合）；

气、声、字与行腔的对立统一（其中包括声与情的对立统一）。

只有解决好这几个对立统一关系，才能说得上是正确的歌唱，对独唱、重唱、合唱都是如此。下面分别述之。

1. 起声本身就是气与声的对抗，起声动作正确与否直接影响歌唱的表现力。力度的强弱、音响幅度的大小、音色的明暗变化，甚至吐字的正确与否往往都直接受刹那间起声动作的制约。所以我常向合唱团提出：“发音有点，线随点延”的要求就是这个道理。因此，这是正确歌唱的首要一环。

2. 从艺术角度来看，歌唱本身是线条的运动，并不是孤立地演唱一系列母音，所以就存在声与字的结合问题。字的母音状态也带来声音的色彩变化，不同的母音在发音部位及共鸣位置

上又都要以起声作基础。因此,就需要使声与字之间形成良好而协调的配合。

歌唱要达到感染听众的目的,当然离不开清晰的语言。在某种意义上讲,歌唱本身就是语言的夸张与美化,而这又需要以美好的声音来传递。我国传统上所称的“字正腔圆”指的就是需要声与字的良好而协调的配合。“字正腔圆”是歌唱艺术上的要求,而不仅仅是手段。因为,字正的人不一定腔圆,腔圆的人也不一定字正。但良好的歌唱总是统一的,“重字轻声”或“重声轻字”都是不可取的。只有两者完美地结合才能发挥出歌唱艺术的感染力。

3. 在歌唱中无论是气、声、字都不能离开对作品内容与感情的表达。有生命力的歌唱,都是在横向线条旋律的运动中进行的。这就是气、声、字与行腔之间的有机结合。有的学生可能在练声中一切都很好,但在演唱作品时却很不稳定。这除了有其素质与修养的原因外,在技术上也许是没有解决好前三者与行腔的结合问题。在行腔中无论发音状态、母音的过渡、语言的表达,都是千变万化的,在合唱中要达到整体协调一致,有时比独唱还要难。

在训练过程中这几个方面绝不能孤立地进行,不能形成某个阶段只解决某个问题,而最多是某个阶段有意识地着重解决某个问题,使歌唱者在不知不觉中去感受,去解决。有时甚至是在对作品的艺术感受过程中来解决某些技能问题。不可能有这样的现象:“某人发声很好,吐字、行腔很好,只是气息不好。”因为,歌唱总是一个整体。

要达到上述三个方面的完美结合,对合唱团来说,只有通过不断地训练,才能使合唱团每个人的感觉和客观效果逐渐地达到相对统一,这样当演出时团员们就可以随着指挥的手势形成条件反射,从而达到相对完美地表现作品的目的。

第二章 合唱中的呼吸训练

第一节 单纯的呼吸训练

从生理角度上说,歌唱的原动力是气息,正确的呼吸不但是歌唱技巧的基础,而且也是重要的艺术手段。古人云:“善歌者必先调其气也”就是这个道理。也有人夸张地说:“歌唱的技巧就是呼吸的技巧。”这虽然言过其实,但却也说明了呼吸技巧的重要性。要使合唱团获得优美的音质,良好的音准,以及清晰的语言,无一不是以正确的呼吸方法为基础的。

呼吸训练,除艺术要求外,主要是要解决三个问题:

1. 吸气量
2. 控制机能
3. 气与声结合的正确比例关系

关于吸气量的问题,不能得出“气吸得愈多愈好”的概念,而应该是在自然呼吸状态下的加深,加大些,

只要能维持到乐句唱完即可。不要把自然呼吸状态与歌唱呼吸状态对立起来,在吸气方面歌唱与说话是比较接近的,差别的关键在于吐气方面,歌唱中的吐气比说话的吐气要慢得多,并且要求有良好的控制。生活中的自然呼吸大多是下意识的,是人的本能。对孩子来说,不需要对他们灌输什么是“胸式呼吸”,什么是“腹式呼吸”,什么是“胸腹式联合呼吸”等概念,而应用生动而形象的比喻去让他们体会。进行训练时要求合唱团员保持在学习生活中的自然吸气状态(如仰卧时的呼吸状态、轻声说话时的呼吸状态)的基础上进行。可以双手叉腰,先做自然地吸,自然地吐。开始只要求吸与吐时值相等进而再做到吸气时比自然吸气时的吸气量要多一些,而吐气的时值尽量延长,吐气越慢越好。要求做到“匀、慢、稳”,而且要形成平直的线条,注意恒速持续,好像在吹蜡烛的火苗,而又不让火苗有左右晃动般的感觉。为了在集体训练时教师能清晰地辨别学生吐气是否均匀,所以吐气时可用[s](丝)进行,当然有的指挥用[f](夫)也未尝不可,但我认为还是以[s]为妥。常按如下程序进行:

自然吸—————自然吐
 缓 吸—————缓 吐
 急 吸—————缓 吐

在以上三种吸气状态下缓吐时,可以逐步加上适当的停顿(此时不吸也不吐)即:

自然吸——吐——停——吐——停——急速吐出剩余的气。
 缓吸——缓吐——停——吐——停——吐——停……急速吐出剩余的气。
 急吸——停——吐——停——吐——停……急速吐出剩余的气。

训练要领：

1. 吸气时切忌抬肩。此时要求孩子双手叉腰，体会腰部的膨胀感，以及缓吐时的收腹感觉。

2. 缓吐时逐渐增加停顿次数，但每次停顿不要超过6秒，否则会引起肌肉及精神的紧张，从而增加心脏的负担，那样效果将会适得其反。首要的是要让大家找到正确的感觉。例如：缓吸时要求他们像闻花或像用麦管吸汽水的感觉；急吸时像受惊或吞东西的感觉。指挥判断合唱团员的吸气是否正确；最主要的标志是看他们的肩部是否上抬，只要上抬那就是错误的。吐气要慢而长，就像医生推注射器一样，腹部的感觉也犹如抬重的东西时那样的感觉。呼吸状态的统一是发声状态统一的基础。训练孩子时，要在协调、平衡运动的基础上，逐步做强化运动。

这里我想提醒大家，有一种学派主张先扩大胸腹再吸气，这令人不能理解，也毫无必要。比如：一个皮球，在没有充气之前只是一个皮囊，怎么可能先扩大再充气呢？可以想像，如果在歌唱时先进行人为的扩大再吸气，肯定会造成很多肌肉的紧张与僵硬，我个人是不主张这样做的。我认为应该是以吸气来扩张腹部。练习时请大家双手叉腰，胸部平直，切忌弯腰与挺胸。吸气时，可以用口鼻同时进行，但有时可单独用鼻吸或口吸。在慢速歌曲中，尽量用鼻子吸气。快速及强有力的歌曲可用口、鼻同时吸气，此时吸气时间短而迅速，内口是张开的，但切忌有吸气声。无论是哪种吸气方式，都要感到横隔膜向下，下腹部扩张。吐气时不能放松下腹部肌肉使之向内收缩，使气息在有控制的状态下徐缓而出，同时要注意孩子颈部肌肉要自然而放松，不要有憋气时的紧张状态。经过训练就可以使孩子们将呼吸的“本能”转化为“本领”。

这里需要再一次强调在进行呼吸训练时，不能误解为吸气越多越好。正确的吸气是很自如而通畅的。因此，吸气时如果出现胸

部高挺、脸红、脖子胀,则说明呼吸器官已僵硬,吸气过多反而会憋气。在这种状态下根本发不好音,也无法歌唱,即使能唱出声来,声音也是紧、挤而粗糙,而且音准一定不会好。所以,不少歌唱家都要求学生吸气时像打哈欠一样,实际上打哈欠的最初阶段,就是一种很舒畅的吸气过程,同时有利于使歌唱腔体呈打开状态。

3. 要求孩子注意不吸不吐(停顿)时的腹部保持控制状态的感觉,并自行对吐气长度进行计数,这是很有价值的。

4. 每种练习最后均要将余气迅速吐出,腹部要有挤压动作,好像从漏气的皮球中挤出所有的气一样,这可以使横隔膜得到锻炼。

5. 每次练习结束时最好要做一些缓解和放松练习,即自然吸气,然后加速吐气,以便使全部呼吸器官松弛。

第二节 结合练声乐句的呼吸训练

以上介绍的练习方法是一种单纯的呼吸训练,是非常行之有效的。当然,在更多的情况下可以结合练声乐句来进行。此时就要根据音乐的高、低、强、弱以及不同唱法(连音、跳音、保持音、强音……)来决定吸气状态及吸气量。

一、均衡呼吸的发声练习

下面这条练声乐句就是要求用慢吸慢吐的方法进行。

例 2-1

吸气 m _____ 吸气 m _____
mu _____ mu _____
mi _____ mi _____

注: m 的发音即国际音标中的 [m], 闭口哼鸣。

可以按半音模进向上练至高八度为止，使合唱团员体会到在不同音区条件下，吸气状态的逐渐变化。

在这条练习的基础上再将音域扩大为五度。

例 2-2

m _____
 mu _____
 mo _____
 ma _____

以上两条是最简易的练声乐句，通常用在练声的开始阶段。

练习提示：

1. 吸气要自然而缓慢，吐气要均匀。
2. 内口呈打开状态。
3. 音量不可太大，否则就会出现“白声”。
4. 可逐步按半音模进上行练习到 C 大调高八度为止（中、低声部到 F 大调为止）。即高声部最高音到 g^2 ，中、低声部到 c^2 。为了避免高音区哼唱时发出“挤”和“紧”的声音，可多用 u 或 o 母音练习。

二、跳音的气息控制练习

例 2-3

m m m m m m m m m m m
 la la la la la la la la la la la
 le le le le le le le le le le le

这条练习要求有弹性，音程在五度以内，锻炼横隔膜及呼吸器官的敏锐反应。适用于各种母音。