

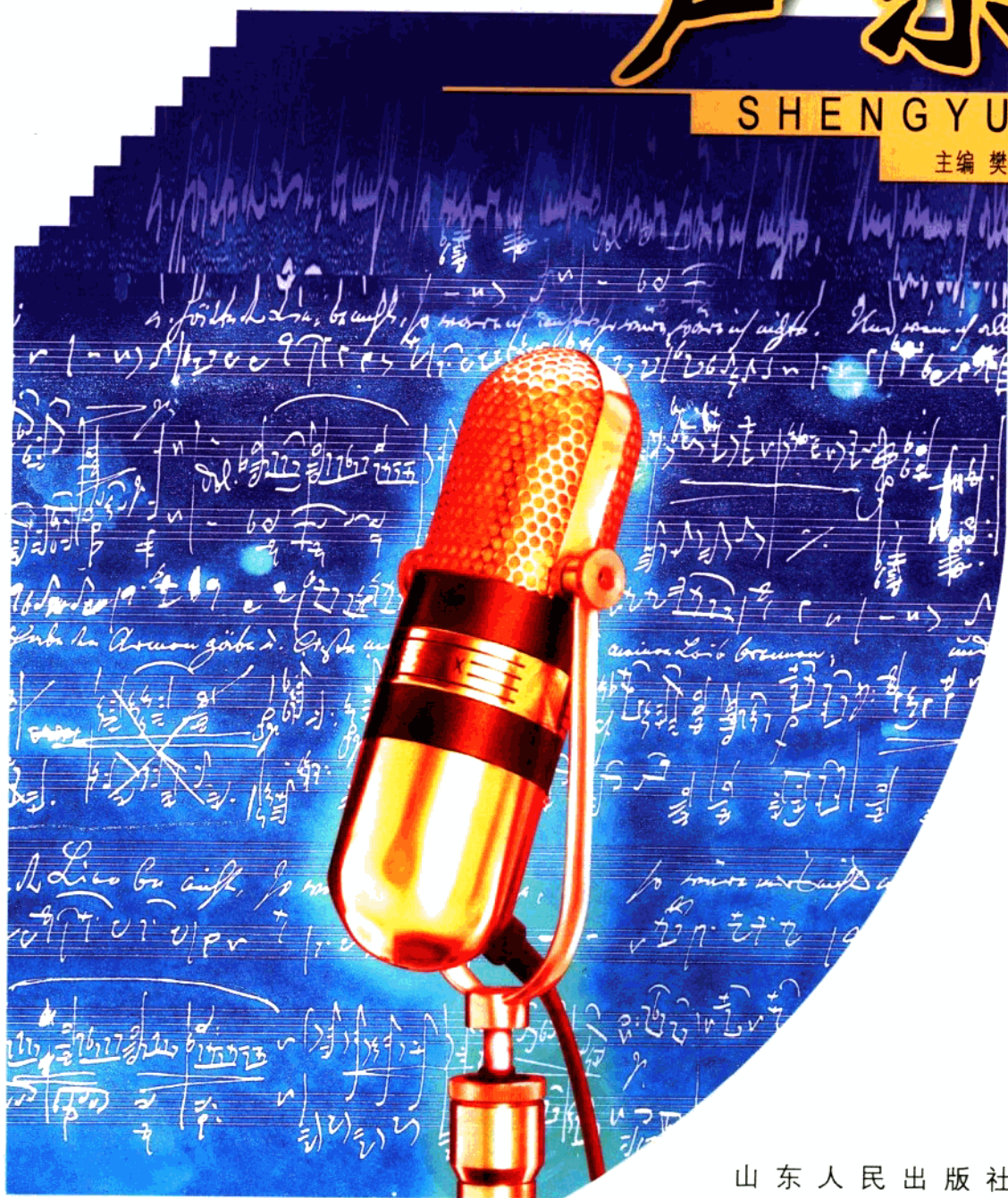
普通高级中学校本教材

丛书主编 刘 堃
执行主编 张谊和

声乐

SHENGYUE

主编 樊维琴



山东人民出版社

普通高级中学校本教材

丛书主编 刘 莹
执行主编 张谊和

声乐

SHENGYUE

主编 樊维琴

山东人民出版社



级

班

姓名

普通高级中学校本教材

声 乐

樊维琴 主编

*

山东人民出版社出版发行

(社址:济南市经九路胜利大街 39 号 邮政编码:250001)

<http://www.sd-book.com.cn>

山东省实验中学印刷厂印刷

787 × 1092 毫米 16 开本 11.25 印张 2 插页 250 千字

2005 年 7 月第 1 版 2005 年 7 月第 1 次印刷

印数 1—3000

ISBN 7-209-03814-0/G·484

总定价(共 9 册):170.00 元

•

普通高级中学校本教材编委会名单

编委会主任 刘 堃

编 委 (以姓氏笔画为序)

于景和	王贵臣	王如恒	王少勇	史 艳
刘东方	刘允峰	苏旭勇	肖 钢	辛 静
张克宏	张述荣	张谊和	张 允	林昭军
岳本文	郭尚民	赵光银	高 洁	贾廷三

丛书主编 刘 堃

执行主编 张谊和

分册主编

音乐欣赏 王贵臣

声 乐 樊维琴

钢 琴 张述荣

礼仪与形体训练 史 艳

国 画 张 允

剪 纸 刘东方

陶 艺 贾廷三

书 法 赵光银

国学初步 郭尚民



序

历时一年多的精心策划和实施,这套校本课程系列丛书终于正式付梓出版了。这套丛书是在山东省实验中学以往自行开发的《艺术选修教材》基础上,按照课程改革的要求加以整合、丰富并注入新内涵而成的。

2004年秋季,高中新课改在我省启动,而早在几年前,体现新课改理念的教育改革实践就已在我校开始了。从分层次教学到艺术“自助餐”,从体育“自选动作”到信息课“菜单式”教学,这些课堂教学模式都体现了共同的教育思想,即面向全体学生,尊重学生差异,发展学生个性,同时还自由选择、自主发展权给学生,使学生真正成为学习的主人,而这正是新课改所尊崇的“以人为本”,也正是素质教育的应有之义。

新课改所倡导的以学校为主体开发校本课程的理论恰与我们的特色教育理论“不谋而合”。正是带着这种高度的认同感,我们怀着极大的热情投入到校本课程研发中。始终坚持以人为中心,关注人的成长和发展,达到课程主客体之间互动互惠互馈的理想效果,成为我们进行课程设计、课程内容编排和课程评价的原则和目标。

我们着眼于学生主动发展的教育价值观和为学生发展服务的基本价值取向,从发现学生的兴趣、尊重学生的选择、培养学生的特长出发,利用优质丰富的课程资源,引领学生在享受学习的快乐中主动发展。

在满足学生个性发展需要、促进学生全面主动发展的同时,我们深感,校本课程的开发也为激励教师的专业成长提供了机会和载体。通过加强课程开发并强调教师是课程开发的贡献者而不只是被动的接受者,教师工作的愿望和热情被激发出来,满足了教师自我价值实现的需要,促使教师动态性地去把握和完善知识结构并进而使教学与科研能力得到提高,课程开发的过程成为教师主动地实践探索的过程。

校本课程是一项富有创造力的工程,每一步设想和实践都渗透着师生的智慧和创造。我们的校本课程立足于开发现有的校内外资源,发扬学校固有



的优势和传统,通过整合课程资源,构建校本文化的发展模式和管理模式,实际上也就是在构建学校自身的特色。

我们坚信,学校应该是播种教育幸福、引领学生和教师共同发展的乐园。校本课程使学生各得其所,教师人尽其才,学校特色彰显。

总之,校本课程研发是中国教育迎接新世纪挑战的一种主动回应,是实施素质教育对学校提出的崭新要求,是当前课程改革的重要举措。作为一项系统的重大工程,我们所做的工作不过是开了一个头,筚路蓝缕,以启山林,但我们毕竟坚定地迈出了第一步,成功的实践使我们有信心在这条路上快马加鞭,再谱新篇,努力实现我们“为每个学生创造主动发展的无限空间”的教育理想。

是以为序。

丛书主编 刘堃





前 言

歌唱是声音与语言相结合的音乐艺术,美妙的歌声是无价之宝,它可以使歌唱者引以为荣,并感动万千听众。歌唱既然是人类的艺术活动,除歌声优美之外,还需要语言和感情的表达,因此在歌唱时,不但要体现歌唱者的天赋与修养,还要表现出驾驭嗓音表达的能力与技巧。

歌唱艺术是一门博大精深的学问,需要我们认真地学习与探讨。歌唱者应具有准确的想像力与内在的天赋能力,还需要正确了解发声原理与发声器官的功能。由于歌唱的发声技巧不完全受主观意志的控制,所以有时很难给学生以恰当的指导,只能对他们进行内心的体验和心理上的引导,使其对正确的、良好的声音概念逐渐建立起心理认知,这样他们才能有所收获,这无形中就增加了声乐教学的难度。除此之外,还要解决好审美体验与艺术实践、语言与内在情感等关系,因此有关歌唱的问题谈起来很难,解决起来更是不仅需要长期的训练过程,也需要付出精心的劳动。

本书在编排上按高中声乐选修教学的要求,对歌唱理论作了简单的介绍,在歌曲选编过程中,按照由易到难、由浅入深、循序渐进的原则划为四个部分(中国独唱、外国独唱、中国合唱、外国合唱),可以根据学生的嗓音条件以及歌唱的基础,选择适当的曲目进行教学。



目 录

序.....	(1)
前言.....	(1)
第1编 声乐理论	
第一节 学习歌唱的目的.....	(1)
第二节 学习歌唱的态度.....	(1)
第三节 歌唱的姿势要求.....	(2)
第四节 歌唱发声的基本原理.....	(3)
第五节 歌唱发声器官.....	(3)
第六节 声音与共鸣.....	(4)
第七节 歌唱呼吸.....	(6)
第八节 声部、歌唱声区的划分问题	(6)
第九节 发声练习	(10)
第2编 独唱歌曲	
第一节 中国歌曲	(11)
牧歌 11 嘎达梅林 12 玛依拉 12 长城谣 13 花非花 14	
思乡曲 15 浏阳河 16 茉莉花 16 沂蒙山小调 17 渔光曲 18	
大海啊,故乡 19 鄂伦春小唱 20 康定情歌 21 送别 21	
难忘今宵 22 月之故乡 23 弹起我心爱的土琵琶 24 在那遥	
远的地方 25 送我一支玫瑰花 26 我的祖国 26 鼓浪屿之波 27	
敢问路在何方 28 长江之歌 29 阿里山的姑娘 30 草原之夜 31	
驼铃 32 松花江上 33 党啊!亲爱的妈妈 34 唱支山歌给党	
听 35 妈妈教我一支歌 37 我和我的祖国 38 黄水谣 39	
铁蹄下的歌女 41 红豆词 42 梅娘曲 43 英雄赞歌 44	
在希望的田野上 45 中国大舞台 46 谁不说俺家乡好 47	
好日子 48 走进新时代 49 红梅赞 51 绣红旗 52 珊瑚	

颂 53 洪湖水,浪打浪 54 美丽草原我的家 55 祖国,慈祥的
母亲 57 教我如何不想他 58 大森林的早晨 59 我为祖国献
石油 61 祝福祖国 62 又唱浏阳河 63 父老乡亲 64 乌
苏里船歌 65 黄河颂 67 帕米尔,我的家乡多么美 69 古老
的歌 71 我爱你,中国 72 黄河怨 74 清粼粼的水来蓝莹莹
的天 77 我为共产主义把青春奉献 79

第二节 外国歌曲 (82)

宝贝 82 念故乡 83 喀秋莎 83 红河谷 84 摇篮曲 84
莫斯科郊外的晚上 85 重归苏莲托 86 桑塔·露琪亚 87 友
谊地久天长 88 故乡的亲人 89 红莓花儿开 90 三套车 91
玛丽诺之歌 92 伏尔加船夫曲 93 纺织姑娘 95 啊!我亲爱
的爸爸 96 我的太阳 96 安东尼达的浪漫曲 97 饮酒歌 98
为艺术,为爱情 100

第3编 合唱歌曲

第一节 中国歌曲 (102)

茉莉花 102 我的祖国 104 游击队之歌 107 长江之歌 109
黄水谣 113 远方的客人请你留下来 117 半个月亮爬上来 121
牧歌 123 过雪山草地 128 放下三棒鼓,扛起红缨枪 133

第二节 外国歌曲 (140)

美丽的梦神 140 邮递马车 142 多年以前 146 缆车 147
回声 151 蓝色的多瑙河 157



第1编

声乐理论

声乐是通过人声歌唱的音乐。与器乐相比,声乐能更直接地表达人们的思想感情。

声乐不仅是一门艺术,而且也是一门科学,因为歌唱的嗓音是通过科学的发声方法训练出来的。它包括发声技巧、气息的控制和吐字技巧等几个方面。只有通过学习,将这几方面完美地融为一体,才能达到字正腔圆的艺术效果。

第一节 学习歌唱的目的

学习歌唱的目的是用科学的眼光来看待歌唱。歌唱一方面可以打开同学们思想和感情的窗户,开拓同学们的艺术领域,促进思维,开发智慧,给生活增添无限的乐趣;另一方面,通过歌唱中对深呼吸的训练,可以增强同学们的体质,扩大音域,提高音质,进一步增进同学们的语言表达能力与音色的美感,同时对紧张的学习生活起到一定的调节作用,松弛同学们紧张压抑的情感,并使同学们获得信心和勇气。因此歌唱是艺术中的精神财富之一,它给人类以无限美好的享受。

第二节 学习歌唱的态度

无论学习哪种知识,学习态度是取得成功的关键,学习歌唱也不例外。如果同学们对歌唱还没有兴趣和自信心,那么就可以从以下几个方面进行努力:① 正确地认识学习歌唱并不神秘,谁都能学习歌唱,歌唱是自然的、有趣的;② 排除一切畏难情绪,歌唱技巧并非高不可攀;③ 在歌唱时,尽力完整地表达清晰的语言,要像说话一样,意味深长地唱出来;④ 开始学唱时,应尽量选唱一些短小易学的和自己喜爱的歌曲;⑤ 要坚持不懈地练习,从掌握最简单的基本技巧中获得信心,不要因为自己的基础太差而缺乏信心,要振作精神。

歌唱不仅能够美化同学们的生活,使你的生活丰富多彩,提高你的艺术修养,而且对同学们的身体、仪表、个性都有很大的帮助。学习歌唱对一个普通人来说,除了能提高其语言表达能力和说话音色外,还会使他成为一个平易近人、热爱艺术、对世界充满无限热爱的人。

第三节 歌唱的姿势要求

养成端正、热情、灵活、潇洒大方的歌唱姿势，是学习歌唱的基本原则之一。正确的姿势是控制和掌握各种歌唱技巧的基础。无论是歌唱艺术或是体育表演，正确的姿势都是极其重要的。要养成正确的歌唱姿势，在以后的发声、呼吸和歌唱器官协调运动的训练中，要不断加强自我要求，即使是一首最容易演唱的歌曲，也仍然要求要有一个良好的姿势，只有这样，才能自如完整地表达出歌曲的思想内容，这是歌唱的需要，也是锻炼同学们意志和身体的需要。

正确姿势的标准：

脚：全身重力均匀分布在脚上，但重心要稍稍靠前，一般规律是一脚略微靠前，两脚自然分开；两脚跟稍向里，脚尖稍向外，要感觉到两只脚牢牢地站在地上，像与大地紧紧连在一起一样，防止重力集中在一只脚和脚跟上，或无目的地摇摇晃晃。

腿：放松并微微弯曲，绝不要一动不动僵硬地站在那里；膝关节不时地前后运动，这对纠正和防止僵硬是有帮助的。

臀：收臀，并尽力靠前，与身体成一条直线，防止臀部过分凸出，否则脊柱的上下牵拉将无从做起。

背与脊柱：背要像测量身高时那样挺直，设想像拉一条橡皮筋一样，一头附在脚跟，通过腿、脊柱、颈向上拉，直到从头顶出来，形成一条直线；歌唱前的感觉就像牵拉橡皮筋一样，这是平稳的、有力的和均衡的呼吸所必需的；背部的感觉是宽扩而伸展；肋肌向外扩张。放松任何部位，都会使身躯形成明显的曲线，给歌唱带来困难。

颈：保持直立，不要前倾和紧缩，可把颈想像为脊柱的延续，也有一种与脊柱相同的柔和牵拉的感觉。

头：抬头，既不仰起，也不低垂，很多人习惯于过高抬起，这与伸出下巴一样，尤其在唱高音时，妨碍极大，要时刻注意和纠正这一倾向。一个普遍的感觉是在唱高音时，试着从背经脖颈一直向上形成一种拉力，这种感觉能帮助我们找到更准确的头共鸣腔体，并获得头腔共鸣。歌唱时，眼睛目标要找自己视线的水平线。

胸：歌唱之前，胸舒展挺起，并平稳地保持着，一直到歌唱结束或一个乐句终止，绝不能像风箱一样出出进进。控制呼吸的力量来源于胸部以下，挺起而平静的胸部位置和牵拉脊柱的感觉，都是歌唱中养成正确姿势的重要因素。

肩：两肩水平，并向后向下放松，保持平静，不要僵硬，更不允许向上或向前隆起，特别在唱高音时，更要注意，切莫向上耸起。

手：不要把手放入兜里、交叉在背后或举在前面紧张地上下摇动，也不要把手臂放在腹部，可抬起双手，离身几英寸。还要注意的就是不要交叉紧握手指，这样看上去让人感觉很紧张。有三种手的姿势可供参考：① 歌唱时双手平静地、毫无做作地交叉在腰围以上，一只手背放在另一只手上。② 自然下垂而放松。③ 一只手下垂，另一只手平静地端放在身体前面。

坐姿：上身与站立时的姿势相同，向上稍挺，臀部向后，稍离椅背，两脚一前一后着地，



不要交叉腿,这对控制整个身体歌唱姿势是有利的。

第四节 歌唱发声的基本原理

歌唱发声所需的动力是气息,振动体是声带,共鸣体是胸腔、咽腔、口腔、鼻腔、头腔等。当肺部的气息经气管呼出,通过喉部,振动声带,使其发出微弱的声音,我们称之为基音。基音经过喉腔、咽腔、口腔、鼻腔、头腔等共鸣腔体的共振,得到美化和放大,在唇、齿、舌、腭等语言器官的作用下形成歌唱。

第五节 歌唱发声器官

歌唱发声的器官包括呼吸器官、发声器官、共鸣器官、咬字和吐字器官。

1. 呼吸器官

呼吸器官包括肺、胸腔、肋骨以及呼吸的两组肌肉群(横膈膜肌、腹肌,以下简称横膈肌、腹肌)。横膈肌是横在肺底部的一片大而有力的肌肉群,把胸、腹分开,静止状态时成倒荷叶状,当气息从口、鼻吸入肺底,横膈肌由中间开始自然塌下去,此时胸腔扩大,呼吸时靠腹肌向内收缩的运动来缓慢地、有节制地把气息呼出,完成歌唱呼吸的一个过程。

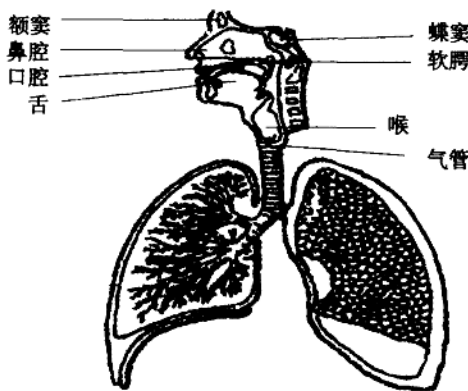


图1 呼吸器官图(鼻、口、咽、喉、气管、支气管、肺、胸廓、肋间肌、横膈膜)

2. 发声器官

人的发声器官包括喉头、会厌、声带等。喉头的骨架主要由软骨组成。它的下方是气管,上方是舌骨,都由肌肉韧带相连。会厌是位于舌根和喉咙口之间、扁平如叶的软骨。它上宽下窄,前面朝向舌,后面朝向喉。人在吞咽食物时会厌会倒下,遮盖呼吸道,以防止食物进入。人在发声时,会厌能竖立卷曲,使咽喉腔形成共鸣管。声带位于喉头中间,是两条扁平状、相互并列的白色韧带,很有弹性。不发声时,声带分开,后部与前部相距较远,呈三角形的空间,称为声门。呼气发声时,声带闭合,击起振动,发出声音。

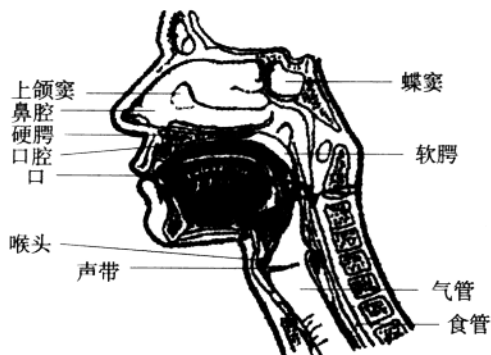


图2 发声器官示意图(头颈侧纵切简图)

3. 共鸣器官

人体的共鸣器官包括胸腔、喉咽腔、鼻咽腔、头腔。

4. 咬字和吐字器官

咬字、吐字器官也称语言器官,包括唇、齿、舌、牙、腭等。通过它们产生歌唱的语言。上述诸器官既有各自的运动规律和功能,又要协调配合,形成一个歌唱发声的整体。

第六节 声音与共鸣

从声带发出的声音叫做“基音”,基音是很微弱的,只有当它在各个共鸣腔体中得到共振,才能使“基音”扩大、美化,发出宏亮、优美的声音。“基音”在共鸣腔体内引起的共振,在声乐上称为“共鸣”。

为什么人的声音在共鸣腔体内能引起共鸣作用呢?声乐学上认为:两个物体的振动频率相同,当一个物体发生振动时,会引起另一个物体振动,这种现象被称之为“共振”。物体因共振而发声的现象称为“共鸣”。当我们歌唱时,声带因振动而发出声音,必然引起人体内各个共鸣腔体发声共振,从而使声带发出的“基音”发生变化,音量扩大,音色改变。

人体的共鸣腔体中,有固定容积的共鸣腔,能对振动频率有倍数关系的音高发生共鸣作用;还有能随意调节而改变其容积的共鸣腔,经过适当的调整,也能与所发出的音高相配合而引起共鸣,使声带发出的基音得到加强和改善。可以说正确的歌唱发声,除了要有良好的呼吸外,还必须恰当地运用和调节各共鸣腔体,使声音得到良好的共鸣。

一、共鸣腔体的区分

在声乐上,根据不同要求和不同情况,对共鸣腔的分类大致有三种:

1. 从生理构造上分类

以上腭、喉头为界,分成上部、中部、下部三部分。

- ① 上部共鸣腔:凡属上腭部的头腔(鼻窦、蝶窦)、鼻腔、鼻咽腔归此类;
- ② 中部共鸣腔:凡属上腭与喉头之间的口腔、口咽腔属此类;



③ 下部共鸣腔:凡属喉头以下的喉腔、胸腔属此类。

2. 偏重从声区的共鸣效果所进行的分类

在发声中,各个声区在混合共鸣中各部位的共鸣腔所起到的共鸣作用比例是不同的。这种归类方法是以发声过程中声音与气息的主流道为基准的,也分为三部分。

① 在发声中凡属声、气主流道中的咽喉腔、喉腔、口咽腔、口腔等共鸣腔,均为主部共鸣腔。在混声区(自然区)发声时,偏重运用这部分共鸣腔的共鸣效果。

② 凡属声、气主流道以上部位的鼻咽腔、鼻腔、头腔等均为上部共鸣腔。在头声区(高音区)发声时,偏重运用这部分共鸣腔。

③ 声、气主流道以下的胸腔,属基部共鸣腔,在胸声区(低音区)发声时,偏重基部共鸣腔的共鸣效果。

3. 以共鸣腔结构能否调节分类

① 可调性共鸣腔:鼻咽腔、口咽腔、喉咽腔、口腔、喉腔、胸腔等共鸣腔均属此类,这些共鸣腔均无固定的容积和形状。在歌唱发声中,根据各声区混合共鸣的要求、共鸣色彩的偏重以及咬字吐字的需要,可自如地控制共鸣腔的容积、形状及相应的效果,使之适应歌唱的要求。在歌唱中能否有效地、恰当地控制这些共鸣腔,是能否掌握正确发声的关键之所在。

② 不可调节的共鸣腔:头腔(窦)、鼻腔属不可调节的共鸣腔。这些共鸣腔有固定的空间、容积和形状,是无法进行调节的。这些共鸣腔的共鸣效果和混合共鸣中的比例的强弱,是由气息和声音传送方向的控制及其相应部位的控制完成的。

二、共鸣声区的划分

从上述共鸣腔的区分可明显看出,歌唱共鸣的运用与声区的形成是密切相关的。我们将人声依据低、中、高三个不同的音区,划分为三个声区,即胸声区、混声区、头声区,这种划分主要在于它们运用共鸣腔的不同。

胸声区(唱低音时):以胸腔为主要共鸣器官,口腔、咽腔次之,头腔更次之。

混声区(唱中音时):以口腔、咽腔为主要共鸣器官,头腔、胸腔次之。

头声区(唱高音时):以头腔为主要共鸣器官,口腔、咽腔次之,胸腔更次之。

从上面所讲的共鸣腔与声区的关系可以看出,声区问题不仅是音的高低问题,同时也是共鸣区的问题。也就是说声区结构是根据音的高低以及共鸣腔的不同的运用和调节所形成的。

三、关于混合共鸣

歌唱发声时,需掌握好共鸣腔的混合作用,即运用“混合共鸣”的方法,使各共鸣腔保持相互间一定的比例和平衡才能使声音获得良好的共鸣效果。一个声音从声带发出,经过喉腔、喉咽腔到达口咽腔,基音已经得到扩大,如果声音再在鼻咽腔和口腔中得到泛音共鸣,并使胸腔也发生共鸣,则声音就会获得丰满、圆润、明亮的效果,这就是混合共鸣的运用。假如不使用混合共鸣的方法而将各共鸣腔孤立起来,仅用单一的共鸣,声音必然会显得苍白、干瘪,不是闷得出不来声音,就是形成白声或是尖锐刺耳。可以说,共鸣腔的混

合运用,是歌唱发声的一个原则,关键在于必须适度地、恰当地调整共鸣腔。根据不同的声区,改变各个共鸣腔在混合共鸣中的比例,才能适应演唱低、中、高音时的不同要求。

这里有必要提醒一下:三个声区(胸声区、混声区、头声区)的概念,是为了理论阐述上的方便,而在演唱中必须努力使三个声区成为统一的、连贯的、完整的声区,这样才能在演唱低、中、高音时流畅自如,没有任何痕迹。

第七节 歌唱呼吸

呼吸在歌唱中不仅是发音的动力,也是声波传导至各共鸣腔体的工具,同时也是歌唱表演艺术中的重要因素。在我国悠久的民族歌唱历史中,非常重视气息的重要作用。

日常生活中的呼吸是人的本能活动,是下意识的自然的呼吸运动,用于日常讲话的呼吸量约 300 毫升,而用于大声歌唱时的呼吸量约 2 000 毫升,因而歌唱中的呼吸是一种有意识的、有训练的、强化的呼吸运动。吸气的动作快且吸得深而多;呼气的动作慢且呼得有控制、有弹性,这是一种需要经过长期训练的呼吸运动。

歌唱呼吸有以下几种:胸式呼吸、腹式呼吸、胸腹联合式呼吸和膈肌一肋式呼吸。

胸式呼吸是一种主要依靠胸腔控制气息的呼吸方法,吸气时双肩上抬、胸部扩展;呼气(歌唱)时胸部塌下,吸气不深,很接近自然呼吸,又称锁骨式呼吸。目前被认为不是一种良好的歌唱呼气。

当前为多数人运用的呼吸方法是腹式呼吸、胸腹联合式呼吸和膈肌一肋式呼吸。这几种呼吸方法虽然提法不同,但其内容和要求是基本一致的,都十分强调膈肌、肋肌、腰围肌和腹肌对获得深的呼吸的作用。这些呼吸方法的优点是:

1. 全面调动了歌唱呼吸器官的能动作用,使肋肌、膈肌、腹肌互相配合,协同完成对气息的控制。
2. 牵动胸腔扩张的胸腔下部肋肌、膈肌有较大的弹性和收缩力,吸气时膈肌下降和张开肋骨同时并用,使胸腔全面扩大,可吸入和储存的气息量大。
3. 腰部的动作明显易于控制、易于操纵,是强化呼吸的理想部位。

歌唱中良好的状态、发声、共鸣都要靠正确的呼吸方法来完成,而良好的歌唱呼吸不是自然形成的,只有经过严格的训练才能逐渐掌握并运用于歌唱之中。在歌唱呼吸训练中,只有与发声或歌唱练习相结合,才能获得实际效果。呼吸方法正确与否,要靠自身各部位的自我感觉仔细鉴别,更要靠发声的好坏去验证。

第八节 声部、歌唱声区的划分问题

人由于生理条件不同,声带的长短、宽窄、厚薄及共鸣腔体也不同,发出的声音音色、音质、音量、音域及性能也就各异。根据这些差异人声被分为不同的声部。男声分为男高音(抒情、戏剧)、男中音(高、低)、男低音(高、低)三类。女声分为女高音、女中音、女低音三类。细分之,女高音又可分为花腔、抒情、戏剧三类。





各声部音域,经过训练后,大体如下:

女高音: $c^1 - b^2$,有时可唱至 c^3 以上;

女中音: $a - b^2$, a^2 以上;

女低音: $f - e^2$, f^2 以上;

男高音: $C - b^1$,有的可唱至 C^2 以上;

男中音: $A - b^1$, a^1 以上;

男低音: $F - f^1$ 以上。

一、各声部声音的一般特征

1. 花腔女高音:音色清脆,声音轻巧,灵活,高音可唱至 c^3 以上的 d^3 、 f^3 、 g^3 。
2. 抒情女高音:音色秀丽,柔和圆润,抒情性强。
3. 戏剧女高音:音色丰满,宏亮有力,具有戏剧性。
4. 女中音:音色浑厚、丰满,与戏剧女高音相比,色彩较暗些。
5. 女低音:声音宽厚,音色较暗。
6. 抒情男高音:音色漂亮、柔和,抒情性强。
7. 戏剧男高音:声音厚实、雄壮,有威力,富于戏剧性。
8. 抒情兼戏剧男高音:音色、力度特征介于抒情与戏剧男高音之间。
9. 男中音:声音浑厚、丰满。细分之,有的偏于抒情,有的偏于戏剧性,有的偏于高音,有的偏于低音,因此,男中音又分为高的男中音和低的男中音两类。
10. 男低音:声音低沉、浑厚。男低音又分高的男低音和低的男低音两类,前者与低的男中音相似,又称“旋律”男低音,音色柔和宜于独唱;后者音域低而厚实、有力,但唱高一点的音困难,声音不灵活,常用于合唱队低音部,较少用于独唱。

二、确定声部的依据

上面说过,人声区分声部是由于生理条件不同,但确定唱歌者的声部却不能简单地以生理条件为依据,还需要根据歌唱者声音的音色、音域、常用音域及换声点的综合情况来确定。如有时我们会遇到某些男女高音声音宽厚,色彩与男女中音相差无几;有些男女中音,他们也能唱到男女高音同样的高度,一时难以判断。对于这样的歌唱者的声部,不要急于下结论,可通过中声区的训练,观察其常用音域及其在向上向下两方扩展音域时,向哪一端伸展更为容易。此外,换声点出现在哪个音上也值得重视、研究。因为,即使如同男女高音声部,大嗓的换声点,往往较小嗓要提前一两个音出现。总之,确定唱歌者的声部是项需要细致研究、慎重从事的工作,一旦声部确定错误,往往会损害嗓音,导致严重后果。

三、歌唱者的声区

声区问题,在国内外声乐界至今仍是众说纷纭。有的认为声区是客观存在的,并将人声区分为头声、胸声两个声区,也有划为头声、中声、胸声三个声区的。但有的持反对意见,认为“声区”只是人们从自己的听觉或发声时的主观感受出发提出的,是一种主观、人

为的划分。周小燕是主张划分声区的,而且是一位在训练声区方面富有经验的著名专家。下面是她关于训练声区的步骤方法,节录于此,供同学们借鉴学习。

训练声区的步骤:

1. 自然声区

所谓自然声区是指喉头稳定,声音流畅,音色明亮,不费力就能唱出来的,接近说话高音的音区,也就是人声最自然的音区。一般说,自然声区的范围只有几个音,不超过一个八度。各声部的自然声区是不同的,它们的范围大致如下:

女高音 $2-i(d^1-c^2)$ 女中音 $7-7(b-b^1)$ 女低音 $6-5(a-g^1)$

男高音 $2-i(d^2-c^1)$ 男中音 $7-7(B-b)$ 男低音 $6-5(A-g)$

自然声区的声音,是人声中最自如,并最富于自然色彩的声音。因此歌唱训练,要以自然声区为基础起点。从自然声区开始,向高、低两个方向逐渐延伸,从而巩固中声区。

自然声区、中声区是歌唱嗓音发展的基础。对嗓音训练来说,对打基础工作要格外重视。学唱者切不可因在中声区发声似乎不困难而掉以轻心,在基础未打好之前,急于想唱得响、唱得高,唱自己尚不能胜任的歌曲,这样急于求成的结果,往往事与愿违,欲速不达,会产生一些不该有的毛病,从而丧失漂亮的音色,甚至误入歧途,走弯路。所以,自然声区的训练一定要认真对待,不要草率从事。

2. 中声区

训练中声区,音量不宜太大,以中等强度为好,嘴不要张得很大,发声时,似乎感觉元音是从嘴外扔向舌面。由来自腹部的气息将声音向上齿龈后回送。唱一系列音,如 $1\ 2\ | 3\ 4\ | 5\ 4\ | 3\ 2\ | 1-$ 时,气息要均匀,不要因为 5 高于其他音而用气较多,唱得较响,也不要唱到最后,因气息不够而“塌胸”或将最后的音的音位降低。要始终保持住膈肌和两肋的张力,使每个音都搭在气息的支点上,并唱得均匀,感觉一个比一个音更远地向前方唱去。身体,特别是下颌不要向前倾,而要保持稳定、松弛。要耐心地反复练习,直到在中声区范围内喉头基本稳定、喉咙打开、气息有支点、声音流畅、运用自如,打基础的工作方算合格。

3. 换声区

换声区这个概念不是人声声区结构上的分类说法,而是从声区转换的技术训练角度说的,就音域而言,相当于中声区的后半部分,加上头声区的前几个音,如以男女高音为例,一般是 C 调的 $b7、(b^1c^2)-^{\sharp}5(^{\sharp}f^2g^2)$,大约五、六度音。

各声部从中声区转入头声区的换声点的平均高度是:

女高音: $^{\sharp}4(^{\sharp}f^2)$ 女中音: $b^{\flat}3(b^1e^2)$ 女低音: $^{\sharp}1(^{\sharp}c^2)$

男高音: $^{\sharp}4(^{\sharp}f^1)$ 男中音: $b^{\flat}3(b^1e^1)$ 男低音: $^{\sharp}1(^{\sharp}c^1)$

女高音换声不如男高音明显,再者,即使同一声部,大嗓(戏剧性)的换声点,较小嗓(抒情)的要提前一两个音,因此,换声点常因人而异,需仔细观察聆听。

换声区的具体操作:换声区属于过渡性质。如同上桥必须经过一段“引桥”,才能从地面平稳地走向桥的顶端一样,换声区就是“引桥”。歌唱者若要从低声区顺利地唱到高声区,就得注意并明确换声区的操作方法。如有的人能无异样地从 c^1 往上唱到 $i(c^2)$,便可

