

# 声乐演唱与伴奏

SHENG YUE YAN CHANG YU BAN ZOU

——中国声乐教学曲目精选

主编 曹汝森 黄红辉  
胡建军 吴一帆



江西高校出版社

# 声乐演唱与伴奏

SHENG YUE YAN CHANG YU BAN ZOU

——中国声乐教学曲目精选——

主编

曹汝森 黄红辉  
胡建军 吴一帆



江西高校出版社

主 编:曹汝森 黄红辉 胡建军 吴一帆  
编 委:(按姓氏笔划为序)

方 良 王 莹 刘晓兰 刘小琴  
朱春娜 何健民 吴军行 肖继仁  
张 群 徐 翀 袁尼安 黄 淘  
熊曼玲 熊平秀

书 名 声乐演唱与伴奏

——中国声乐教学曲目精选

主 编 曹汝林 黄红辉 胡建军 吴一帆

出 版 江西高校出版社(南昌市洪都北大道 96 号)  
发 行

经 销 各地新华书店

印 刷 江西教育印刷厂

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 20.75

字 数 530 千字

印 数 32501 ~ 35500 册

版 次 2004 年 9 月第 2 版 2005 年 7 月第 13 次印刷

定 价 22.50 元

ISBN 7 - 81033 - 693 - 2

J·12

---

邮政编码:330046 电话:(0791)8592235、8519894

(江西高校版图书凡属印刷、装订错误,请随时向承印厂调换)

# 前 言

声乐演唱与即兴伴奏是两门很深很广的学科。编者力图通过深入浅出的探索,将声乐演唱与钢琴即兴伴奏的最具科学性、规律性的问题提炼出来,介绍给大家。因此,该书既从歌唱发声的器官、歌唱的姿势、歌唱的呼吸、歌唱的发声、歌唱的共鸣、歌唱的咬字吐字诸方面论述了歌唱发声的基础知识,亦从钢琴的弹奏能力、基础和声知识、民族调式和声的应用、伴奏类型与伴奏音型、前奏、间奏与后奏的设计、即兴伴奏的编配步骤、伴奏与歌唱的结合诸方面论述了钢琴即兴伴奏的基础知识。希望能对有志于学习歌唱和钢琴即兴伴奏的人士有所帮助。

古今中外异彩纷呈的声乐作品是人类文化艺术宝库中的瑰丽奇葩。本书精选了中国声乐作品数百首,其中大多是我国声乐教师在教学中经常采用的,具有一定代表性和典范性的经典教材,亦有部分近年新创作的声乐佳作。除独唱歌曲外,还收录了少量齐唱、对唱、重唱歌曲,这些具有较高艺术价值和较强教学价值的声乐精品,滋养了一代又一代的声乐学子,也还将在今后的声乐教学中继续发挥作用。在此,编者谨代表那些在声乐园地中辛勤耕耘的教师和在声乐瀚海中遨游求索的学子,向为我国声乐艺术和声乐教学的发展做出了不可磨灭的贡献的作曲家和词作家们表示深深的敬意。

为保证声乐教学的科学性、规范性和系统性,便于声乐教师合理地把握教学进度,有效地根据教学要求和循序渐进的原则,由浅入深地,有针对性地选用教学曲目,编者根据曲目的难易程度,将这批经典教材分为五级。改变了长期以来声乐教学中存在的教学规格模糊,进度不明确,教材不规范,选材随意性突出的不利局面。对于歌唱演员的专业学习和高师、中师的声乐教学,及音乐爱好者的业余学习都具有较好的参考价值。

歌唱的艺术表现是歌唱艺术中的较高层次,它是演唱者通过多方面的学习和实践,运用娴熟的演唱技巧以及对音乐作品的深刻理解,达到声情融合后对音乐作品具体而又准确的表现。为给声乐教师备课提供范例,编者从古曲、创作歌曲和民歌改编曲中选出六首作品,进行歌曲简析和教学提示,介绍了作品的时代背景、思想内容、风格体裁、创作手法、音乐形象、艺术特点和演唱方法,既便于演唱者加深对作品思想内涵和感情色彩的理解,亦便于业余声乐爱好者欣赏名作,增强艺术修养。

本书还附有《第七届全国青年歌手电视大奖赛规定曲目》,供有志于参加各级各类声乐比赛的选手参考;附有《外国声乐作品教学分级曲目目录》,供声乐教师选用外国声乐曲目进行教学时参考;附有江西师范大学艺术学院音乐系正在实施的《声乐教学大纲》,供各类学校的声乐课教学参考。

由于水平有限,书中不足、疏漏、失误之处在所难免,恳请广大读者提出批评意见,以资今后改进。

编者

1997年5月

# 目 录

<b>第一章 歌唱发声的基础知识</b> .....	(1)	秋收 .....	(42)
一、歌唱发声的器官 .....	(1)	鼓浪屿之波 .....	(43)
二、歌唱的姿势 .....	(4)	牧羊姑娘 .....	(44)
三、歌唱的呼吸 .....	(4)	长城谣 .....	(44)
四、歌唱的发声 .....	(5)	半屏山 .....	(45)
五、歌唱的共鸣 .....	(5)	金风吹来的时候 .....	(46)
六、歌唱的咬字吐字 .....	(6)	花非花 .....	(46)
七、发声练习曲 .....	(8)	梅娘曲 .....	(47)
八、少年儿童嗓音的特点 .....	(10)	码头工人歌 .....	(48)
<b>第二章 歌曲浅析与演唱提示</b> .....	(11)	摇篮曲 .....	(48)
一、《阳关三叠》 .....	(11)	浏阳河 .....	(49)
二、《教我如何不想他》 .....	(12)	跑马溜溜的山上 .....	(50)
三、《黄河颂》 .....	(12)	弥渡山歌 .....	(50)
四、《黄河怨》 .....	(13)	军港之夜 .....	(51)
五、《小白菜》 .....	(14)	大海啊故乡 .....	(52)
六、《江河水》 .....	(15)	思乡曲 .....	(52)
<b>第三章 钢琴即兴伴奏的基础知识</b> ..	(17)	弹起我心爱的土琵琶 .....	(53)
一、钢琴弹奏能力 .....	(17)	大路歌 .....	(54)
二、基础和声知识 .....	(18)	红水河有三十三套湾 .....	(55)
三、民族调式和声的应用 .....	(23)	<b>二级</b>	
四、伴奏类型与伴奏音型 .....	(26)	珊瑚颂 .....	(55)
五、前奏、间奏与后奏的设计 .....	(27)	生死相依我苦恋着你 .....	(56)
六、即兴伴奏的编配步骤 .....	(28)	草原上升起不落的太阳 .....	(57)
七、即兴伴奏中常用和弦序进的练习 .....	(33)	春天你在哪里 .....	(57)
八、伴奏与歌唱的结合 .....	(37)	人说山西好风光 .....	(58)
<b>第四章 中国声乐作品教学分级曲目</b>		枉凝眉 .....	(59)
.....	(39)	热血歌 .....	(60)
<b>一级</b>		天下黄河十八湾 .....	(61)
塞外村女 .....	(39)	槐花几时开 .....	(62)
交城山 .....	(39)	牧歌 .....	(62)
在那遥远的地方 .....	(40)	玛依拉 .....	(63)
问 .....	(40)	祖国之爱 .....	(63)
高高太子山 .....	(41)	二月里来 .....	(64)
我爱我的台湾 .....	(41)	毛主席的话儿记心上 .....	(65)
太阳出来喜洋洋 .....	(42)	嘎达梅林 .....	(65)
		我骑着马儿过草原 .....	(66)
		月之故乡 .....	(66)
		我的花儿 .....	(67)

渔光曲 .....	(68)	美丽的孔雀河 .....	(108)
摇篮曲 .....	(69)	茶山新歌 .....	(109)
驼铃 .....	(70)	吐鲁香的葡萄熟了 .....	(110)
长城长 .....	(71)	都达尔和玛利亚 .....	(112)
赛里木湖面起了风浪 .....	(72)	四级	
雁南飞 .....	(73)	我赞美你,骆驼 .....	(112)
我的祖国 .....	(73)	我和我的祖国 .....	(114)
家乡的苦楝树 .....	(74)	赶圩归来阿哩哩 .....	(114)
三级		曲蔓地 .....	(115)
我爱你,塞北的雪 .....	(75)	九里里山屹峙十里里沟 .....	(116)
谁不说俺家乡好 .....	(76)	小河淌水 .....	(118)
苦菜花开闪金光 .....	(77)	二月里见罢到如今 .....	(118)
红梅赞 .....	(78)	我们是黄河泰山 .....	(119)
想延安 .....	(79)	小白菜 .....	(120)
高天上流云 .....	(80)	我要报仇!我要活 .....	(122)
小背篓 .....	(81)	江河万古流 .....	(124)
渔家姑娘在海边 .....	(82)	海风阵阵愁煞人 .....	(125)
铁蹄下的歌女 .....	(83)	飞出苦难的牢笼 .....	(127)
一道道水来,一道道山 .....	(84)	清粼粼的水蓝莹莹的天 .....	(128)
边疆的泉水清又纯 .....	(85)	看见你们格外亲 .....	(130)
我的家乡沂蒙山 .....	(86)	故乡是北京 .....	(133)
党啊,亲爱的妈妈 .....	(87)	五哥放羊 .....	(135)
燕子 .....	(88)	父老乡亲 .....	(137)
蝶恋花·答李淑一 .....	(89)	英雄赞歌 .....	(138)
我等你到天明 .....	(90)	驼铃 .....	(139)
我的祖国妈妈 .....	(91)	拉骆驼的黑小伙 .....	(140)
祖国,慈祥的母亲 .....	(92)	妈妈对我说 .....	(141)
祖国,我在你怀抱里 .....	(93)	姑娘生来爱唱歌 .....	(142)
云中路,江南路 .....	(93)	松花江上 .....	(143)
赶牲灵 .....	(94)	乌苏里船歌 .....	(144)
教我如何不想他 .....	(95)	太行颂 .....	(146)
牧马之歌 .....	(96)	手挽手 .....	(147)
嘎俄丽泰 .....	(97)	这就是我的祖国 .....	(148)
塔里木河 .....	(97)	杨白劳 .....	(149)
草原之夜 .....	(98)	嘉陵江上 .....	(150)
想亲娘 .....	(99)	阳关三叠 .....	(151)
黄河心 .....	(100)	毛主席永远和我们在一起 .....	(152)
毛主席的恩情比山高比水长 .....	(102)	骏马奔驰保边疆 .....	(153)
草原夜歌 .....	(103)	美丽草原我的家 .....	(154)
怀念战友 .....	(104)	呼伦贝尔美 .....	(155)
说句心里话 .....	(105)	有一个美丽的传说 .....	(156)
歌唱二郎山 .....	(105)	我们的祖国歌甜花香 .....	(157)
一个黑人姑娘在歌唱 .....	(106)	小白杨 .....	(159)
啊,中国的土地 .....	(107)	在那桃花盛开的地方 .....	(160)

人家的船儿浆成双·····	(161)	没有强大的祖国,哪有幸福的家·····	(225)
海上女民兵·····	(161)	走上高高的兴安岭·····	(226)
我为祖国献石油·····	(162)	再见吧!妈妈·····	(228)
长江之歌·····	(164)	再见了,大别山·····	(230)
好久没到这方来·····	(164)	克拉玛依之歌·····	(231)
三峡情·····	(166)	唱起母亲教我的歌·····	(234)
黄水谣·····	(167)	我爱你,中华·····	(235)
红豆词·····	(168)	森吉德玛·····	(236)
我爱梅园梅·····	(169)	满江红·····	(237)
黑龙江岸边洁白的玫瑰花·····	(170)	山里人·····	(238)
菩萨蛮·黄鹤楼·····	(171)	一湾湾流水·····	(240)
大森林的早晨·····	(172)	叫声妹妹泪莫流·····	(241)
在银色的月光下·····	(173)	船工号子·····	(243)
玫瑰三愿·····	(174)	清江放排·····	(245)
多情的土地·····	(175)	归来啊,亲人·····	(246)
我爱你,中国·····	(177)	洞庭渔米乡·····	(248)
长江第一漂·····	(178)	古老的歌·····	(249)
思恋·····	(179)	金色的秋光·····	(250)
送上我心头的思念·····	(180)	春天来了·····	(252)
清晰的记忆·····	(181)	岩口滴水·····	(255)
假如你要认识我·····	(182)	我住长江头·····	(257)
林中的小鸟在歌唱·····	(183)	我站在铁索桥上·····	(257)
永远响亮的是那金喇叭·····	(185)	黄河怨·····	(260)
采桑子·····	(186)	黄河颂·····	(261)
写着你·····	(186)	祖国永在我心中·····	(263)
啊,梦·····	(187)	日月之恋·····	(264)
<b>五级</b>		北京颂歌·····	(265)
那就是我·····	(188)	生命的星·····	(266)
忆秦娥·娄山关·····	(189)	我爱五指山,我爱万泉河·····	(267)
帕米尔,我的家乡多么美·····	(190)	挑担茶叶上北京·····	(268)
孟姜女·····	(192)	五洲人民齐欢笑·····	(270)
万里春色满家园·····	(195)	回四川·····	(273)
七律二首·送瘟神·····	(198)	北疆连着我家乡·····	(275)
走西口·····	(200)	彩云与鲜花·····	(276)
恨似高山仇似海·····	(202)	思乡曲·····	(277)
江河水·····	(204)	大江东去·····	(278)
绣荷包·····	(205)	乡音乡情·····	(279)
马儿啊,你慢些走·····	(207)	祝酒歌·····	(280)
沁园春·雪·····	(210)	巴黎圣母院的敲钟人·····	(282)
不幸的人生·····	(211)	回延安·····	(283)
没有眼泪,没有悲伤·····	(214)	沁园春·雪(田丰)·····	(285)
看天下劳苦人民都解放·····	(216)	跟你走·····	(287)
兰花花·····	(220)	故乡·····	(288)
我为共产主义把青春贡献·····	(222)	夜半歌声·····	(289)

乌苏里江.....	(291)	祝愿歌.....	(312)
科学的春天来到了.....	(293)	你好啊,峡江.....	(313)
木兰从军.....	(295)	清晨,我们踏上小道.....	(315)
<b>第五章 重唱、合唱、齐唱歌曲.....</b>	<b>(298)</b>	中国,中国,鲜红的太阳永不落.....	(317)
年轻的朋友来相会.....	(298)	振兴中华.....	(317)
年轻的朋友.....	(299)	<b>附录:</b>	
年轻的心.....	(300)	1、1996年第七届全国青年歌手电视大奖赛规定曲目.....	(319)
对面沟里流河水.....	(300)	2、江西师范大学艺术学院音乐专业声乐教学大纲.....	(321)
太阳岛上.....	(301)	3、外国声乐作品教学分级曲目目录.....	(323)
敖包相会.....	(303)	<b>主要参考书目.....</b>	<b>(326)</b>
一朵鲜花鲜又鲜.....	(304)		
满山葡萄红艳艳.....	(307)		
校园的早晨.....	(308)		
大连好.....	(309)		
留下一片荫凉.....	(311)		



# 第一章 歌唱发声的基础知识

声乐,是一门艺术,也是一门科学。歌唱者是以自己身体的有关器官做为“乐器”来进行“演奏”的艺术家。因此,学习声乐者较学习器乐者还有一项更为艰巨复杂的工作必须在学习过程中完成——将身体内部的与歌唱发声有关的器官,按照生理机能运动的自然规律,合乎生理学、物理学、音响学的原理,组合成一个完整的“乐器”。

乐器,要发出响亮的声音必须具备三个因素:动力、振动体、共鸣器。以弦乐器为例,拉弓是动力,弦是振动体,琴身是共鸣器。就人声而言,肺部呼出的气息是动力,它使声带受到振动发声,声带是振动体,声带的振动引起咽腔及其它腔体的共振,扩大并美化声音,这些腔体是共鸣器。因此,人的歌唱发声的器官分为呼吸器官(动力)、发声器官(振动体)、共鸣器官(共鸣器),外加一个使声音变成语音的器官——吐字器官。

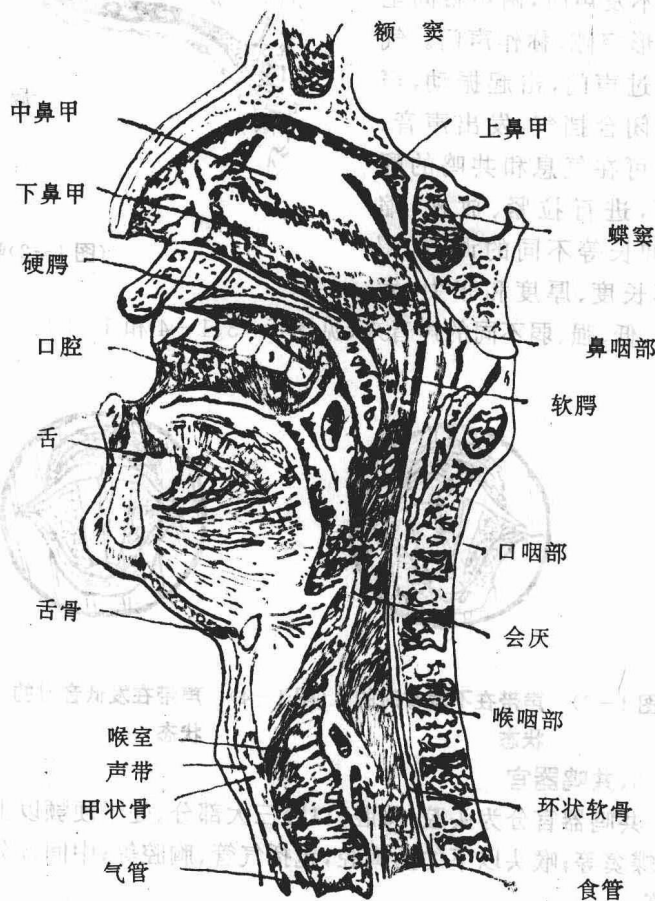
## 一、歌唱发声的器官

### 1、呼吸器官

呼吸器官包括口、鼻、咽、喉(见图 1-1)、气管、支气管、肺、胸腔及膈肌(横膈膜)。

人体的右肺有三叶,左肺两叶,几乎占据整个胸腔,是呼吸和储存气息的地方。肺里有许多支气管,支气管的末端有许多肺泡。肺泡在吸气时扩大,呼气时收缩。但肺本身是不会扩大和收缩的。它依靠肺的外部由肋骨和肋间肌组成的胸廓和肺的底部分隔胸腔和腹腔,像个倒置碗形的膈肌(横膈膜)及膈肌底下的腹肌的扩张和收缩来完成呼吸运动。

吸气时,膈肌中心向上隆起的圆顶下降,肋骨向外扩张,胸廓向前向上升起,空气由口、鼻,经咽、喉、气



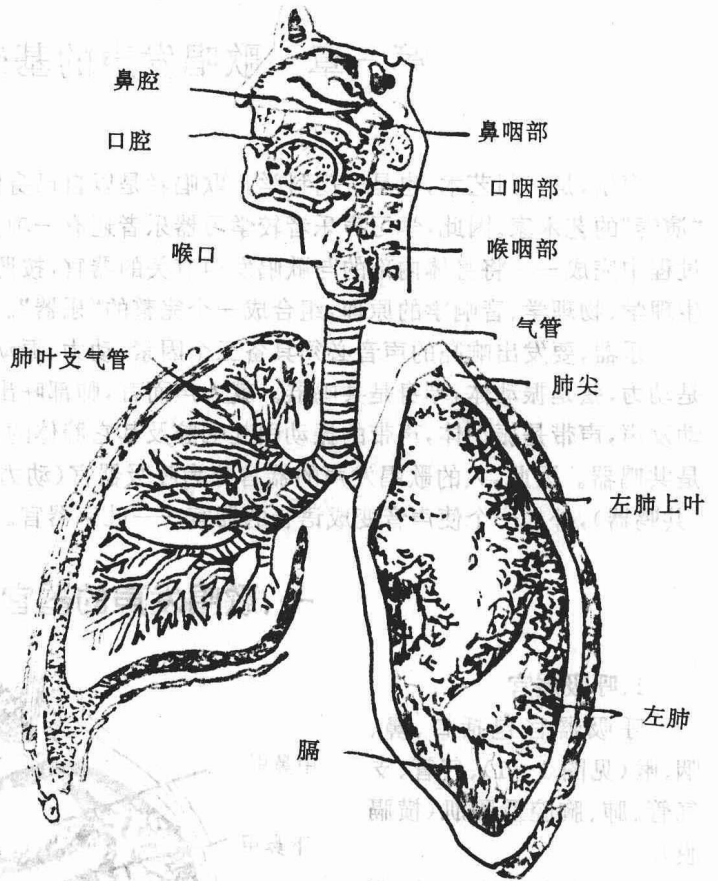
(图 1-1)鼻、口、咽、喉纵切面

管、支气管进入肺部。呼气时,肋间肌放松,胸廓容积缩小,膈肌圆顶上升。

呼吸不仅是发声的动力,也是将声波传导至各共鸣腔的媒体,对歌唱发声质量的优劣起决定作用(见图1-2)。因此,掌握好呼吸技术至关重要。

### 2、发声器官

发声器官由喉头和声带组成。喉头位于颈前正中部,上连舌骨,下接气管,由软骨、韧带横纹肌和粘膜等构成。喉头中间有两片对称而有弹性的韧带,称为声带。不发声时,两声带间呈三角形空隙,称作声门。气息经过声门,激起振动,声带就闭合挡气,发出声音。声带可在气息和共鸣的配合下,进行拉紧、放松、缩短、伸长等不同的调节,调整其长度、厚度和张力,发出高、低、强、弱不同的声音来(见图1-3、1-4和1-5)。



(图1-2)呼吸器概况



(图1-3) 声带在不发音时的状态



(图1-4) 声带在发低音时的状态



(图1-5) 声带在发稍高的高音时的状态

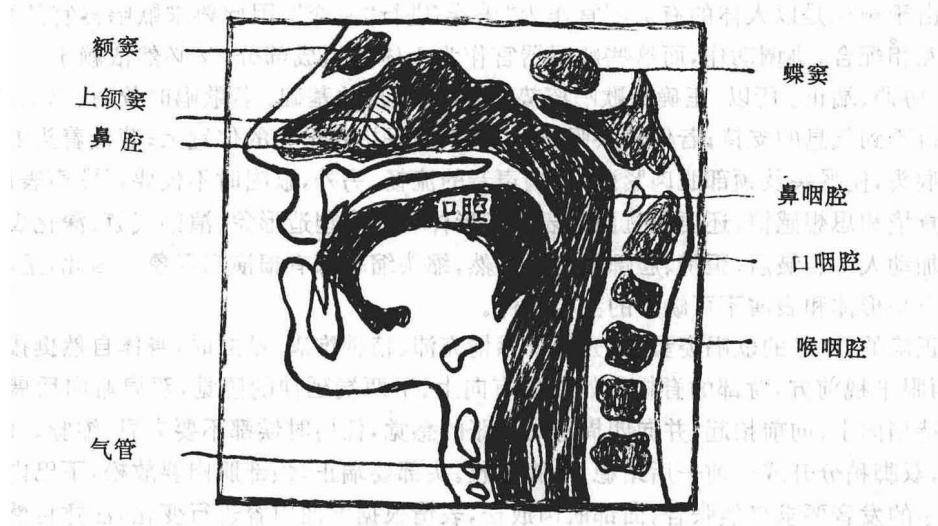
### 3、共鸣器官

共鸣器官分为头腔、胸腔、口腔三大部分。处于硬腭以上的为头腔,包括鼻腔、鼻咽腔、额窦、蝶窦等;喉头以下的为胸腔,包括气管、胸腔等;中间部分为口腔,包括喉咽腔、口咽腔、口腔等。

由于口腔内部以及咽喉、喉咽腔、鼻咽腔周围的肌肉,可根据其活动情况改变形状,容积

大小也随之变化,故称为“可调节的共鸣腔”。而胸腔、气管、鼻腔及头部各腔体均为固定腔体,不可随意改变,因此被称为“不可调节的共鸣腔”。

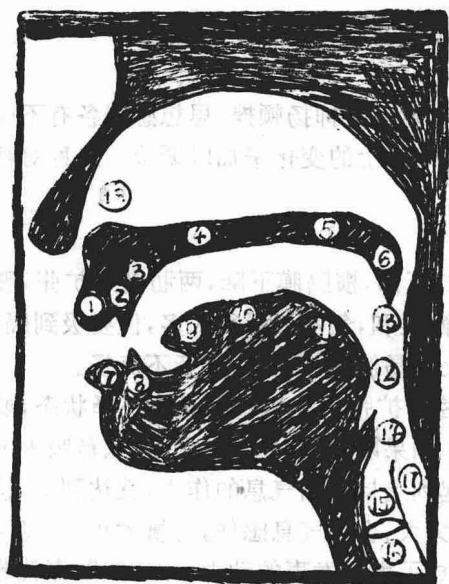
声带本身发出的声音是很轻微的,只有当它在人体的各个共鸣腔体中得到共振,才能使声音扩大和美化。只有正确地运用这些共鸣腔,才会获得圆润、丰满、动听的歌声(见图 1-6)。



(图 1-6) 头腔、口腔共鸣器官示意图

#### 4、吐字器官

吐字器官也就是语言器官,它们是咬字吐字时出声、引长、归韵的器官。这是人声乐器与其它乐器的最大差异之所在。吐字器官包括唇、齿、舌、牙、喉、腭(软腭和硬腭)。人声通过这些器官的变化产生母音和子音,形成语言,同时也起调节共鸣腔体的作用。母音(元音)是以舌位的高低、前后和嘴唇的圆扁造成口腔的腔体变化而形成的;子音(辅音)是在不同的吐字部位,以不同的方式阻断气流形成的(见图 1-7)。



- ①上唇②上齿③牙床④硬腭
- ⑤软腭⑥小舌⑦下唇⑧下齿
- ⑨舌尖⑩舌面⑪舌根⑫咽头
- ⑬咽壁⑭会厌⑮声带⑯气管
- ⑰食道⑱鼻孔

(图 1-7) 吐字器官示意图

上述四器官,都是受人体高级神经支配的,在歌唱时,要同时参与活动,并且协调一致成为一个统一的有机整体,才可能产生“字正腔圆”的艺术效果。

## 二、歌唱的姿势

由于声乐是以人体的有关器官作为“乐器”进行“演奏”,因此要求歌唱器官的各个组成部分互相配合,协调动作,而这些歌唱器官作为人体的组成部分,又必然依赖于个人个体的自然、协调、端正。所以,正确的歌唱姿势,是歌唱发声的基础。若歌唱时耸肩、塌胸、挺肚,歌声就得不到气息的支持;若仰着头唱,喉头就不能保持在适当的位置上;若低着头唱,又容易压迫喉头,使喉头及颈部肌肉紧张,影响声音的流畅。另外,歌唱时不仅要用歌声表达歌曲的音乐意境和思想感情,还要通过面部表情和形体动作来塑造形象、渲染气氛、深化表现、使歌声更加动人。若皱眉、歪嘴、脸部肌肉不自然,缩头缩手都有损演唱形象。因此,正确的歌唱姿势也是形体和表演不可缺少的主要条件。

正确的、良好的歌唱姿势,首先要求感情充沛、精神饱满。站立时,身体自然挺拔,腰部稳定,两眼平视前方,背部的脊椎骨始终要有向上、下两端延伸的感觉,双肩略向后展,使胸廓能保持稍向上、向前抬起,并向四周舒展扩张的感觉,任何时候都不要夹肩、缩脖。两手自然下垂,双脚稍分开或一前一后站稳,小腹微收。头部要端正,颈部肌肉要放松,下巴内收,口形根据字的发音要求自然张合,面部肌肉放松,表情根据歌曲内容进行变化,注意自然生动。不要用手、脚、头打拍子,更不要有捂耳朵或其它怪僻动作。可根据歌曲需要适当加入动作,注意简练大方,恰到好处。没有任何动作会使演唱显得呆板,动作琐碎会破坏演唱效果。坐着唱时,上身的姿势与站立时的要求一样,注意腰部挺直,不要靠在椅背上,两脚稍分开,两脚不要交叉迭起。

在日常练习时就应坚持姿势的正确、优美,才可能在演唱时有良好的台风。总之,有了正确的歌唱姿势,气息就能畅通无阻地运行,各歌唱发声器官,才能正常地工作,而歌唱者的台风、仪态,自然也就显得端庄大方。

## 三、歌唱的呼吸

歌唱时,乐句有长短、快慢,曲调有高低、起伏,运腔要抑扬顿挫,思想感情各有不同。因此歌唱的呼吸要求随着音的高低、强弱、长短以及情绪上的变化来加以调节。这种对呼吸的控制力量需要经过较长时间的锻炼才能运用自如。

### 1、缓吸缓呼

胸腔自然挺起,用口、鼻将气息徐徐吸入肺叶下部,横膈膜下降,两肋向外扩张,腰部似有气环的感觉。注意吸气要与闻花一样自然、平静、柔和,气不要吸得太多,但要吸到膈肌。因气吸得太多,不仅不能解决气息不够用的问题,反而易使身体僵硬,声音不流畅。

呼气时,一定要保持吸气的状态,即保持胸腔的扩张状态和横膈膜的下降状态,要让气息均匀、持续、平稳、柔和地吐出,不要很快泄掉。如果歌唱时,能感觉到由口、鼻吸入的气息与收腹送出的气息在膈肌处汇合、对抗,使膈肌起到支持歌唱气息的作用,就达到了“横膈膜支持”的要求。这种控制气息的力量要适中,力量太大,会把气息憋住,力量太小,气息又会很快泄掉。当横膈膜起到支持作用时,呼吸才真正成了歌唱发声的动力。这时,歌声就落在所

控制的气息上,所唱的每一个字、每一个音,就像光泽相同、大小相等的珠子,穿在一根线上。

## 2、急吸缓呼

在很短的时间内,通过口、鼻把气息吸至肺叶下部,就像大吃一惊时倒抽一口凉气。在急吸以后,应迅速将气息保持住,这时,横膈膜有力地起着支持作用,然后按缓呼要求呼气。

另外,歌唱时吸气量的多少,应根据所唱乐句的需要而定,既要防止过分深沉的吸气,也要防止微弱无力的吸气。否则,会造成走音等毛病。

总之,这样的呼吸方法十分强调膈肌、肋肌、腰围肌和腹肌对呼吸的能动作用,能使胸腔全面扩大,可吸入和储存的气息量大,易于控制,掌握了这种呼吸技巧,歌声可致“遏云响谷之妙”。

## 四、歌唱的发声

在歌唱发声中,打开喉咙和喉头位置的正确与稳定是极为重要的。它们直接影响演唱的音质、音色、力度、音波及声部的特征。打开喉咙,主要是指打开咽喉腔部分,就是将喉头稳定在正确的位置上,口盖积极向上,开放鼻腔,舌根放松,下巴松弛而放下,尤如半打呵欠的感觉。而正确的喉头位置,就是将喉头放在向下的吸气位置,或深呼吸的位置上。只有当喉头自然地处于,并稳定在深吸气的位置上时,才能使咽喉壁形成坚固的共鸣管道,获得较好的气息支持,使声带正常地工作,为发出有威力、有穿透力的声音,也为声区统一创造有利条件。

开始发声时,由于喉肌和拉紧声带肌肉的收缩,使声带达到必要的紧张并相互靠拢或闭合,此时,从肺里排出的空气使声门下压力增高,当气压超过声带闭合的紧张度时,空气就会迫使声带稍向两侧分开而冲出,随即声带又会凭借本身的弹力及闭合声带肌肉的作用,重新进入闭合状态。接着又是增高气压,冲开声带和闭合声带。声带有节律地冲开与闭合,形成气喷,造成空气稠密和稀疏相间的动荡状态而产生声波,声波经共鸣腔的放大与美化,就成为人的嗓音。

歌唱时声音的高低是由于声带变化其张力、长度和厚度所造成。声带越缩短、变薄,张力越大,发出的声音就越高;声带越拉长、变厚,张力越小,发出的声音就越低。因此,唱低声区时,声带闭合不紧,并拉长、变厚,张力最小,气流通过声门时引起声带的全振动。唱中声区时,声带靠拢并变薄、缩短,张力加大,气流通过声门时引起声带的局部振动。唱高声区时,声带闭紧并变得更薄、更短,张力也更大,气流通过声门时只引起声带的边缘振动。

歌唱时音量的大小是由呼气压力的大小和声带振幅的大小所决定。呼气压力越大,声带振幅也越大,发出的声音就越强;呼气压力小,声带振幅就小,发出的声音也相应减弱。当然,音量的大小还离不开声带发出的声音在人体各共鸣腔体引起的共振程度。

## 五、歌唱的共鸣

声带振动发出的声音叫做基音。基音在共鸣腔内产生的共振作用,称为共鸣。歌唱时的共鸣有以下几种:

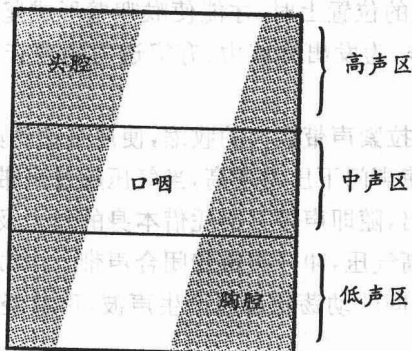
1. 口腔共鸣。口腔自然地上下打开,面带微笑,下颌自然放下,上腭有上提的感觉。这样,声带发出的声波就能随气息的推送离开咽喉部流畅向前,在硬腭前部集中反射,引起口腔前

上部分的振动。这种共鸣效果明亮、靠前,易于和头腔取得联系,并可减少喉咽部的负担,进而起到保护声带的作用。

2. 头腔共鸣。在口腔共鸣的基础上,把下颌和舌根再放下一些,把声波在硬腭的集中反射点稍向后移动一些,软腭也随之上抬,让口、鼻、咽腔之间的通道和空间更宽些,犹如打呵欠或打喷嚏前的准备动作,使声波能沿着上腭骨传送到鼻咽腔、鼻腔和头腔各窦处。这种共鸣效果清脆、丰满。但要注意防止气息直接从鼻腔里送出,造成鼻音。

3. 胸腔共鸣。咽喉作半打呵欠状态,上胸稍向下塌的感觉,把声波在硬腭上的集中反射点移动到下牙背上,使声波在喉头和气管附近引起更多的振动,进而再由气管传递到整个胸腔而产生共鸣,犹如把声音唱到胸部去一样。这种共鸣效果宽厚、结实。要注意防止声音故意下压,咽喉肌肉紧张,造成喉音。

在歌唱时,三个共鸣腔体是互相联系、互相配合的,只是根据不同声区的特点,对某一共鸣腔的运用有所侧重。中声区,要求声音清晰、流畅,应以口腔共鸣为主,适当配合头腔和胸腔共鸣,称为“混声区”。低声区,要求声音低沉、浑厚,应增多胸腔共鸣,称为“胸声区”。高声区,要求声音高亢、明亮,应加强头腔共鸣,称为“头声区”。这种运用多种共鸣的技能,在歌唱发声中称为“混合共鸣”。只有在歌唱发声中,及时调节共鸣,才能使歌唱声音统一、色彩丰富、音色优美(见图 1-8)。



(图 1-8)

另外,良好共鸣的获得,与口腔、咽腔腔壁的坚硬程度有着直接的关系。如果共鸣腔壁较坚硬,反射声波的作用就强,就能获得较好的共鸣,使声音明亮、丰满,很有光彩,富有金属性的铿锵之声。如果共鸣腔壁处于完全松软的状态,那么它不但不能反射声波,而且还会像海绵吸水一样,将声波吸收,发出的声音必定暗淡无光。因此,注意口腔、咽腔适当地打开,并保持一定的张力,使口腔壁、咽腔壁的肌肉处于积极状态,是获得良好共鸣的先决条件。

## 六、歌唱的咬字吐字

我国的汉字是一字一音的表意义字。每个音节基本上都是由声母(字头)和韵母(字腹和字尾)组成。以“东”为例,声母为“d”,韵母为“ong”,韵母又可分为“o”、“ng”两个音素,这类由三个以上音素构成的字一般都有字头,字腹、字尾三个部分,这三部分也叫出字、引长和归韵。歌唱中的咬字,是指字头而言,就是把字头的声母,按一定的发音部位和发音方法予以咬准。吐字,是指字腹和字尾而言,就是把字腹的韵母,按照不同的口形要求,予以引长吐准,并

收清字尾。因此,要掌握咬字吐字的方法,首先要有音素的观念,必须了解汉字的组成规律和正确的读音。另外,在歌唱中,由于曲调的伸延与变化,每个字都受一定音符时值的限制,为了清楚地表现每个音素,必须合理安排各音素所占的时值比例。声母的时值应只占吐字开头的一刹那时间,发音时要很快地与字腹相连,字腹是需要延长与强调的部分,韵尾则要结合在韵腹一起,收声时稍带而过。也就是说,既注意每个音素的发音,又把各个音素作为一个整体来对待,以免支离破碎。

### 1、咬清字头

字头(声母)的发音主要是由于气流在口腔或咽喉中遇到各种不同的阻碍而形成。因此,根据受阻部位的不同,声母可分为双唇音(b、p、m)、唇齿音(f)、舌尖音(d、t、n、l)、舌根音(g、k、h)、舌面音(j、q、x)、卷舌音(zh、ch、sh、r)、平舌音(z、c、s)等。另外,根据发音的不同着力点,又可分为唇(b、p、m、f)、舌(d、t、n、l)、喉(g、k、h)、牙(j、q、x)、齿(zh、ch、sh、r、z、c、s)五个部分,称为“五音”。

字头作用很大,如果字头咬不清或咬错,那么整个字音都会念错。因此,歌唱中的字头不但要求发音部位准确无误,而且要求将字头发得短促、凝聚而有力。传统唱法中的“喷口”,就是指字头要发得像喷出来那样结实、有劲、干净、利落。演唱中需要强调某个字时可采用这种方法。

### 2、引长字腹

字腹(韵母)在歌唱发音中,所占时值较长,与发声的关系最密切。按照字腹中各种韵母发音时不同的着力部位和口形要求,可将字腹分成开口呼(a、o、e 发音时要求口腔打开,吐字着力部分在喉)、齐齿呼(i,发音时口呈扁平形,气息通过上下齿之间的空隙流出,吐字着力部分在齿)、撮合呼(ü,发音时唇稍微向前突出,呈小圆形,吐字着力部位在唇)、合口呼(u,发音时上下唇收拢呈圆形,吐字着力部分在满口)四类,称为“四呼”。

字腹在引长时,口形绝不能随曲调变化而变化,应始终保持不变。这是保证字音清晰正确的一个重要因素。含有复韵母的字,字音的引长部分通常由发音最响亮的母音来充当,引长字腹就是延长这个主要母音。

### 3、收准字尾

字尾是指复韵母和鼻韵母的最后一个音素。单韵母是没有字尾的,因此不需要收音,只要在元音发音完毕后,直接转入下一个字即可。复韵母在收 ai、ei、uai、uei 的韵尾时,嘴角应微向两边咧开收 i 音;在收 ao、ou、iao、iou 的韵尾时,双唇应向前微撮收 u 音,此为“归韵”,即归至母音“i”、“u”。鼻韵母在收 n 为字尾的音时,软腭下降,舌尖抵上齿龈,阻住口腔通路,使气流穿鼻而过,收 n 音;在收 ng 为字尾的音时,软腭下降,舌根上升贴住软腭,阻住口腔通路,使气流穿鼻而过,收 ng 音,此为“收声”,即将“n、ng”,分别收到前、后鼻音中去。

在歌唱发声中,凡是有字尾的字,都应该把尾音收住,才算唱完整了一个字,否则只算唱了半个字。字尾收音要收得自然,响度适中,时值要做到收音即停。

总之,歌唱前必须加强对字的分析,分清字头、字腹、字尾,以及出字、引长、归韵、收声的特点,既根据正确读音进行朗读,也结合曲调的旋律进行练习,达到“腔随字走”、“字领腔行”、“字正腔圆”的要求。

另外,歌唱的咬字吐字与歌曲的内容也密不可分。唱雄伟激昂的歌曲,咬字应该结实有力;唱抒情的歌曲,咬字应优美柔和;唱快速的歌曲,咬字要敏捷、清晰,不能忽略字头和字尾;唱慢速的歌曲,要注意字与字之间的衔接,既要使人能听清每个字,又不使字与字之间产

生断裂,割开的感觉。

## 七、发声练习曲

1.  $\overbrace{1\ 2\ 3\ 2}^{\quad} \mid 1 - - - \parallel$   
hm
2.  $\overbrace{3\ 2\ 1}^{\quad} \mid \overbrace{3\ 2\ \hat{1}}^{\quad} \parallel$   
mi ma  
yi ya
3.  $\overbrace{1\ 2\ 3\ 2\ 1}^{\quad} -^{\vee} \mid \overbrace{2\ 3\ 4\ 3\ 2}^{\quad} -^{\vee} \mid \overbrace{3\ 4\ 5\ 4\ 3}^{\quad} -^{\vee} \mid \overbrace{2\ 3\ 4\ 3\ 2}^{\quad} -^{\vee} \mid \overbrace{1\ 2\ 3\ 2\ 1}^{\quad} - \parallel$   
mi mi mi mi mi  
yo yo yo yo yo  
na na na na na
4.  $\overbrace{1\ 2\ 3\ 4}^{\quad} \overbrace{5\ 4\ 3\ 2}^{\quad} \mid 1 - - - \parallel$   
mi ma mi
5.  $\overbrace{5\ 3\ 1}^{\quad} \overbrace{5\ 3\ \hat{1}}^{\quad} \parallel$   
mi ma
6.  $\overbrace{1\ 2\ 3\ 4\ 5}^{\quad} -^{\vee} \mid \overbrace{5\ 4\ 3\ 2\ 1}^{\quad} -^{\vee} \mid \overbrace{1\ 2\ 3\ 4}^{\quad} \overbrace{5\ 4\ 3\ 2}^{\quad} \mid 1 - - - \parallel$   
mi ya mi ya a
7.  $\overbrace{5\ 3}^{\quad} \overbrace{4\ 2}^{\quad} \mid 1 - - - \parallel$   
mi ma mi  
yi ya yi
8.  $\overbrace{5\ 6}^{\quad} \overbrace{5\ 3}^{\quad} \mid 1 - - - \parallel$   
mi ma mi  
yi ya yi
9.  $\overbrace{1\ 2\ 3\ 4\ 5\ 6\ 7}^{\quad} \mid \overbrace{\hat{1}\ 7\ 6\ 5\ 4\ 3\ 2}^{\quad} \mid 1 - \parallel$
10.  $\overbrace{1\ 2\ 3\ 4\ 5\ 6\ 7\ \hat{1}}^{\quad} \mid \overbrace{\hat{2}\ \hat{1}\ 7\ 6\ 5\ 4\ 3\ 2}^{\quad} \mid 1 - \parallel$
11.  $\overbrace{5\ 6\ 5}^{\quad} \overbrace{4\ 5\ 4}^{\quad} \overbrace{3\ 4\ 3}^{\quad} \overbrace{2\ 3\ 2}^{\quad} 1 - \parallel$   
mi mi mi mi  
Li Li Li Li
12.  $\overset{\vee}{5}\ \overset{\vee}{3}\ \overset{\vee}{1} \mid \overset{\vee}{5}\ \overset{\vee}{3}\ \overset{\wedge}{1} \parallel$   
mi mi mi ma ma ma
13.  $\underline{1\ .\ 2}\ \underline{3\ .\ 4}\ \underline{5\ .\ 4}\ \underline{3\ .\ 2} \mid 1\ 3\ 1\ 0 \parallel$   
La La La La La La La La La La La La



14.  $\underline{\dot{1} \cdot \dot{1}} \underline{5 \cdot 5} \underline{3 \cdot 3} \underline{1 \cdot 1} \mid \underline{5 \cdot 4} \underline{3 \cdot 2} 1 - \parallel$   
 di di di di di di da da di di di di da

15.  $\underline{\overset{\frown}{1\dot{3}}} \underline{\overset{\frown}{3\dot{5}}} \underline{\overset{\frown}{5\dot{1}}} \underline{\overset{\frown}{1\dot{5}}} \underline{\overset{\frown}{5\dot{3}}} \underline{\overset{\frown}{3\dot{1}}} 1 - \parallel$

16.  $\overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{3} 1 - \parallel$

17.  $\overset{\vee}{1} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{3} 1 - \parallel$

18.  $\overset{\vee}{1} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{3} \overset{\vee}{\dot{1}} \overset{\vee}{5} \overset{\vee}{3} 1 - \parallel$

19.  $\underline{\overset{\frown}{123450}} \underline{\overset{\frown}{543210}} \mid \underline{\overset{\frown}{123454321}} - \parallel$

20.  $\underline{135\dot{1}} \mid \underline{\dot{3}\dot{5}} - - \mid \underline{\dot{4}\dot{2}75} \mid \underline{421} - \parallel$   
 a o u o a

21.  $\underline{135\dot{1}\dot{3}\dot{5}\dot{4}\dot{2}7542} \mid \underline{135\dot{1}\dot{3}\dot{5}\dot{4}\dot{2}7542} \mid 1 - 0 \parallel$

22.  $1 \overset{\frown}{\dot{1}} \underline{7\dot{1}} \underline{2 \cdot \dot{1}} \underline{76} \underline{54} \underline{32} 1 - \parallel$

23.  $\underline{10} \overset{\frown}{\dot{1}} \underline{\dot{1}76} \underline{5432} \mid 1 0 0 0 \parallel$   
 a o a

24. 1 = C

$\underline{12345432} \underline{12345432} \mid \underline{1234567\dot{1}} \underline{2\dot{1}76} \underline{5432} \mid \underline{1234567\dot{1}} \underline{2\dot{3}\dot{4}\dot{2}} \underline{7542} \mid 1000 \parallel$

25. 1 = C

$\underline{1123345567\dot{1}\dot{2}\dot{3}} \mid \underline{44322\dot{1}7765432} \mid$

$\underline{1123345567\dot{1}\dot{2}\dot{3}} \mid \underline{45432\dot{3}\dot{2}\dot{1}7\dot{1}765432} \mid 1000 \parallel$

26. 1 = C

$\underline{1234567} \mid \underline{\dot{1}\dot{3}} \mid \underline{5 \cdot \dot{4}\dot{3}} \mid \underline{2\dot{1}765432} \mid 1 0 \parallel$   
 a o o u o a