

声乐

郝琴 主编

 北京理工大学出版社
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

声乐

主 编 郝 琴

 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

声乐 / 郝琴主编. —北京: 北京理工大学出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5682-4503-6

I. ①声… II. ①郝… III. ①声乐艺术-教材 IV. ①J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 187323 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(总编室)

(010)82562903(教材售后服务热线)

(010)68948351(其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 / 北京金特印刷有限责任公司

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 / 11

字 数 / 214 千字

版 次 / 2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

定 价 / 49.00 元

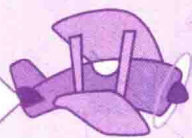
责任编辑 / 刘永兵

文案编辑 / 刘 佳

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 边心超

前言



本书的编写是以学前教育专业的学生为中心。编者在长期的教育实践活动过程中探索出适合学前教育专业学生的教学方法和内容。本教材注重声乐常识的渗透,注重学生技能技巧的提高和发展,注重学生音乐视野的开拓,紧跟音乐潮流,陶冶学生情操。

从学生实际出发,重视基础知识、基本技能技巧,注重音乐性。本教材的内容共分三个篇章,分别是声乐基础篇、儿童歌曲篇和合唱篇;在每一个篇章里都安排理论部分和歌曲选曲部分。

声乐基础篇系统地介绍了与歌唱有关的知识、技能和练习方法,把理论与实践作为一个整体进行构思和表达。歌曲谱例部分依照从易到难、循序渐进的原则,分为入门歌曲选、提高歌曲选和升华歌曲选,选择范围广、思想性强、艺术性较高。针对学前教育专业的学生特点,选用的中外民歌和中外创作歌曲大多为女声作品兼有男声作品,其中部分歌曲时代气息较浓,把握住了歌曲的题材和体裁的多样性。为使学生能够更准确地理解和把握作品,在声乐作品后面设计了需要学生“了解”和“掌握”的内容,分别从词曲作者、歌曲背景、歌曲简析等途径利于学生理解作品的意义,能更准确地表达音乐形象和思想感情。

儿童歌曲篇的理论部分针对幼儿的年龄特点从发声器官的承受力到技能的训练方法进行分析。儿童歌曲的选择也是由易到难,适合儿童演唱特点,选用了具有代表性、普及性的作品。

合唱篇从合唱的图示、手势到训练有详细的介绍,并选择了一些适合学前教育专业学生的歌曲。注重学生技能、技巧的提高和发展,注重学生音乐视野的开拓,紧跟音乐潮流,陶冶学生情操。

本书在编写过程中吸收了各类幼师教材的经验,也借鉴了好的音乐教学成果,对此向这些作者表示衷心的感谢。

编者

目录 Contents



声乐基础篇

第一单元 歌唱的姿态····· 1

第二单元 歌唱时的呼吸····· 4

第三单元 歌唱的共鸣····· 7

第四单元 歌唱的咬字吐字····· 10

第五单元 歌唱的情感····· 13

第六单元 歌唱发声与要求····· 16

入门歌曲选····· 19

1. 送别····· 19
2. 花非花····· 21
3. 鼓浪屿之波····· 22
4. 踏浪····· 23
5. 故乡的小路····· 24
6. 康定情歌····· 25
7. 幸福在哪里····· 26
8. 牧羊姑娘····· 27
9. 踏雪寻梅····· 28
10. 茉莉花····· 29
11. 二月里来····· 30
12. 牧羊曲····· 31

13. 夕阳红····· 32

14. 知道不知道····· 33

15. 沂蒙山小调····· 34

16. 月之故乡····· 35

17. 绣红旗····· 36

18. 北风吹····· 38

19. 在那遥远的地方····· 39

20. 玛依拉····· 40

提高歌曲选····· 43

21. 可爱的一朵玫瑰花····· 43

22. 绒花····· 44

23. 映山红····· 46

23. 长城谣····· 47

25. 为了谁····· 49

26. 谁不说俺家乡好····· 50

27. 喀秋莎····· 52

28. 嘎达梅林····· 53

29. 情深谊长····· 54

30. 假如你要认识我····· 55

31. 长江之歌····· 56

32. 我亲爱的····· 58

33. 金风吹来的时候····· 59

34. 半个月亮爬上来····· 60





35. 红豆词	61
36. 好人就在身边	62
37. 一抹夕阳	64
38. 生死相依我苦恋着你	65
39. 梅花引	66
40. 鸿雁	67

升华歌曲选.....69

41. 赶圩归来阿哩哩	69
42. 又唱浏阳河	70
43. 我和我的祖国	72
44. 我像雪花天上来	73
45. 思恋	74
46. 乡音乡情	75
47. 共筑中国梦	77
48. 和谐中国	78
49. 小河淌水	79
50. 长大后我就成了你	80
51. 我爱你中国	82
52. 梧桐树	83
53. 爱在天地间	85
54. 小背篓	86
55. 锦绣前程	87

儿童歌曲篇

第七单元 幼儿的歌唱	
特点.....	89

第八单元 幼儿歌曲演唱	
方法.....	91

儿童歌曲选.....93

1. 洋娃娃和小熊跳舞	93
2. 妈妈我要亲亲你	94
3. 胡说歌	94
4. 报春	95
5. 勇敢的鄂伦春	96
6. 春雨沙沙	96
7. 音阶歌	97
8. 云	97
9. 鸭子上桥	98
10. 我们都是好朋友	99
11. 我跟春天捉迷藏	99
12. 真善美的小世界	100
13. 金孔雀轻轻跳	100
14. 数鸭子	101
15. 苏珊娜	102
16. 哆来咪	102
17. 小螺号	104
18. 铃儿响叮当	104
19. 听妈妈讲那过去的故事	105
20. 小小少年	107
21. 种太阳	108
22. 歌声与微笑	109
23. 小白船	109
24. 玩具进行曲	110
25. 在农场里	111
26. 走路	111
27. 迷路的小花鸭	112
28. 捉泥鳅	112





29. 好妈妈	113
30. 雪花和雨滴	114
31. 小燕子	114
32. 蝴蝶花	115
33. 好孩子要诚实	116
34. 只要妈妈露笑脸	116
35. 滴哩滴哩	117
36. 花仙子之歌	119
37. 小奶牛	120
38. 时间像小马车	121
39. 幸福的花朵舞曲	122
40. 来猜拳	122
41. 静夜思	123
42. 我是小小音乐家	124
43. 爱的人间	124
44. 天上的布达拉	126
45. 神笔马良	126
46. 旋转的童年	128
47. 游子吟	128
48. 柳树姑娘	129
49. 我是一朵小花	130
50. 妈妈格桑拉	131

合唱篇

第九单元 合唱指挥图示及 手势	132
--------------------------	-----

第十单元 合唱的训练	136
------------------	-----

合唱歌曲选	142
-------------	-----

1. 一对对、虫儿飞	142
2. 天空之城	143
3. 茉莉花	145
4. 让我们荡起双桨	147
5. 远方的客人请你留下来	148
6. 装扮蓝色的地球	152
7. 乘着那歌声的翅膀	154
8. 青春舞曲	155
9. 康定情歌	157
10. 感恩的心	160

参考文献	165
------------	-----



声乐基础篇



第一单元 歌唱的姿态



掌握要点

1. 歌唱状态的重要性。
2. 歌唱的姿势。
3. 正确的歌唱状态。



良好的歌唱状态和姿势是唱好歌曲的第一步。苏联声乐专家捷米采娃说得好：“姿势是呼吸的源泉，呼吸是声音的源泉。”歌唱发声时身体不能保持正确的姿势，就不能获得深呼吸的有力支持。

歌唱的姿势一般分为两种：一种是站姿，另一种是坐姿。

一、站姿

站姿如图 1-1 所示。

站姿要点掌握：

(1) 身体自然端正地站立，双脚平行分开或呈小丁字步。如双脚分开站时距离达到肩的宽度即可；小丁字步站时重心要稳。

(2) 头端正，眼平视，勿伸下巴。上胸舒展，双肩略向后，两手自然下垂或呈前搭手势，小腹微收，但身体不可紧张和僵直。

(3) 脸部自然呈微笑状态，根据歌曲内容而富于表情。



(a)



(b)

图 1-1 站姿

二、坐姿

坐姿如图 1-2 所示。



(a)



(b)

图 1-2 坐姿

坐姿要点掌握：

(1) 歌唱者上身自然挺立，头正，双目平视，两肩放松、放平，自然挺胸。



(2) 两腿弯曲坐在椅子上，臀部向后，稍离椅背，两脚平行落地或一前一后落地。身体重心在两腿中间。

(3) 双手自然放在腿上，面部表情自然。

这两种歌唱姿势有利于调动全身投入到发声、歌唱中去，而这种全身投入正是获得“有整体感声音”的首要条件。

无论是在舞台演唱还是在声乐课堂中，都应当保持全身心的自然放松，要处在“松而不懈，紧而不僵”的最佳、最平衡的状态中。

第二单元 歌唱时的呼吸



掌握要点

1. 呼吸器官。
2. 呼吸的几种方法。
3. 如何运用呼吸方法。



苏联已故著名声乐教育家梅德爾捷夫斯基在其所著的《论歌唱》一书中重点强调：“歌唱的技巧说到底就是歌唱家运用呼吸器官的技巧。”我们也经常听说“气乃声之本”。由此来看，在歌唱过程中正确运用气息很重要，它既是歌唱的基本技术，也是歌唱技巧的最高要求，而且对表达歌曲的情感和达到艺术的效果有着重要的意义。

一、了解呼吸器官及原理

呼吸原理：呼吸就是吸气和呼气的过程。

吸气时，用口、鼻垂直向下吸气，将气吸到肺的底部，注意不可抬肩，横膈膜下降扩张气息的储存量；呼气时小腹内收形成对抗力量，使气息上冲振动声带发声，同时两下肋扩张、腰部绷紧以保持气息、控制气息，如图 2-1 所示。

唱歌用气时，仍要保持吸气状态，这点很重要，就好比气球充足了气，

不能一下子放松了，这里还有一个保持气息的问题，要保持住气息，就必须在唱的过程中

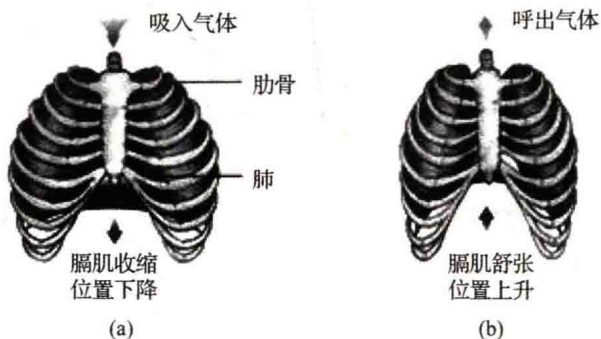


图 2-1 横膈肌及肋骨运动图示

(a) 吸气；(b) 呼气



永远保持吸气的状态，控制住气息徐徐吐出，要节省用气，均匀地吐气，这就是所谓气息的对抗。支持点还是横膈膜，横膈膜和两肋控制气息形成对抗力。

呼吸示意图如图 2-2 所示。

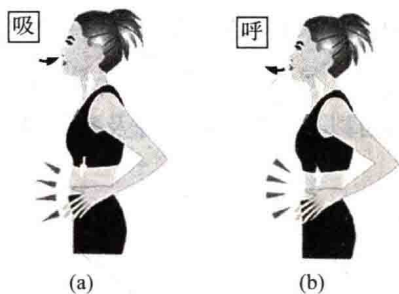


图 2-2 呼吸示意图

二、掌握呼吸的几种方法

1. 缓吸缓呼

缓吸缓呼也叫“闻花香”式吸气法，要求自然放松、平稳柔和地进行，用口、鼻将气息慢慢吸到肺叶下部，横膈膜下降，两肋肌肉向外扩张，俗称气息吸到腰腹周围，闻花的感受使我们吸气吸得深，就像做深呼吸运动一样，但吸气时不要用太大的力；呼气时，注意保持吸气状态，控制住两肋和横膈膜，也就是控制住了气息，使之平稳、均匀、持续、连贯地慢慢吐出。这是我们在训练和歌唱时经常采用的方法。

例：吸 — — — | 呼 — — — ||

要求：吸气时无声，像闻花香一样，呼气时用“丝”发出，嘴唇、牙齿微闭，随气流发出“丝”音。

2. 急吸缓呼

急吸就是在很短的时间内，通过口、鼻迅速把气息深入地吸到肺叶下部，并将气息保持住，然后，按照缓呼的要求而呼出。有一种感觉可以帮助我们体会呼气时下肋和横膈膜的保持状态，就是在缓吸后做慢慢地吹掉桌上的灰尘的动作，这里需要长长地吹气，也就是在做长音的呼气练习，我们常说“长音像吹灰”就是急吸缓呼的感觉。

例：0 0 0 0 吸 | 呼 — — — ||

要求：吸气时快而无声，呼气时像吹掉桌子上的灰尘。

这种呼吸方法在演唱实践中经常用到，在歌曲的句与句之间、字与字之间的吸气没有很长的停顿时间，往往采用“偷气”的办法来吸入且要吸得不让人发现，这就是急吸缓呼



的作用。

3. 急吸急呼

这种呼吸方法俗称“狗喘气”练习，又像人在哭泣时不停地呼吸的状态，利用腹部肌肉有节奏的弹动力，使口腔和咽腔等呼吸器官做连续有节奏地“呼出”和“吸入”，一般运用在演唱跳音时。“短音像吹蜡”，这就要求吸气时要迅速，急呼是要有爆发力和控制力。为了培养呼吸的控制力，我们可以采取一些练习曲及歌曲中的某些乐句做带词的练习，效果较好。

例：0 吸 呼 0 | 0 吸 呼 0 ||

要求：吸气无声且要快，呼气像吹蜡烛。

卡鲁索说过，歌者能否踏上成功之路，首先要看他对于呼吸器官的操纵和运用是否建立了坚固的基础。

第三单元 歌唱的共鸣



掌握要点

1. 认识共鸣器官。
2. 知道共鸣器官及作用。
3. 练习的方法。



一、认识共鸣器官及作用

物体因振动而发声，共鸣如同音箱，有了箱体才会让声音饱满。那么我们歌唱的共鸣腔都有哪些呢？

共鸣腔体包括全部发声系统的腔体，有喉腔、咽腔、口腔、鼻腔、头腔和胸腔，如图 3-1 和图 3-2 所示。

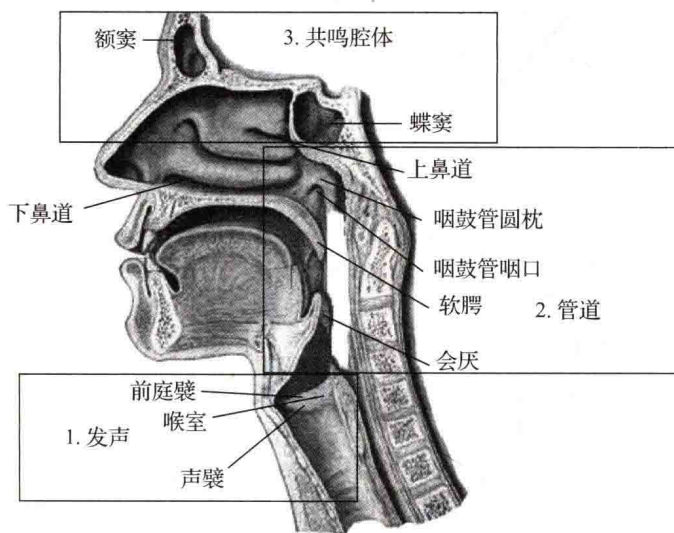


图 3-1 人体发声管道剖面图

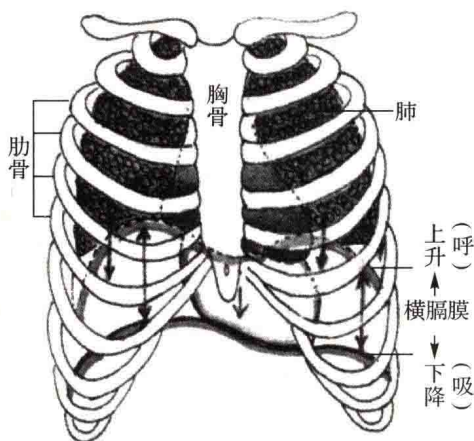


图 3-2 胸腔示意图

根据共鸣的声音特点和与声区的关系，共鸣又分为头腔共鸣、口腔共鸣和胸腔共鸣三种。

1. 头腔共鸣

头腔包括鼻腔、鼻咽腔和鼻窦、额窦等，一般情况下鼻腔共鸣使歌者的头部发生振动感，传统上称之为头腔共鸣，在唱高音时，主要依赖于头腔共鸣，其他腔体为辅。

作用：正确的头腔共鸣发生时，头部有振动感，高音共鸣作用在头腔，它能使声音明亮、丰满。

2. 口腔共鸣

口腔包括口腔、口咽腔和喉腔。在唱中音时主要以口腔共鸣为主，其他腔体为辅。

作用：口腔是歌唱共鸣的重要器官，口腔共鸣能使声音明亮、清晰。

3. 胸腔共鸣

胸腔包括气管、支气管和整个肺部。唱低音时，主要以胸腔共鸣为主，其他腔体为辅。

作用：胸腔发生共鸣时胸部有明显振动感，它能使声音洪亮、浑厚、有力。

二、练习共鸣的方法

怎样才能获得好的歌唱共鸣呢？这就要求歌者从气息及发声方面进行练习。

1. 共鸣与气息的结合

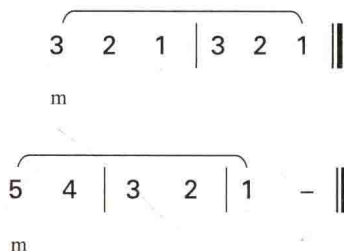
用“惊讶”状态或深呼吸的感觉把腔体打开，腰腹之间的气息和各腔体配合，上下气息通畅，音越高，气越通。有了气息的支撑才有了声音的位置。



2. 共鸣与发声

初学者要想发声有高位置，要多做哼鸣练习。意大利有个说法：你能哼到那里就能唱到哪里。这种练习的好处在于：第一，容易控制、调节气息、声带和共鸣三者的关系，得到正确的发声；第二，容易得到声音的位置感，获得整体共鸣。

例 1：用“哼鸣”结合练习



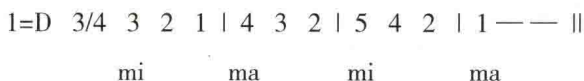
要求：

- (1) 用一种擤鼻涕的感觉来哼鸣，笑肌要提起，自然地面带微笑。
- (2) 喉咙要自然放松、打开，喉结放在最低的位置。
- (3) 要在横膈膜有力的支撑上哼唱，肩、胸部要放松，叹着气的感觉唱。

总之，“哼鸣”的共鸣感觉，将它带进开口音和咬字吐词的发声中，能使演唱变得极为轻松、省力。

例 2：“贴着咽壁吸着唱母音”的练习

目的：前后、上下所有的共鸣通道都“打开”。意大利歌唱家巴拉认为，应该在掌握了哼鸣以后，就转入“a、o、i、e、u”的母音练习。



要求：发声时在后颈的位置找咽壁，想着“贴着咽壁吸着唱”。于是拉开了咽腔上下的空间距离，喉咙便在“吸气”的感觉中“打开”了。

歌唱共鸣要领口诀

共鸣位置要统一，气息上下要通畅；
咽壁力量要用好，找好共鸣支撑点；
练好哼鸣是基础，练习母音要靠它；
音域升高声音圆，腔体“打开”要舒张。

第四单元 歌唱的咬字吐字



掌握要点

1. 认识咬字吐字器官。
2. 练习的方法。



一、咬字吐字器官

人的咬字吐字器官由唇、牙、舌、齿、喉等构成，如图 4-1 所示。

- | | |
|--------|--------|
| 1. 上唇 | 9. 舌尖 |
| 2. 下唇 | 10. 舌前 |
| 3. 上齿 | 11. 舌中 |
| 4. 下齿 | 12. 舌后 |
| 5. 上齿龈 | 13. 声带 |
| 6. 下齿龈 | 14. 气管 |
| 7. 硬腭 | 15. 喉咙 |
| 8. 软腭 | 16. 鼻腔 |

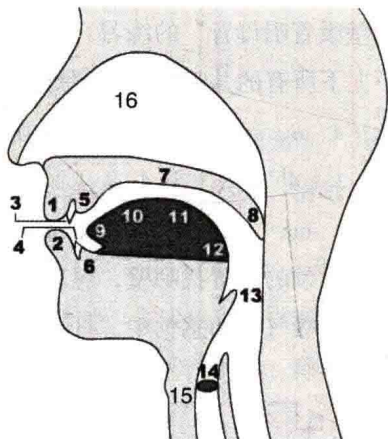


图 4-1 人的咬字吐字器官

咬字是经过唇、牙、舌、齿、喉等分音节发音器官，将字咬成各种不同的姿态。吐字是将唇、牙、舌、齿、喉等分音节发音器官咬成的字，正确清晰地发出来。而声乐演唱正是通过人声和语言表现的艺术。所以，要想成功地演唱一首声乐作品，就必须在演唱中咬字、吐字准确，字声结合，才能让音乐得到文学美的诠释，又让文字长上音乐的翅膀，使