

教育部“音乐教育人才培养模式创新实验区”项目系列成果

张跃进◎总主编

声乐基础

分级教学通用教程

主 编 王 磊 杨桂兰

副主编 徐 琨 黎辉辉



科学出版社

教育部“音乐教育人才培养模式创新实验区”项目系列成果

总主编 张跃进

声乐基础分级教学通用教程

主 编 王 磊 杨桂兰
副主编 徐 琨 黎辉辉

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书是教育部“音乐教育人才培养模式创新实验区”项目系列成果之一。全书共4章,包括绪论、歌唱的基本原理、基本功训练,以及分级考试曲目。本书在尊重嗓音科学理论的基础上,注重教学实践经验的融入,囊括了美声、民族、通俗三种唱法的60多首优秀歌曲,由浅入深,由易到难,逐层定级,并在每首作品后都附有详细的演唱提示,具有很强的实用性。

本书可作为高等学校声乐专业课程教材,也可供声乐爱好者学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

声乐基础分级教学通用教程/王磊,杨桂兰主编. —北京:科学出版社, 2013

教育部“音乐教育人才培养模式创新实验区”项目系列成果/张跃进总主编

ISBN 978-7-03-037793-7

I. ①声… II. ①王…②杨… III. ①声乐艺术-教材 IV. ①J616

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第125418号

责任编辑:相凌/ 责任校对:何艳萍

责任印制:阎磊/ 封面设计:华路天然工作室

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

北京源海印刷有限责任公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2013年6月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2013年6月第一次印刷 印张:8

字数:177 000

定价:25.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

前 言

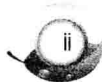
“声乐基础”是高等师范院校（高师）音乐教育专业重要的基础课程之一，是训练学生掌握科学的发声方法进行歌唱、运用人声进行艺术表现的一门学科。高师音乐教育专业的主要教学目标是中学培养优秀的音乐教学师资，而中学音乐教育的主要内容是由歌唱、器乐、音乐欣赏、基本乐理和视唱练耳组成的，因此，高师音乐教育专业培养的学生必须懂得声乐的基础理论知识和基本的演唱技巧。

为了使音乐教育专业的学生特别是非声乐专业学生更好地掌握正确的歌唱技能、了解更加系统的声乐教学方法，我们编写了这本《声乐基础分级教学通用教程》。本书涵盖了有关声乐基础理论和演唱技能技巧等诸多方面的内容，在曲目的选择上，侧重选取学生耳熟能详以及在长期教学中发现行之有效的经典曲目，其中有中国古代和近代的艺术歌曲、当代创作歌曲、民歌及根据民歌改编的歌曲。另外，还有外国古典艺术歌曲和歌剧咏叹调等作品。

本书以分级教学的特点来编写，较好地解决了学生程度参差不齐、难以统一教学的问题，同时也能够比较准确地把握学生的成长程度，更便于在学习中激励学生努力进取。

分级考试曲目分为初、中、高级三个部分：一、二级为初级，三、四级为中级，五、六级为高级。在曲目的选用和等级的划分上，我们是遵照由浅入深、循序渐进的教学原则来制定的，因此，建议学生在选曲的过程中，不要好高骛远只注意作品的大小、难易，而忽略了音乐的整体性、文学性。可以说，歌曲的大小、曲目的难易是相对的，只是评判演唱者水平的一个方面，而演唱者的文学修养（对作品有深刻的理解）、音乐修养（对艺术风格适度的把握），以及对技术的掌握（对声音运用自如的能力）则是更重要的演唱评判标准。

随着声乐辅修课程的不断完善和发展，我们将适时对考级曲目进行修订和调整，以期对高师音乐教育非声乐专业学生特别是初学者起到建立规范声乐概念、增强艺术品位、提高音乐修养等积极的启蒙和导向作用。



本书是在王磊、杨桂兰、徐琨、黎辉辉四位教师的共同努力下完成的。在本书编写过程中，得到了领导与同行的大力支持，在此深表感谢。

本书既是我们对高师声乐教学实践的体会与总结，也是我们对高师声乐教学的层次化、系统化、科学化的一种梳理与归纳，进而为提高高师声乐教学的有效性提供极具操作性的方法与途径。

虽然我们尽力做到全面、科学，但因水平有限，如有疏漏或偏差，敬请专家和广大读者批评指正。

编 者

2012年8月

目 录

前言

第一章 绪论	1
一、声乐的起源	1
二、声乐在音乐教育中的作用	2
第二章 歌唱的基本原理	3
第一节 歌唱器官的构造	3
第二节 发声的基本原理	6
第三节 歌唱中各器官的协调运动	6
一、歌唱听觉的培养	6
二、歌唱机能协调感的培养	7
三、歌唱中音乐感觉的培养	9
四、歌唱中整体感觉的培养	10
第三章 基本功训练	13
第一节 声乐训练的前期准备	13
一、确定学生的声部	13
二、歌唱发声练习的步骤	15
三、歌唱中的起音	15
第二节 中低音区的训练	16
一、二度练习	16
二、三度练习	17
三、五度练习	19
第三节 八度以上的练习	19
第四节 八度、十度练习	19
第五节 跳音练习	20
第六节 快速走句练习	20
第七节 琶音练习	20
第八节 颤音练习	21
第九节 渐强渐弱练习	21



第四章 分级考试曲目	22
第一节 一级考试曲目	22
一、曲目《花非花》	22
二、曲目《思乡曲》	23
三、曲目《牧羊姑娘》	24
四、曲目《半屏山》	26
五、曲目《送别》	27
六、曲目《长城谣》	28
七、曲目《金风吹来的时候》	30
八、曲目《雁南飞》	31
九、曲目《雪绒花》	32
十、曲目《摇篮曲》	33
第二节 二级考试曲目	34
一、曲目《二月里来》	35
二、曲目《嘎达梅林》	36
三、曲目《高高太子山》	37
四、曲目《铁蹄下的歌女》	39
五、曲目《故乡的小路》	40
六、曲目《跑马溜溜的山上》	41
七、曲目《月之故乡》	43
八、曲目《黄河梦》	44
九、曲目《我亲爱的》	46
十、曲目《尼娜》	47
第三节 三级考试曲目	48
一、曲目《草原上升起不落的太阳》	49
二、曲目《渔光曲》	50
三、曲目《共和国之恋》	52
四、曲目《嘎俄丽泰》	53
五、曲目《长城永在我心上》	55
六、曲目《黑龙江岸边洁白的玫瑰花》	56
七、曲目《梅娘曲》	58
八、曲目《曲蔓地》	60
九、曲目《夏天最后一朵玫瑰》	61
十、曲目《暮春》	62
第四节 四级考试曲目	63
一、曲目《可爱的一朵玫瑰花》	64
二、曲目《我的祖国妈妈》	65



三、曲目《在银色的月光下》	67
四、曲目《一抹夕阳》	69
五、曲目《祖国，慈祥的母亲》	71
六、曲目《祝福祖国》	73
七、曲目《岁月悠悠》	74
八、曲目《桑塔·露琪亚》	76
九、曲目《绿树成荫》	77
十、曲目《鳟鱼》	79
第五节 五级考试曲目	80
一、曲目《槐花几时开》	81
二、曲目《打起手鼓唱起歌》	82
三、曲目《思恋》	83
四、曲目《大森林的早晨》	85
五、曲目《啊！中国的土地》	86
六、曲目《多情的土地》	87
七、曲目《同一首歌》	89
八、曲目《西班牙女郎》	90
九、曲目《让我痛哭吧！》	92
十、曲目《你们可知道》	94
第六节 六级考试曲目	96
一、曲目《白发亲娘》	96
二、曲目《七月的草原》	98
三、曲目《九里里山屹塔十里里沟》	99
四、曲目《女人善变》	101
五、曲目《我的太阳》	103
六、曲目《日月之恋》	104
七、曲目《月亮颂》	106
八、曲目《黄河怨》	108
九、曲目《我爱你，中华》	110
十、曲目《你再不要去做情郎》	112
十一、曲目《MEMORY》（回忆）	114
参考文献	119

第一章 绪 论

“声乐基础”是高师音乐教育专业重要的基础课程之一，是训练学生用科学的发声方法进行歌唱的一门学科。本课程在高师音乐教育专业一、二年级开设，课程要求学生掌握声乐基础理论知识和技能技巧；理解、掌握一般声乐作品的内容和风格，并具有一定的范唱能力；能胜任中等学校音乐课的唱歌教学和课外声乐活动辅导工作。声乐基础课的教学形式一般采用集体课、小组课、个别课相结合的多元化教学模式，多学期教学。

一、声乐的起源

关于歌唱艺术起源的问题，国内外历来有诸多说法。归纳起来主要有以下几种。

(1) 歌唱起源于神。在古希腊神话中，音乐（包括歌唱）是阿波罗神创造的，并由其手下的一位缪斯女神分管。

(2) 歌唱起源于自然界的鸣响。著名进化论者达尔文在《物种起源》一书中论述了歌唱起源于鸟鸣。

(3) 歌唱起源于人的本性。日本音乐史学家属启成认为：人在没有掌握语言前，天生就有律动感，能张口发声。在掌握语言以后，人类甚至动物都能感知音乐，并能发出或繁或简的几个音调，音乐不受国度、民族、语言的束缚。

(4) 歌唱起源于人的情感抒发。英国的沃汉·威廉士曾提出这种观点，英国哲学家斯宾塞则认为音乐起源于爱情，他说：“人被爱情所陶醉时就会发出缠绵声。”

(5) 歌唱起源于劳动。这是马克思关于艺术起源的说法，在马克思的《1844年经济学哲学手稿》、恩格斯的《自然辩证法》等著作中都曾论及。

在我国汉初《诗大序》中说：“在心为志，发言为诗，情动于中而形于言，言之不足，故嗟叹之，嗟叹之不足，故咏歌之，咏歌之不足，不知手之舞之，足之蹈之也。情发于声，声成之，谓之音。”也就是说，人类先学会了说话，为了表达更深厚的情感才开始唱歌。然而这种认识显然是从已经为歌曲安排了功能的角度的角度提出来的，用它来说明歌唱的起源是有点本末倒置的。就好像现在人们说起度假胜地便想到了夏威夷，很多人会有同感，但这并不能说明夏威夷群岛的出现是为了度假。

现代口头传统和语言口头性的研究为我们设想人类歌唱和语言的起源提供了充分的证据。其实人类歌唱的产生几乎与语言产生是同步的，因为人类最初的语言传承只能通过韵律化的口头语言本身，而这也许就是原始的歌唱。



二、声乐在音乐教育中的作用

声乐是高师音乐教育专业学生必修的一门基础课，也是一名合格的音乐教师必备的专业素质。因此，在课程设置上，无论是本科还是专科，声乐作为基础课都是必修的，并且主修声乐的学生要一直学习这门课直至毕业。

声乐是不需要准备任何乐器就能演奏的音乐，我们的身体本身就是乐器，是上天创造的最科学、最精妙的乐器。声乐训练在音乐教育的过程中是最常见的方式，训练每个学生拥有其本身个性特点的声音也好，排练几十人甚至上百人的大合唱也好，甚至在视唱的过程中，有了声乐技术的支持，都会事半功倍。

声乐副修课程现在主要面对的是非声乐专业的本科学生，他们的声乐基础不一。高师音乐教学中声乐课程的目的是通过系统的歌唱发声呼吸训练，树立正确的声音观念，培养良好的歌唱习惯，使学生具备演唱中外艺术歌曲、歌剧选曲的能力，从而在将来的中小学音乐课教学中，能发挥自身的优势，培养下一批音乐人才。

第二章 歌唱的基本原理

第一节 歌唱器官的构造

凡是学声乐的人都应该对歌唱器官的构造及发声的基本原理有所了解，这样才能根据发声器官的运动规律有目的地去进行训练，获得良好的声音。

歌唱器官主要由呼吸器官，共鸣器官，喉头声带，咬字、吐字器官及听觉器官构成。这些器官是受大脑统一支配、共同协作、缺一不可的整体。

1. 呼吸器官

呼吸器官也可称为动力器官，包括鼻、咽、喉、气管、支气管、肺、两肋和横膈膜。鼻、咽、喉、气管、支气管是呼吸的必经之路；肺、两肋、横膈膜在歌唱发声中起重要的风箱作用。吸气、呼气的动作主要是靠膈肌和胸、腹部许多肌肉的协同收缩来完成的。肺的下面是在呼吸活动中起重要作用的横膈膜，它是隔开胸腔和腹腔的一片约两厘米厚的肌肉薄膜，中心厚，边缘薄，四周边缘与胸、腹腔交界处相连接，随着呼吸肌肉群的紧张和松弛，以及两肺的扩张和收缩而升降。呼吸器官如图 2.1 所示。

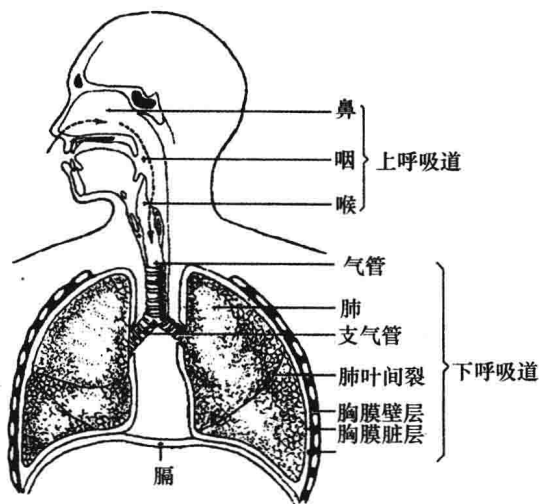


图 2.1 呼吸器官



2. 共鸣器官

共鸣器官是扩大和美化声音的器官。鼻腔、胸腔、头腔（包括额窦、蝶窦、上中下鼻窦、筛窦等）是固定的、不能随意改变形状的共鸣腔。咽腔（分为喉上面的喉咽腔，口腔后面的口咽腔，软腭后面的鼻咽腔）、喉腔、口腔能借助肌肉的收缩来改变腔体的形状与大小，是可变的共鸣腔。声带本身发出的声音是很微弱的，只有在各共鸣腔体中得到共振，才能使声音扩大与美化。歌唱技巧的训练在一定程度上就是训练对这些共鸣腔体的调节能力。共鸣器官如图 2.2 所示。

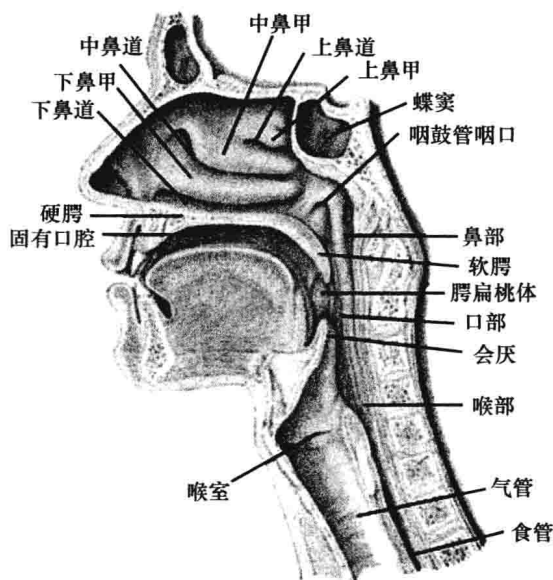


图 2.2 共鸣器官

3. 喉头声带

喉头声带就是声源。喉头位于颈前正中部，由甲状软骨、环状软骨、披裂软骨和肌肉、韧带、黏膜等组成。喉头中间是两条由前向后、左右并列的薄薄的肌肉薄膜形成的韧带，这就是产生声音的振动体——声带。发低音时，声带拉长、靠拢，但不贴紧，声带较松弛，对呼出气息的挡气作用也不大，有漏气现象，声带是整体的振动，振幅较大。随着音高的上升，声带缩短并靠紧，其挡风作用也就明显加大，声带变为部分振动和边缘振动，振幅小。当唱最高音时，只有靠近甲状软骨三分之一处的部分振动。歌唱时高低音变化快时，各条喉肌需协调、自如地改变收缩的力量才能适应。声带的不同活动状态如图 2.3 所示。

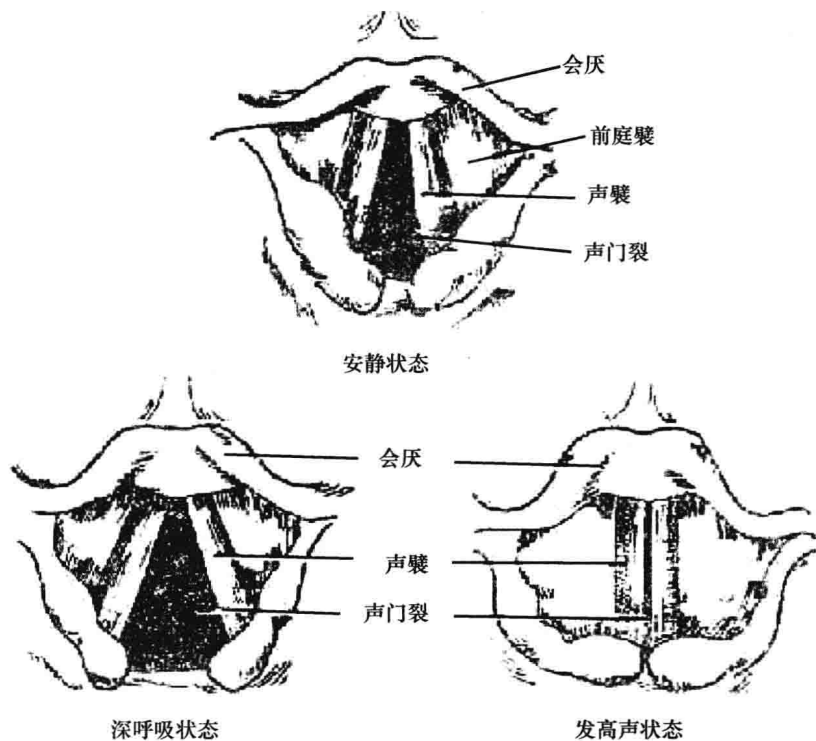


图 2.3 声带

4. 咬字、吐字器官

咬字、吐字器官包括唇、齿、牙、齿龈、舌、喉、上腭（也称口盖，包括靠前部分硬的不能动的硬腭和靠后部分软的能上下活动的软腭）、下腭、鼻腔、口腔、咽腔等。从喉发出的声音只是单一的音响，只有在各咬字、吐字器官的积极协作下才能使之变成字和词。

5. 听觉器官

音乐是听觉的艺术，只有通过耳和耳内的听觉分析器，才能鉴别声音的好坏及音准、节奏等。正确而良好的听觉对歌唱者是十分重要的。因此，每个学唱的人都应十分注意对音乐的各要素（音准、节奏、节拍、音色、调性、多声思维、结构、音乐表现等）进行单项与多项的综合技术训练，提高自己的听觉能力。

掌握了歌唱器官的构造，能使歌唱者在歌唱时使各器官共同协作，获得良好的声音，使声音更具有生命力。



第二节 发声的基本原理

发声器官是由喉咙及其肌肉、软骨和声带组成的。气管的上部是喉头，喉头中部有一个器官叫声带，表面很均匀地覆有一层黏膜，共有一对，左右并列，性质相当于两条很强的韧带，声带是唱歌的发音体，声音便是由声带的振动发出来的。喉头是一个精巧的小室，在软骨和肌肉的相互作用下，能够对声带进行调节，吸气时两条声带分离，声门打开，呼气发声时两条声带又相互靠拢，在呼吸的作用下，能调节声带的长度、厚度和张力，使声音产生高低强弱的变化。

在发声开始前，声带进入发声准备状态。开始发声时，两条声带达到必要的紧张度并相互靠拢或闭合，声门关闭。由于呼吸肌群的作用，储存在肺泡、支气管里的空气被排出，使声门下气压上升，当气压超出声带闭合紧度时，空气就会周期性地迫使声带稍向两侧分开冲出来。在冲出后的一瞬间，声带借助本身的弹力以及缩小声门的肌肉，声带重又恢复到原来闭合的状态，接着又是气压上升、冲开声带和随之闭合。由于声带有节律地进行冲开和闭合一系列的振动，气流通过声门形成一系列“气喷”造成空气稠密和稀疏相间的动荡状态而形成声波，即声门波。声门波经过喉腔、咽腔、口腔、鼻腔等共鸣体的放大与美化就变成优美、悦耳的歌声。

声音的高低是由声带振动的频率决定的，声音的强弱则取决于振幅的大小。音色的变化主要是由共鸣腔的不同调节而产生的，歌唱时由于情感表达的需要，在大脑支配下，共鸣腔快速进行精细调整就会产生丰富多彩的音色。

第三节 歌唱中各器官的协调运动

一、歌唱听觉的培养

目前，在声乐教学中强调“唱”比较多，虽然歌唱水准最终还是靠“唱”的实力来体现，但在“唱”的学习过程中，首先应注重听觉的培养。多听可以建立正确的声音概念，提高对声音的鉴别能力，对演唱水平的提高有着很大的益处。我国著名声乐教育家、歌唱家沈湘教授认为，学习声乐“应当明确我们声乐训练的标准是什么？标准是正确的声音概念，是我们的耳朵。”^① 学生有一副好嗓子仅是一个方面，还应具有“音乐的耳朵”，没有良好的听觉和判断能力，最终是无法达到高水准演唱的。“音乐的耳朵”当然不是局限于学习声乐，只要学习音乐就必须具备这个条件。由于演唱要靠人体各器官的配合，而器官内部结构又较为复杂，演唱者无法直接观察到内部的变化，给学习者

^① 沈湘，1998. 沈湘声乐教学艺术，上海：上海音乐出版社。



造成一定的困难,因此听觉的培养尤显重要,在一定程度上对声音的塑造起着决定性的作用。

多听中外著名歌唱家的演唱,是培养听觉的有效途径。著名歌唱家美妙的歌声能产生较强的艺术感染力,使人产生享受和满足感,由此产生的共鸣和兴奋,能使人得到不同程度的启发,有时还会产生意外的收获,促进学习者歌唱审美及歌唱能力的提高。但教学上的多听并不是简单的模仿,而是有分析、有探究地去听,人都有先入为主的习惯,多听正确优美的声音,多动脑,多思考,在学习中就易走弯路,歌唱中的听觉能力将会不断提高。

从生理学和心理学的角度来看,歌唱中的听觉因声波的传导媒介和路线不同而产生主观听觉和客观听觉上的错觉,如在声乐训练之初,学生对自身声音的听辨常会遇到这样的怪事:歌者自己觉得明亮、浑厚、悦耳、动听的歌声,老师则认为暗闷、粗糙、刺耳甚至使人难以忍受;当学生按老师指导的正确方法演唱时,自己反而感到声音较小、偏白、干涩,没有泛音共鸣。这种主观和客观听觉上的矛盾,往往使一些歌唱欲望强而又自信的学生对老师的教学持怀疑态度,以至于在课堂上学到正确的发声方法而课后又不知不觉地丢了,反复无常,停滞不前。其实这不能全怨学生不虚心,也不是老师的指导有错误,而是主、客观听觉效果上的差异所导致的。要很好地解决这一差异,就必须训练出全新的、正确的声乐听觉,其关键在于歌手对主观听觉的认识和改造——具备辩证的“歌唱听觉”能力。

对于歌唱者来说,具备对乐音敏锐地感受和分辨能力是必需的,而这种能力是通过不断学习和训练来提高的。

人的听觉主要用来接受外界声音的信息。对歌唱者来说,可以运用自己的“内听觉”去监听、调整歌唱器官的发生动作,不断向平衡状态完善。歌唱者与听众在听觉效果上是有差别的,歌唱者不应该将注意力全部集中在体外空间的音响效果上,而应该更多地注意体内共鸣腔体里产生的音响效果,这正是强调“内听觉”的意义。

歌唱者与听众,在听觉上存在着主、客观的矛盾,特别是在高音区,歌唱者感觉在头腔的共鸣空间中只有一个很小的共鸣点在振动,而听众听到的却是很响、很大的明亮的头声。歌唱者感到头腔里更多的是较暗的音色包围着明亮的、集中的小共鸣点,而听众却听不到空和暗的音色成分。歌唱者在学唱的过程中,不仅要懂得这种声音音色的主客观差别,还要尽快地适应主客观的矛盾状态,熟练掌握主动调节、控制共鸣音响的心理技巧。

二、歌唱机能协调感的培养

1. 歌唱时呼吸的感觉

“善歌者,必先调其气”、“气为声之本,气乃声之帅”、“气催声发,声靠气传,发声必用气”是先人有关气息的精辟论述和成功的经验之谈。呼吸是人类与外界进行气体



交换的自然动力，是人类赖以生存的一种本能。然而，生活中的说话呼吸和歌唱中的呼吸是不同的；说话中的呼吸可以在任何原始自然的状态下进行，可以作任意换气和停顿，气息要求简单，不需要考虑技术性；而歌唱需要艺术的表现，其呼吸是动态与静态、弹性与流动的结合与交替、下沉与升腾的统一。

歌唱时的呼吸状态与歌唱时的姿态有十分密切的关系，为了形成良好的歌唱呼吸感觉及习惯，首先应有一个正确的歌唱姿态。吸气时身体的相应器官是打开和开放的，胸腔应舒展，使口腔、鼻腔、喉咙、器官各部位形成畅通无阻的感觉，小腹及腰肌处在既有膨胀感又有相应弹性的状态下。

歌唱时的呼吸与声音随着气息的流动使我们感觉到的是一种能量的释放，而不是紧张的对抗。歌唱的用气应是气息的运动，这种用气是有控制的气息运动，歌唱时气息是流动的，而喉咙的空间却需要保持在“吸气”时的状态上。因此，对于气息的控制要有正确的概念，对于保持喉咙的“吸气状态”与“气息保持”的感觉，在概念及操作上都不应混淆。

在训练时教师要帮助学生建立起正确的呼吸感觉，必须避免以下几种状况：①吸气浅：造成肩膀抬起、胸抬起，使横膈膜难以下沉；②吸气过多：造成胸部紧张僵硬、堵塞，气吸不能流动，腰部的肌肉失去弹性；③漏气：有时这种现象是声带闭合不全，但也是呼吸肌肉群的力量不够所造成的；④吸气有声音：气息吸进时摩擦了某些肌肉后产生了杂音；⑤气息与声音配合不协调：使歌唱得不到气息的支持，使不上劲。这些现象的出现，需要教师在教学中既要寻找和培养正确的呼吸状态，又要及时发现和纠正这些弊病。

2. 歌唱时喉咙打开的感觉

喉咙是歌唱发声中最重要的部位，是“声源”。喉咙打开的感觉是声音训练的重要内容，喉咙打开不是单一的扩张喉咙腔体，而是喉头、咽腔、口腔等部位的共同打开。

喉头位置的摆放随意性较大，它的上下运动较为灵活、方便，所以，喉头位置的安放直接影响到声音的状态。一般来说，歌唱时喉头的位置应比平时说话时偏低一些，气息容易流畅，较为合理。训练中应特别注意深吸气时的喉头状态，这个状态就是歌唱时所需要的喉头状态。在训练中寻找这种感觉时，要坚持喉咙下沉的正确位置，避免出现喉头上提的现象。

咽腔是声音发出后的第一个共鸣空间。平时在生活中是不需要将咽腔充分打开的，但在歌唱时，咽腔打开显得尤为重要，它的运动扩张状态与声音的质量有关。咽腔打开感觉状态的建立必须使咽腔经历不自然的状态，还必须与气息有着良好的结合，不然易出现僵持的状态，无法产生优美动听的声音。

口腔打开的感觉是根据不同的声音需要而进行合理调节的。口腔的空间状态不是不变的，而是要根据演唱不同的元音作相应的调整，但调整的幅度要适宜，必须以声音的统一为前提。因此，口腔打开的感觉必须是相对稳定和持续的。

在建立口腔打开感觉的同时，应该注意到舌头在口腔中的变化，舌头的变化和口腔



打开是关联的。舌头必须平放在口腔里，舌尖稍微抵在下牙的后面，舌头的后缩必然导致口腔空间的变化，影响到声音的质量和效果。

3. 歌唱时共鸣的感觉

从物理学的原理来看，“每个乐音都有一个基音的频率，还有很多泛音频率。一个静止的固体和空间只要其固有频率和发音的频率相同或成倍数关系，就会被那个频率的音波所激动，产生同样音高的声音。人体的固体部分除声带外，都连接严密，质地柔软，不易产生共鸣，只有若干空洞的腔体内部空间可以参与共鸣。共鸣腔产生共鸣时，振源发出的声音就会被扩大和美化。”^①

歌唱的共鸣感觉应是整体的，它包括了口咽腔共鸣、胸腔共鸣及头腔共鸣三个部分，利用和调节好共鸣能使声音响亮、悦耳，色彩丰富，表现力加强。

口咽腔共鸣是发声中的第一个共鸣区，在建立这个区域的共鸣状态时，除了打开口咽腔使其形成一定的空间外，还需要合理发挥它的咬字吐字功能，但是不宜过分的扩张，以免产生歌唱语言不够灵活的负面作用。

胸腔共鸣是歌唱中各个声区都要运用的，只是共鸣成分所占的比重大小问题，低声部运用的比重比高声部大些。需要注意动力与共鸣在认识上的区别，不应把动力当成共鸣，也就是说不应在胸腔部位用力，共鸣的产生应在放松自如的状态中去寻找，如果胸腔处于一个憋气或用力的支点状态，那就像汽车始终处于刹车的状态一样无法运行，歌唱也就处在憋、僵的状态中无法进行。

头腔共鸣又称为头声，头腔共鸣是歌唱中最具色彩魅力的。尤其是男高音、女高音声部的歌唱，头腔共鸣决定了声部的质量，运用好头腔共鸣能使声音明亮、光彩、辉煌，具有强大的穿透力，丰富了作品的表现力。但头腔共鸣的感觉与生活中的状态距离较远，不易掌握。获得头腔共鸣必须具有鼻腔共鸣的基础，然后使共鸣的空间在头部的鼻窦空间产生振动，慢慢地让这个空间不断扩展，并与气息结合形成富有色彩的头腔共鸣区域。

三、歌唱中音乐感觉的培养

音乐感觉的培养是音乐学习更深层次的要求。音乐感觉既是一个抽象的范畴又是一个综合文化素质的反映，音乐感觉的培养涉及乐感、二度创作、情感表达等内容。

乐感的内涵应该有两层意思，一层是浅层次的人体生理及协调感的表现，不同程度地存在着人对音乐天生的敏感反映程度。另一层是较深层次的审美表现，是把对作品的理解、个人综合文化素质及艺术表现力的综合反映。理性的情感表达不仅是情感的宣泄，更是经过心灵的感动、丰富的实践和广博的知识积累后，所进行的情感表达。

二度创作也包括在音乐感觉的培养中，“凡不仅把谱子上的记载和基本情绪唱对，

^① 石惟正. 2002. 声乐学基础. 北京: 人民音乐出版社.