

— 广东省流行音乐协会推荐教材 —

# 新概念 流行唱法

赵 健 廖梦乐 著

声音  
塑形

唱法  
唱腔

基础  
理论

演唱  
风格

NEW  
CONCEPT  
POPULAR  
SINGING

南方出版传媒  
花城出版社

— 广东省流行音乐协会推荐教材 —

# 新 概 念 流 行 唱 法

赵 健 廖梦乐 著

NEW  
CONCEPT  
POPULAR  
SINGING

南方出版传媒  
花城出版社  
中国·广州

## 图书在版编目 (C I P) 数据

新概念流行唱法 / 赵健, 廖梦乐著. -- 广州 : 花城出版社, 2019. 12

ISBN 978-7-5360-9074-3

I. ①新… II. ①赵… ②廖… III. ①通俗唱法  
IV. ①J616.23

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第276217号

出 版 人: 肖延兵  
责任编辑: 邓 如 钟 珺  
技术编辑: 薛伟民 凌春梅  
封面设计: 姚 敏  
统 筹: 江 威

---

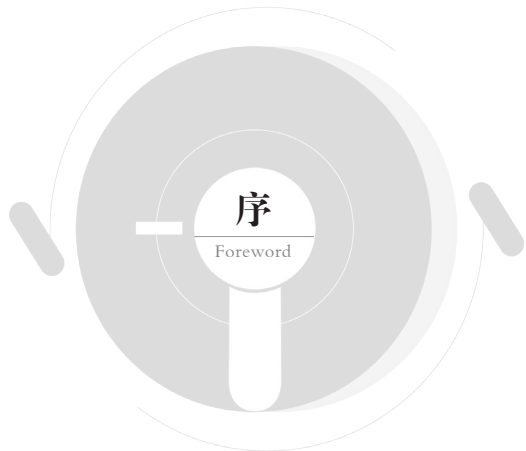
|      |                                         |
|------|-----------------------------------------|
| 书 名  | 新概念流行唱法<br>XINGAINIAN LIUXING CHANGFA   |
| 出版发行 | 花城出版社<br>(广州市环市东路水荫路 11 号)              |
| 经 销  | 全国新华书店                                  |
| 印 刷  | 佛山市浩文彩色印刷有限公司<br>(广东省佛山市南海区狮山科技共业园 A 区) |
| 开 本  | 787 毫米 × 1092 毫米 32 开                   |
| 印 张  | 4.625 1 插页                              |
| 字 数  | 70, 000 字                               |
| 版 次  | 2019 年 12 月第 1 版 2019 年 12 月第 1 次印刷     |
| 定 价  | 39.80 元                                 |

---

如发现印装质量问题, 请直接与印刷厂联系调换。

购书热线: 020-37604658 37602954

花城出版社网站: <http://www.fcph.com.cn>



## 认识赵健

认识赵健的第一印象，是在 1995 年年底他只身从太原来京，我认识了他的声音能力和他的学习态度，还有他的韧劲。当年叫我老师的人很多，拜不拜师，认真不认真学，有没有钱，我都一视同仁，真把自己当作“老师”了，常常为来的学生找歌、写歌、进棚录制，为“私人定制”尽心力而已。20 世纪八九十年代能教流行演唱技巧的老师不多，但是能够以作曲家、制作人带流行演唱学生的有谷建芬、王璐、颂今和我几位，是最惹歌手关注的“救命稻草”；而赵健一路而行始终没改对我的称呼，这样的人实属不多。

认识赵健的第二印象，是在前几年我自命不凡地办起了“付林音乐+大师班”。此班的任教老师虽然称不上“大师”，但都是我精选的，如金兆钧、捞仔、

王晓锋、董冬冬、谭伊哲、谭晶、萨顶顶、黄琦珊、江涛、庞龙、李春波、阿鲁阿卓、曹芙嘉、张丹丹等各路名人、专家轮番来执棒，请赵健上流行演唱技能课，我相信他毕竟在星海音乐学院执教了二十来年，一定行。认真听了他的课，我才真正了解了他的教学水平今非昔比，他掌握的当代流行演唱技法无疑是正确的，是专业的。

认识赵健的第三印象，则是通过这本教学书。著书立言虽然很时髦，许多人都是人云亦云、抄来抄去的一些传统技术而已，装饰门面、糊弄学子、提高知名度、多收学费成为教育界的不良风气。但从他的著作中，我看到了他的责任和承担、真实经验和才能。

很巧合，我 2018 年又出版了新书，叫《歌手训练秘笈》，是 2002 年出版的《流行演唱新概念》修正版。我从事演唱教学，是以制作人角度从理论方面论述演唱方法与技法，而赵健则是实实在在地从实践中总结演唱声乐理论。两处出发汇集在一个交汇点就是流行声乐演唱的“基础技能”“声音塑声”“风格与唱腔”都构建了的“新概念和声乐体系”。

在当今歌坛上，不乏出现上万个网红歌手和草根歌手，但离出现世界级巨星还有相当大的距离。除了缺乏

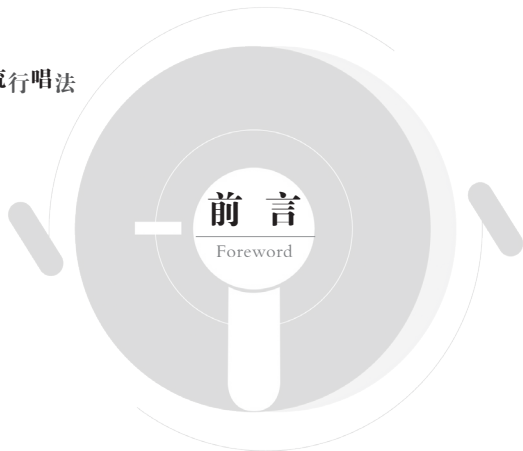
独特创造性的风格外，还缺少高超娴熟的技巧，否则，你站在席琳·迪翁、玛丽亚·凯莉、迈克尔·杰克逊、迈克尔·波顿面前，就是在迪玛希面前也会觉得黯然失色。所以，我是觉得教育很重要，在近二十年来，流行音乐教育从业者多，然称职者少，误人子弟的却大有人在，“认认真真唱好歌，再教好歌，带好人”变得十分重要了。

一名优秀歌手的成功，除了环境的影响和碰到的运气外，潜心学习基本功是必要的条件。俗气点讲，在江湖上混，没真本领就不要做职业歌手。而做好老师不靠忽悠，其责任就是要解决学生的演唱基本技能；做好导师其责任就是要解决学生的声线、歌路与风格；做好制作人则是要特制作品以帮助学生早日出道。

很高兴有赵健这一代专业流行演唱专家从教，我相信再过十年，二十年，中国一定会出现世界级中国乐派的歌手，我期待着。愿赵健的书能够为流行唱法学习者和爱好者带来更多帮助。

付 林

2019年6月于北京



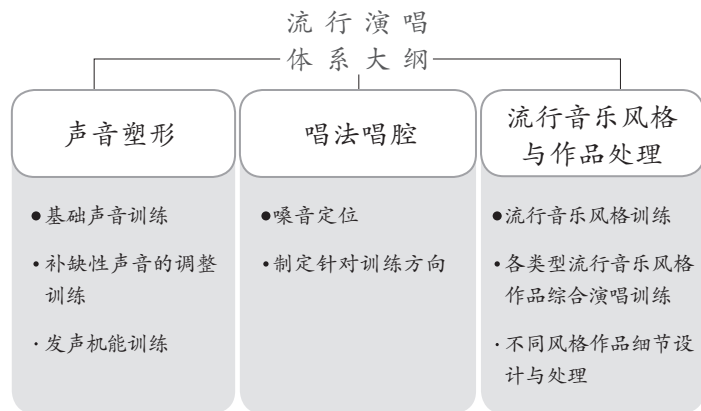
## 流行演唱，每个人都应该学习的技巧

很多不善歌唱的人，多半以为“流行演唱”这事，是天赋异禀的人干的。

其实不然。天赋固然是需要的，但学习并掌握一定的技巧，平日加以训练，才能达到舞台上收放自如的效果。即使是天后王菲，早期嗓音很甜、很清脆，但音域比较窄。师从戴思聪后，戴老师把她的大嗓门和小嗓门接驳起来，她的音域拓宽了。通过平时努力练习，她的真声由以前的九度，拓展到十二度；加上对日本、西洋流行唱法的借鉴、吸收、融合，才成就了王菲独一无二的唱腔。

再如舞台爆发力惊人的华晨宇，被同期参加《快乐男声》的小伙伴誉为“第一胸腔”。但是，天资过人的华晨宇也是经常半夜苦练，才换来每次演出的能量爆发。

所以，流行演唱靠的不仅是个人的先天声音条件，更有后天的技巧学习和灵活运用。《新概念流行唱法》是经总策划人星海音乐学院流行音乐学院副院长赵健教授得意徒弟江威发起，携得意门生廖梦乐所著的一本从流行演唱基础训练入手，针对想从事流行演唱职业道路的专业歌手和流行演唱爱好者的教程。本书主要介绍了赵健教授从 30 年的流行演唱教学经验中，总结归纳出的一套行之有效的教学体系。全书主要分为 4 个篇章，包括流行演唱的基础理论、声音塑形、唱法唱腔、演唱风格，附录则主要涵盖艺术嗓音相关介绍及赵健教授的论文。每章按节循序渐进，由浅入深，既有理论阐述，又有具体曲目练习，辅以图片和视频，“干货”满满又有针对性。



辅助专业：艺术嗓音（嗓音矫正 嗓音鉴定 嗓音保健）



作为歌手，赵健教授曾荣获“第七届 CCTV 全国青年歌手电视大奖赛”专业组通俗唱法第三名。音乐教学方面，赵健教授获奖无数。2007 年，荣获中国音乐家协会流行音乐学会颁发的“教育成就奖”、流行音乐年度“最佳声乐教育奖”等；担任“校园好声音”“艺术院校声乐大赛”等流行演唱赛事指导，培养的多名学生在“CCTV 全国青年歌手电视大奖赛”“金钟奖”以及《超级女声》《快乐男声》《中国新歌声》中获奖。

一年前拜访赵健教授，正好遇到他在指导一位将要参加《中国新歌声》的学生，我坐在客厅聆听房间里飘出的歌声，发现经指导后的演唱确实更动人心扉一些。此书的另一个作者廖梦乐是我相识多年的朋友，当时她参加南方电视台一档流行演唱大赛节目，获得了冠军。被誉为华南地区约德尔唱法第一人的江威，亦被《歌手》《音为梦想》等节目常邀参与歌手指导工作。

赵健教授教学经验丰富，廖梦乐比赛实训能力强，江威则对特殊唱腔有着深入的实践经验，因此，在《新概念流行唱法》这本书里，既有传承中国传统文化的基础理论，也有糅合国外流行演唱风格的练习，并结合时下流行乐坛的热门歌手和音乐节目进行阐述。

在本书第二章“流行演唱的声音塑形”，以参加《歌

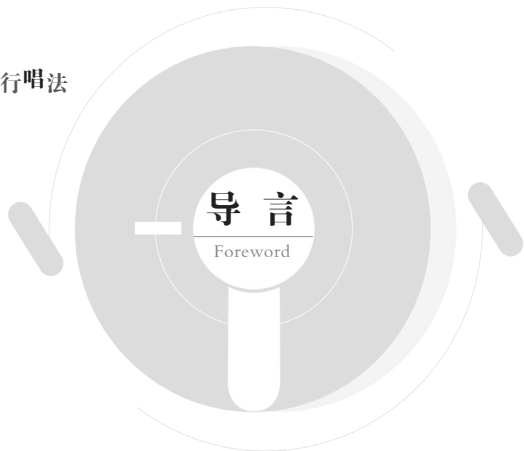
手》的吴青峰为例，谈到爆发力高音的发声状态；第三章“流行演唱的唱法唱腔”，也特别提及在国内被《中国新说唱》带热的嘻哈音乐（hip-hop）；第四章“流行演唱的风格”，紧扣流行音乐呈现百花齐放的趋势，爵士、布鲁斯、节奏布鲁斯、说唱、乡村、摇滚、放克、雷鬼、拉丁等几种风格的阐述和曲目练习，提升演唱者对各种风格的驾驭和融合，帮助歌者形成独特的演唱风格。

对于准备参加艺术联考的学生以及参加流行歌唱比赛的学员而言，《新概念流行唱法》是一本不可多得的学习“宝典”，特别是书中提及的“歌唱中如何呼吸”“如何吐字咬字”“保持正确的站姿”等内容，让人受益匪浅，在和朋友在KTV“飙歌”时，更加得心应手。

流行音乐发展至今，以它原创性和个性化的特点得到越来越多人的喜爱，成为人们在社会文化生活中必不可少的一部分。

只要有一颗想唱歌的心，参照本书的启发进行相应的技巧训练，你也能愉快地唱好适合自己的歌。

江威、湖水  
2019年3月



## 流行演唱教学体系

在中国，流行演唱进入声乐教育者的视野也尚不到40年的光阴，流行演唱教学一路走来可谓崎岖不易行。中国大众对流行演唱的喜爱以及快速扩大的流行音乐市场，与薄弱的流行演唱教育发展现状的矛盾日益突显。而对于声乐人来讲，有关流行演唱的争议也不少，一部分人认为流行演唱发声不科学、会唱坏嗓子等。对于这些“时代”留下的问题，我相信时间和本书会给出合理的答案。

21世纪是一个大数据的时代，是一个信息量庞大的时代。在中国，普罗大众对于流行音乐的认知也不再停留在曾经的“靡靡之音”层面上。通过近几年媒体所举办的各种高质量的音乐真人秀，也让大家重新定义了流行演唱的艺术性与科学性，流行音乐同样源于生活而高

于生活，其产业链也逐步发展起来。流行音乐正慢慢融入老百姓的日常生活当中，流行演唱教育的大发展必然成为时代的需求。

流行演唱是一种综合性的表演艺术，流行演唱歌手的培养也是集“唱、跳、演、作、编、弹、录、和”八项于一体。

本书以流行演唱训练的实践角度出发，继承中华传统音乐知识的同时，构建中国流行演唱声乐教学新概念。一方面与时代接轨，另一方面做教学经验知识的内在整合。本书是根据星海音乐学院流行音乐学院副院长赵健教授 30 年的流行演唱教学经验，借鉴国外先进流行演唱教学理念，并与弟子廖梦乐共同总结提炼出独有的流行演唱教学体系教程（运用二维码展示部分教学示范），主要用于流行演唱基础教学普及使用，望为广大流行演唱教师、流行演唱专业学生、流行演唱职业歌手及流行演唱爱好者提供相关知识启发与参考。

总而言之，正如美学大家宗白华先生在《美学人生》一书中所说：“将来世界新文化一定是融合两种文化的优点面加之以新创造的。这融合东西方文化的事业以中国人最相宜，因为中国人吸取西方新文化以融合东方比欧洲人采撷东方旧文化以融合西方，较为容易，以中



国文字语言艰难的缘故……”又说，“……中国以后的文化发展，还是极力发挥中国民族文化的‘个性’，不专门模仿，模仿的东西是没有创造的结果的。”这两句话使我深刻感受到，身为中国人，无论做什么领域的研究，都应该有强烈的民族意识，不可轻视自己文化而一味地崇洋媚外。从流行演唱与教学的角度出发，我们更应该以民族文化为立足点，汲取中华文化精髓，学习并借鉴西方优秀的流行音乐知识融会贯通，以形成我们自己的流行演唱风格和教学体系。

本书编辑周期较长，又受到较多客观因素的限制与影响，难免会有一些细节问题，如有纰漏，敬请批评指正！

同时要感谢以下各位对本书的付出，排名不分先后：李鑫豪、刘福宁、邓裕泉、杜恰、陈劭扬、王舸宇、叶俊、邓建东、黄彤、陈一畅、凌志鹏、李芝舟、宋沛江、周伟权、黎青雯、张露云、罗为、孟宸旭、明思豪、欧阳普渝、许晓云、周高、郑飞洋。

廖梦乐

2019年5月

|     |            |                   |
|-----|------------|-------------------|
| •   | <b>第一章</b> | <b>流行演唱的基础理论</b>  |
| 003 | 第一节        | 流行演唱中的共鸣          |
| 006 | 第二节        | 流行演唱声音的支点         |
| 009 | 第三节        | 流行演唱的气息           |
| 014 | 第四节        | 流行唱法的声音层次——声带运动角度 |
| 020 | 第五节        | 流行演唱的吐字咬字         |
| 024 | 第六节        | 流行演唱的内心听觉与内心视象    |
| 028 | 第七节        | 正确的歌唱站姿与积极的歌唱心态   |
| •   | <b>第二章</b> | <b>流行演唱的声音塑形</b>  |
| 036 | 第一节        | 什么是流行演唱的声音塑形      |
| 040 | 第二节        | 流行演唱气息基底盘训练       |
| 047 | 第三节        | 流行演唱中的真声的合理开发及运用  |
| 052 | 第四节        | 流行演唱中极具爆发力的高音     |
| 057 | 第五节        | 流行演唱的发声机能训练       |
| 064 | 第六节        | 流行演唱声音塑形之声区划分与低音  |

|     |            |                  |
|-----|------------|------------------|
|     | <b>第三章</b> | <b>流行演唱的唱法唱腔</b> |
| 071 | 第一节        | 什么是流行演唱的唱法唱腔     |
| 075 | 第二节        | 唱法唱腔的机能喊唱式       |
| 078 | 第三节        | 唱法唱腔的流动吟唱式       |
| 080 | 第四节        | 唱法唱腔的弹性说唱式       |
| 082 | 第五节        | 唱法唱腔的边缘唱法式       |
| 085 | 第六节        | 唱法唱腔的特殊唱腔式       |

|     |            |                |
|-----|------------|----------------|
|     | <b>第四章</b> | <b>流行演唱的风格</b> |
| 091 | 第一节        | 爵士             |
| 095 | 第二节        | 布鲁斯            |
| 099 | 第三节        | 节奏布鲁斯          |
| 102 | 第四节        | 说唱             |
| 106 | 第五节        | 乡村             |
| 109 | 第六节        | 摇滚             |
| 112 | 第七节        | 放克             |
| 115 | 第八节        | 雷鬼             |
| 117 | 第九节        | 拉丁             |
| 120 | 第十节        | 即兴演唱练习         |

|     |            |  |
|-----|------------|--|
|     | <b>附 录</b> |  |
| 128 | 艺术嗓音       |  |
| 131 | 多媒体与录音     |  |

# 第一章

## 流行演唱的基础理论





很多人认为，传统声乐不用麦克风演唱是一种技术。那我们反问一句：“难道拿着电声设备唱出优质的、有层次和辨识度的声音，就不需要技术吗？人人都可以张口就来吗？”答案当然是：NO！

在网上，有许多打着教欧美某种唱法的幌子且没有任何认证的老师发表诋毁中国优秀传统文化的言论，其实是没有真正去了解这些传统文化的精髓。就拿我国京剧来说，其训练的严格缜密，以及“按演员本身声带条件而分配角色”等做法，是世界上其他艺术形式值得研究、借鉴、学习的，而梅兰芳戏剧体系也被称之为世界戏剧三大体系之一。作为中国人的我们应善于挖掘研究本国优秀传统文化，勇于继承、善于创新，优秀传统文化是一个国家、一个民族传承和发展的根本。

本章主要以中国本身的语言文化特质为视角，来阐述本书所述教学体系流行唱法训练方向的基础知识。

流行演唱基础理论是重要的基础课之一，是让学生了解流行演唱需要掌握的基本知识，同时教授学生如何认识自己的声音条件并进行歌唱的一门课程。培养学生科学的发声方式，让学生充分了解自己的歌唱呼吸系统与机能，方便进入实训阶段。