



# 第一章 儿童歌唱的基础知识

## 第一节 儿童发声器官

人体发声器官按照功能可以分为四个部分：呼吸部分、发音部分、共鸣部分、语音部分。

### 一、呼吸部分

肺是我们吐纳空气的器官，空气的吸入和吐出依靠胸腹部肌肉的活动。吸气时，吸气肌肉群（包括横膈膜）同时收缩，胸腔容量扩大，胸内气压小于大气压，从而吸入空气。呼气时，吸气肌肉群放松，胸廓有弹性地自然收缩。此时若呼气肌肉群同时收缩，则胸廓加快收缩，腔内压力增强，从而加速空气的呼出。歌唱发声的动力来自呼吸器官。歌唱时，音的高低、长短、强弱变化，要求有相应的呼气流量与呼气相压力。学龄前儿童呼吸器官对歌唱的支持，基本上还属于生活中的自然状态，思维的反应及自控能力还较弱，教师可通过示范、比喻、启发等，让幼儿进行模仿、听辨、感受。随着老师科学的教学进程，呼吸器官对歌唱的支持能力也会逐步得到加强。

### 二、发音部分

气管的上部是喉头，这里有一对左右并列的声带，就是说话和歌唱发音的振动体。歌唱时，声带有长度、紧张度的变化，有全振动和部分振动的不同。声带的分合、松紧，通过有关肌肉进行控制。歌唱不同于说话，歌唱要求音高的准确，声带振动的音准控制是思维反应的结果。教学过程中，以开始学习的几个音为基础，同步进行双音（先协和音程，再适当增加不协和音程）的训练，这是科学、有效的方法。



## 合唱与指挥

### 三、共鸣部分

人体的共鸣器官起着扩大音量、调节音色的作用，共鸣器官一般分为胸腔、口腔、头腔三个部位。共鸣器官中，软腭、咽部、舌部（下颌）的活动，能够调节共鸣效果，这是一种思维调控与生理反应的结合。因此对于幼儿而言，应当从其生活自然状态中适当加以引导，不宜片面追求大音量。

### 四、语音部分

语音的声母、韵母，是通过唇、舌、牙齿及口腔形态变化得来的。

说话或歌唱时，发声器官的四个部分是互相联系、互相配合的，它们既互相协调又互相制约。说话与歌唱是两种不同的状态：说话的音域不宽，音量适度，音色有着自己的个性；相较而言，歌唱的音域要宽得多，音量的变化幅度要大得多，集体歌唱时，对声音的共性与和谐度的要求较高。因此，歌唱时发声器官的工作强度更大。

## 第二节 儿童歌唱心理与歌唱能力

### 一、儿童歌唱心理

学龄前儿童的思维方式主要是形象思维，判断、推理能力尚在发展，注意力不易集中，情绪的稳定性较差，无意注意占主导地位，新鲜、有趣是他们参与和评价音乐活动的基本出发点。从三四岁能感知旋律轮廓起，逐步能辨识音高、重复简单的节奏，能理解、分辨响亮和轻柔，有较为准确的音高和调性感。随着儿童的智力、体质不断地成长，以及各项课程的进展，歌唱教学也日益获得更厚实的基础。借助语言描述或形象比喻去引导孩子们感知和表达音乐，采用身体动作与趣味性表演，都是对儿童进行音乐教育的有效手段。音乐剧《音乐之声》中《哆来咪》的歌词“Doe是一只小母鹿，Ray是金色的阳光，Me是称呼我自己……”及其活泼的演唱形式就是十分生动的例子。

### 二、儿童歌唱能力

儿童的发声器官正处于成长阶段，有关器官组织尚欠强韧。由于面部和颅骨发育未完全，鼻和鼻腔相对短小，喉腔黏膜较嫩，气管、支气管管壁薄软，胸廓窄小，呼吸量有限，因此歌唱教学切不可片面追求声音的强度，仅以音量的大小来评



## 合唱部分

判歌唱状态优劣是万万不可取的，一定要了解所面对的儿童的实际歌唱能力，在歌唱活动中注意保护儿童的发声器官，爱护儿童纯真的音乐情趣。学龄前儿童歌唱音域约有四五度，七八岁时可以有一个八度，十岁左右可达十度以上。歌唱教学需要教师更细心地关注儿童个体嗓音的变化与保护。

学龄前儿童的歌唱教学，以老师逐句范唱、学生模仿为主要方式。可以直接学唱歌词，也可以由老师在琴上弹奏（或范唱），儿童以简单语音（或以首调唱名）学唱歌谱，然后再学唱歌词。学龄前儿童演唱歌曲的音域不宜超过六度，过高或过低的音，应让儿童轻松自然地唱，音准合格即可，不需在音量上要求太高。歌唱教学以教材为基准，教师必须密切关注授课班级儿童的实际歌唱能力，把握好教材运用的分寸与进度，并可引入优秀儿童歌曲，开拓教学方法（如适当结合形体动作、演唱外文歌词等），以丰富歌唱教学的趣味。

歌唱活动有利于发展儿童的音乐感知能力和审美能力，有利于发展儿童的思维与想象力，有利于儿童情感、意志力、注意力与记忆力的培养，对儿童健康成长与发展有着积极的作用。

### 第三节 儿童歌唱发声

呼吸包含着吸气和呼气两个过程。儿童歌唱时要建立用口、鼻（以鼻为主）同时吸气的习惯，将气吸到近腰处，注意不可抬肩。呼气时要控制气息，均匀地吐气。可以提示儿童找“闻花香”的感觉，做到吸气深、呼吸自然。在呼和吸的过程中，要提示儿童整个身体状态和面部神情积极放松，腹部要保持一定的紧张度以支持气息呼出的控制。

气息是歌唱发声时声带振动的动力，歌唱必须做到有气息支持发声。扯紧喉部与颈部肌肉大声歌唱是不科学的，对于儿童的发声器官可能造成损害，也不利于达到歌唱艺术的美育目的。

歌唱音域，一般划分为低声区、中声区和高声区，中声区是歌唱音域中常用的比较适中的部分，是歌唱教学的基础。歌唱教学的过程一定要遵循由易到难、循序渐进的原则，从中声区开始，经过一段时间的练习，待中声区发声基本正确、稳定后再逐步调整教学进程，发展儿童的歌唱能力。不结合儿童的实际情况而一味去扩展音域，不但不能达到理想的效果，反而会损伤儿童的声带。练习时以中等或较小



## 合唱与指挥

的音量开始，不要强求过大的音量，通过同度音、二度音、三度音逐渐扩展，不论唱高音还是低音，声音都要凝聚起来向前传送。歌唱时发声器官从开始到结束要保持正确的发声状态。声音要连贯、统一、圆润。

共鸣器官有胸腔、口腔、头腔三个部分。歌唱时要感受到胸腔、口腔、头腔畅通无阻，面部表情放松，提示儿童提眉，声音要送达远处，要保持气息的支持，保持较高的共鸣集中点（也称“高位置”），达到整体的共鸣，这样的声音才是有控制的、圆润的、优美的。可以提示儿童思考小猫、小狗的叫声有什么不同，小猫“喵喵”声音轻柔，小狗“汪汪”声音洪亮，相对来说小猫的声音位置高一些，小狗的声音位置低一些，再通过歌唱教学加以实践，启发引导儿童应用到歌唱中去。

歌唱发声时要让儿童边唱边仔细聆听，感知自己的歌唱状态是否合理，歌唱器官的运用是否协调，与其他伙伴的歌声是否和谐，并及时做出相应的调整。





合唱部分

## 第二章 儿童歌唱姿势和嗓音保护

### 第一节 歌唱姿势

站立的歌唱姿势：身体自然直立，双脚稍作分开（可略分前后），全身保持自然放松、精神饱满；头部保持眼睛平视稍仰起的位置，面部表情自然，胸部自然挺起，两臂自然下垂，全身有一种积极向上的状态。

坐着的歌唱姿势：上半身保持站立歌唱的姿势；腰部挺直而不僵硬，不要靠在椅背上，以坐稳为标准；两脚稍分开平放在地面上，两腿不可叠起。



图 2-1 歌唱站姿



图 2-2 歌唱坐姿

发声训练时最好让儿童采取站立的歌唱姿势，这样有利于形成正确的歌唱姿态，从而取得良好的发声训练效果。

儿童的天性使得新鲜、有趣成为他们参与和评价音乐活动的基本出发点。因



## 合唱与指挥

此，如儿童歌曲《爷爷、爸爸和我》，“爷爷”走路轻、慢，“爸爸”走路有力、快速、稳健，“我”走路蹦蹦跳跳，歌唱时进行以上模仿，生动有趣的同时便于引导儿童对节奏的理解。再如歌曲《小鸭子》音乐形象生动活泼，可以适当用动作表现，观察“小鸭子”的形态和动作特点，“小鸭子”的走路、戏水、嘎嘎叫等，动作应简单、明了，能直接表达歌曲内容。歌唱时也可随音乐左右轻轻自如摆动。采用身体动作与趣味性表演，是对儿童进行歌唱教育的有效手段。

## 第二节 嗓音保护

儿童正处在生长发育阶段，发声器官不太成熟，肺活量小，呼吸短浅，声带十分娇嫩，容易疲劳。这个时期的歌唱音域应从学生实际出发，高于或低于这个音域时要小心指导，不可勉强唱太高或太低的音，更不能盲目扩展音域。

声音力求自然通透的感觉，不可有挤、压的发声状态。应指导儿童用自然柔美的声音歌唱，要重视歌唱呼吸的正确运用，力戒声音虚、浮。

儿童各部分器官生长发育不均衡，发声往往既费力又不持久。这时，若对音的强度追求不当（太强、太弱），或发声持续时间太久，儿童的嗓音就容易疲劳，这对儿童的嗓子损害是很大的，同时也影响儿童的歌唱情绪。

日常生活中要注意儿童的健康状况，不宜在室外过冷、过热或迎风的环境中歌唱。歌唱的教学空间应干净宽敞、空气清爽、温度适宜。



## 第三章 儿童合唱歌曲的选择

儿童发声器官正处于成长阶段，合唱歌曲的选择要有科学性、趣味性，要做到音域适合、节奏简单、篇幅短小、从易到难，以符合儿童的生理和心理特征。合唱歌曲的选择要广泛且内容丰富多彩，如各民族小朋友喜爱的歌曲、各国小朋友喜爱的歌曲等，这样儿童学习的兴趣就会倍增，学习过程中也会很努力。儿童合唱歌曲的选择多以两声部为主，卡农式的合唱因曲调、节奏基本相同，很适合儿童的演唱。主调合唱可采用五度以内的协和音程，如大三度、小三度。旋律的高、低声部短暂出现六度时，在不影响儿童发声的情况下也是可以的。复调性的合唱各声部相对独立，儿童演唱时会有一定的难度，在选择时应注意旋律起伏平稳、节奏简单、篇幅短小。合唱对于培养儿童音乐素养是非常重要的，教师应根据儿童的实际情况，做出相应的歌曲选择和教学计划。

### 第一节 卡农（轮唱）

卡农是复调音乐的一种形式。多个声部依次演唱同一个曲调，若干个声部结合起来又有了合唱的效果。

歌曲《两只老虎》为一段体，歌曲情绪热烈、欢快。教师可把儿童分为两个声部（男、女分开或男、女混合），第一声部演唱到第2小节时，教师指挥第二声部进入，两个声部交替歌唱，形成卡农（轮唱）。



合唱与指挥

两只老虎

1=F  $\frac{4}{4}$  儿歌

两 只 老 虎 | 两 只 老 虎, 跑 得 快,  
0 0 0 0 | 两 只 老 虎, 两 只 老 虎,  
3 4 5 - | 5 6 5 4 3 1 | 5 6 5 4 3 1 |  
跑 得 快, 一只 没 有 眼 睛, 一 只 没 有 尾 巴,  
3 4 5 - | 3 4 5 - | 5 6 5 4 3 1 |  
跑 得 快, 跑 得 快, 一 只 没 有 眼 睛,  
3 5 1 - | 3 5 1 - | 5 5 1 - |  
真 奇 怪, 真 奇 怪, 真 奇 怪。  
5 6 5 4 3 1 | 3 5 1 - | 5 5 1 - |  
一 只 没 有 尾 巴, 真 奇 怪, 真 奇 怪。





合唱部分

## 第二节 主调性合唱

在主调性作品中，各声部一般都是以主旋律的色调为依据，它们与主旋律共起伏、同进退，起到烘托、陪衬、补充的作用。

《叮叮当当》这首儿歌合唱节奏简单，高、低声部旋律都是同音进行，两声部合唱时，低声部做下行三度模仿，下行三度小跳“叮叮当当”层次分明。最后两小节形成大三度音程，色彩明亮。低声部在高声部唱出第2小节“当当当当”时进入。

叮叮当当

1=F  $\frac{2}{4}$

儿歌

3 3    3 3 | 1 1    1 1 | 3 3    3 3 |  
叮 叮   叮 叮   当   当   当   当   叮 叮   叮 叮 |

0    0 | 3 3    3 3 | 6 6    6 6 |  
      叮 叮   叮 叮   当   当   当   当 |

4  
1 1    1 1 | 1 1    1 1 | 3 -    3 - |  
当   当   当   当   当   当   当   当 |

3 3    3 3 | 6 6    6 6 | 3 3    3 3 | 3 - |  
叮 叮   叮 叮   当   当   当   当   叮 叮   叮 叮 |

合唱与指挥

《大钟和小表》歌曲采用拟人手法，形象、清新、亲切。大钟的旋律下行三度小跳：“嘀嗒”“嘀嗒”，小表的旋律同音反复：“唧唧唧唧”“喳喳喳喳”，形成鲜明的性格对比，生动自然。合唱开始的四个小节由高声部演唱，第5—7小节由低声部演唱，第8—11小节高、低声部合唱，第12—15小节由高声部演唱，低声部可在第13小节休止，也可高、低声部同时演唱。

大钟和小表



## 合唱部分

《大家来唱》这首歌曲高、低声部以鱼咬尾似的旋律进行，曲调流畅、平稳，易于演唱。A段由两个乐句（4+4）组成，高声部唱曲的主旋律，低声部以相同的节奏唱出三度音程。B段两个乐句（4+4），高、低声部的第一、二乐句旋律平稳下行，歌唱的音量由强自然减弱，歌声亲切、动听。

## 大家来唱

1=D  $\frac{3}{4}$

意大利民歌

**A Part:**

- 1 - - | 2 1 2 | 1 - - | 1 - 0 | i - - | 6 4 6 |  
唱！大家来唱，唱！一齐来
- 1 - - | 7 1 7 | 1 - - | 1 - 0 | 3 - - | 4 4 4 3 |  
唱！大家来唱，唱！一齐来
- 5 - - | 5 - 0 | i 6 i | 7 5 7 | 6 4 6 |  
唱！你也唱，我也唱，大家来
- 2 1 2 | 3 - 0 | 6 4 6 | 5 3 5 | 4 4 4 |  
唱！你也唱，我也唱，大家来

**B Part:**

- 5 - - | 3 - - | 2 1 2 | 1 - - | 1 - 0 ||  
唱！唱！一齐来 唱！
- 4 3 2 | 1 - - | 7 1 7 | 1 - - | 1 - 0 ||  
唱！唱！一齐来 唱！





### 第三节 复调性合唱

复调性合唱作品是一种以若干独立的旋律组成，但彼此间又相互结合、同时发展的多声部音乐作品。

《小宝宝要睡觉》这首合唱歌曲音域适中，节奏舒缓，作品风格静谧。第二声部旋律在第一声部的第2小节进入，风格上与第一声部形成统一，两声部旋律节奏相互交错进行形成互补。强拍处三度的协和音程使曲调色彩柔和温暖。

#### 小宝宝要睡觉

刘明将 词  
苍 强 曲

**1=F 3/4**

The musical score consists of two staves of music. The top staff is for the first vocal part, and the bottom staff is for the second vocal part. The lyrics are written below the notes. The music is in common time (indicated by '3/4') and F major (indicated by '1=F'). The vocal parts are mostly sustained notes with occasional eighth-note patterns.

风不吹，树不摇，鸟儿也不  
0 0 0 | 1 - 7 | 1 - - | 6 - 6 | 5 - - | 7 7 6 |  
嗯，嗯，嗯，鸟儿  
2 - - | 2 - - | 1 - 2 | 3 - - | 3 - 2 |  
叫，小宝，宝，要睡  
5 3 4 | 5 - - | 5 6 7 | 1 - 7 | 1 - - |  
也 不 叫， 嗯，





合唱部分

12

觉, 眼睛 闭 闭 好。  
6 - 6 | 5 - - | 7 6 5 | 6 - 7 | 1 - - ||  
嗯, 嗯, 眼睛 闭 闭 好。

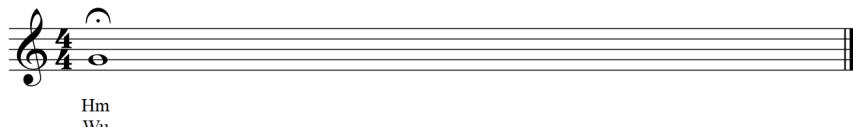




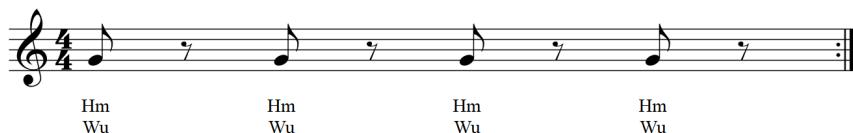
## 第四章 歌唱发声训练

### 第一节 长音、顿音练习

长音练习示例：



顿音练习示例：



做这两种练习时，首先要让学生感受和体会呼吸器官的不同运行状态，以利于把握良好的呼吸支持感觉。要感受共鸣器官的效应，体会到眉、额以上部位的共鸣集中点（声音的高位置），启发学生把自己柔美的歌声传向远方。顿音必须建立在呼吸器官积极的运作上，避免喉部用力，力求声音的集中点在较高位置。长音与顿音发声的起动状态是一样的，只是发顿音时气息不持续输送，而长音在起动后要持续输送压力稳定的气流（保持音准、音量），长音发声的收束必须注意干净、整齐。

其次，要提示学生控制适当的音量，聆听周围同学的发声，纠正不正确的音准、节奏，让自己的歌声融入集体。要让学生熟悉教师（指挥）手势，灵活地做出反应。

第三，要有良好的起声。准备发出第一个长音时，要先让发音器官、呼吸器官、共鸣器官保持积极、科学的歌唱状态。第一个长音发出后，必须要求每位学生



## 合唱部分

边听整体的音响边调整自己的歌声。声音达到统一后，跟随教师（指挥）的手势吸气和起声，再发出下一个长音。连续做顿音练习时，必须保持呼吸器官动作、咽喉部状态（不参与用力）与声音位置的稳定。顿音的连续进行，应要求学生做到起声富有弹性、节奏跟随着教师（指挥）手势、发声能主动寻求统一。还可以把两种练习交替连接起来（如：一个长音，吸气；若干个顿音，吸气；再一个长音，收束），用以训练学生熟练掌握这两种最基本的歌唱发声技能。

第四，应以学生掌握科学的歌唱发声方法为主要目的，起音从小字一组的 $g^1$ 音开始（也可以从小字一组的 $a^1$ 音开始），不宜再低，练习以半音上移，通常到小字二组的 $c^2$ 音左右，下移可适当低于起音音高。良好的气息支持与声音的高位置必须严格把握。

## 第二节 双音练习

在长音与顿音练习的基础上，可以进行双音练习。双音练习的开始阶段可采用五度以内的协和音程：大三度、小三度、纯四度、纯五度。在课程中及早引入双音的教学练习，对于培养学生音乐听觉是非常重要的。

练习1:

练习2:

练习3:

练习4:



## 合唱与指挥

教师参照练习构成的规律，可以适当变化组合的音程。练习4中不协和的四分音符是一个短暂的经过音，练习时要强调它前后两个和声音程（有较长时值可供调控）的和谐与稳定。

### 第三节 单声部练习

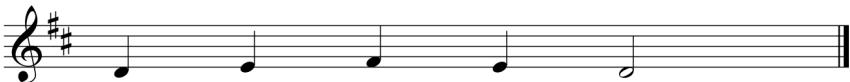
单声部练习虽然只是以比较简单平稳的旋律进行，但包含调式调性及不同旋律音程，要在旋律进行中掌握音准、节奏，以及歌唱声音的和谐、统一。

#### 一、连音练习

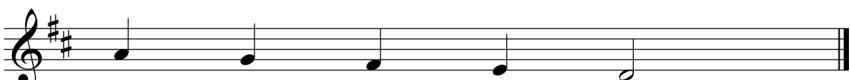
练习1:



练习2:



练习3:



练习4:



#### 二、顿音练习

练习1:



练习2:





## 合唱部分

练习3:

练习4:

练习5:

每条单声部练习曲从适中的音高上开始（D大调），然后以半音上行移调到一定高度，再半音下行移回到D大调或C大调。练声音域开始时可掌握在d<sup>1</sup>—b<sup>2</sup>之间，音量顺其自然，可控制在mp—mf以内。之后可根据学生的整体歌唱水平逐步适当扩大音域及音量。发声技能的训练要求和进度，应以多数学生的歌唱水平为基准，把握好发展与巩固的关系，不能贪多求快。

在以上练习中，教师可以在练习的某个音上予以延长，让学生在音符时值延长时相互仔细倾听，积极调节各自的发声，以求进一步取得整体音响的融合、统一和稳定。

选用不同韵母进行交替，引导学生综合运用不同韵母进行练习，体会各韵母发音的特性。如“lu—la—lu—la—lu”的交替练习，可以达到发声控制的互补，同时又能注意发声的舒畅、位置的稳定等。练习时重音在“lu”，发“la”时口腔保持接近“lu”的状态。

## 第四节 多声部练习

练习1:

V



## 合唱与指挥

练习2:

练习3:

多声部练习曲也以半音上行（下行）移调方法进行练唱，训练音域宜先控制在c<sup>1</sup>—f<sup>2</sup>之间，音量适中。两声部的练习曲，可以从D大调开始，两个声部都在适中声区进行，便于低声部在发声位置、音量、音色诸要素上向高音声部靠拢，从而获得音准的准确、音量的均衡与音色的和谐。

多声部练习曲的各个声部，旋律虽然比较简易平稳，但是却同时唱着不同音高的音，这就要求演唱各个声部的学生，不但要保持与自己所唱声部的一致，而且要顾及不同声部间音准、音量和音色的和谐。

以下歌曲可作为练声时的辅助练习参考，教师可根据练声需求选择适当歌曲。

### 山谷回音真好听

1=C 2/4 汪爱丽 词曲

美丽山谷 真稀奇 真稀奇， 唱歌讲话 有回音  
7 有回音， 啊！ 啊！ 啊！

14 啊！ 山谷回音 真好听 真好听！



合唱部分

小燕子

1=C  $\frac{3}{4}$

中速

胡鹏南词  
汪玲曲



5 6 3 | 5 - - | i 6 6 | 5 - - | 5 6 i | 6 - - |  
小燕子，真美丽，我们大家



5 3 2 | 1 - - | 3 5 5 5 0 | 6 i i i o | 6 i 6 5 0 |  
都爱你，除害虫呀，保庄稼呀，你为丰收



3 3 2 - | 3 5 5 5 0 | 6 i i i o | 1 2 3 5 | 2 2 1 - |  
出力气，除害虫呀，保庄稼呀，你为丰收出力气。



5 6 3 | 5 - - | i 6 6 | 5 - - |  
小燕子，真美丽，



5 6 i | 6 - - | 6 5 6 | i - - ||  
我们大家，都爱你。



合唱与指挥

打 电 话

1=F  $\frac{2}{4}$

亲切地

佚 名 词  
汪 玲 曲

打 电 话

3 5 3 2 | 3 6 0 | 3 5 3 2 | 3 6 0 | 5 0 5 0 | 5 - |  
 1. 两 个 小 娃 娃 呀, 正 在 打 电 话 呀: “喂, 喂, 喂,  
 2. 两 个 小 娃 娃 呀, 正 在 打 电 话 呀: “喂, 喂, 喂,  
 你 在 哪 里 呀? ” “哎, 哎, 哎, 我 在 幼 儿 园。”  
 你 在 做 什 么? ” “哎, 哎, 哎, 我 在 学 唱 歌。”

龙里格龙

1=C  $\frac{4}{4}$

稍快 充满活力地

魏 明 伦 词  
姚 明 曲

龙里格龙 咚, 龙格里格龙,  $mp$  龙里格龙 咚,  
 龙格里格龙,  $mf$  龙里格龙, 龙里格龙,  
 $mf$  龙里格龙, 龙里格龙,  
 龙里格龙 咚, 龙格里格龙, 龙里格龙 咚,  
 龙里格龙 咚, 龙格里格龙, 龙里格龙 咚,





合唱部分

10

**龙格里格龙， 龙里格龙 哆， 龙格里格龙。**

**龙 哆， 龙格里格 龙里格龙 哆， 龙格里格 龙。**

我们大家跳起来

1=C  $\frac{3}{4}$

吴国均 词  
[德]巴赫曲

6 哎 我们大家 唱起来， 哎 我们大家 跳起来， 优美的音

11 乐 伴着我们 跳， 跳得真愉快！ 哎 我们大家 唱起来，

14 哎 我们 大家 跳 起 来， 优 美 的 音

乐 伴 着 我 们 跳， 跳 得 真 愉 快！



合唱与指挥

欢乐颂

1=C  $\frac{4}{4}$

明快地

佚名词  
〔德〕贝多芬曲

5 蓝天高高 白云飘飘，太阳当空 在欢笑，  
9 枝头小鸟 叽叽叫，鱼儿在水面 跳跃，  
13 花儿盛开 草儿弯腰 好像 欢迎 客人到，  
我们心中 充满喜悦 唱歌跳舞 乐淘淘。

