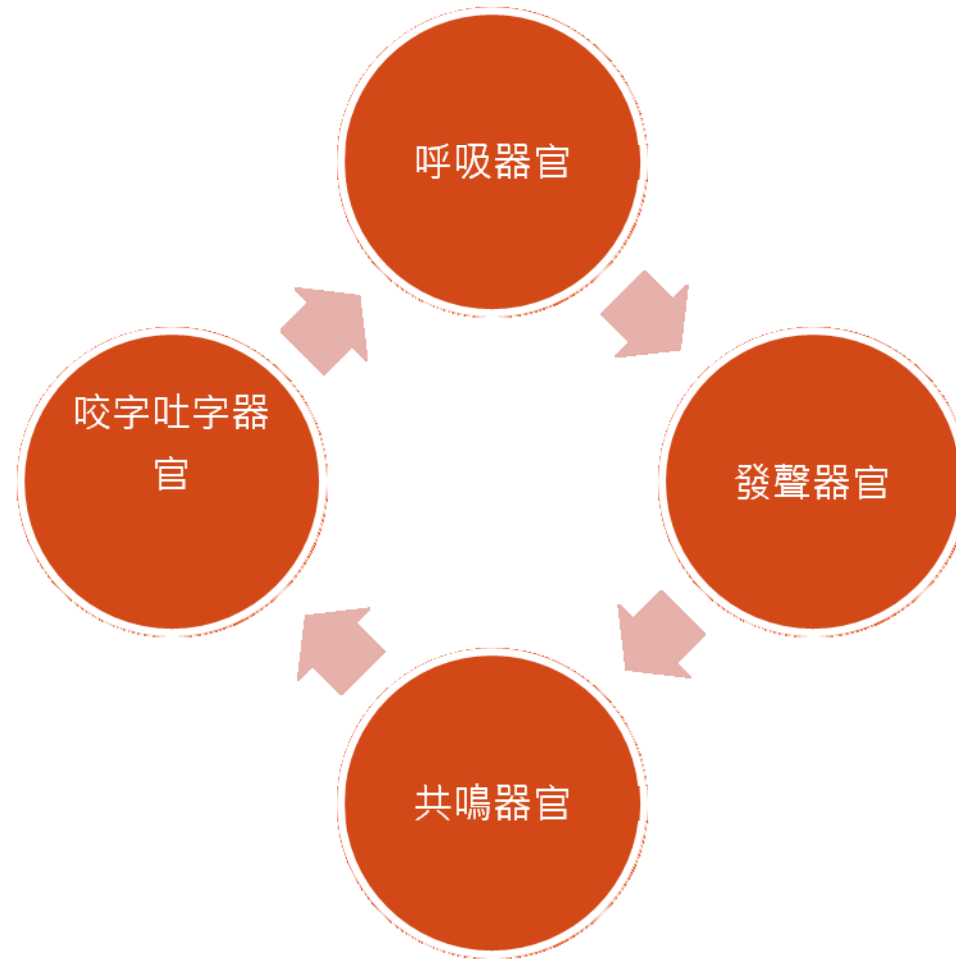


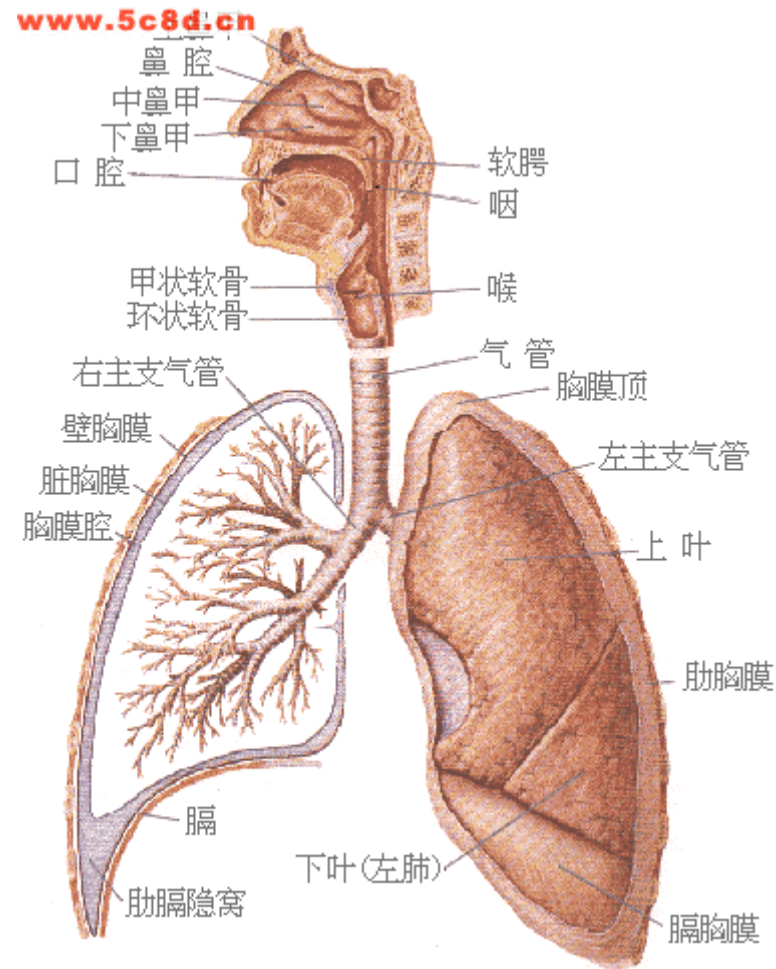
聲樂導論

10-09-2010

歌唱的四大器官



一. 呼吸器官



吸氣

空氣從口、鼻進入氣管、支氣管到達肺部

橫隔膜下濟給予肺部更多空間。

呼氣



歌唱的呼吸的練習

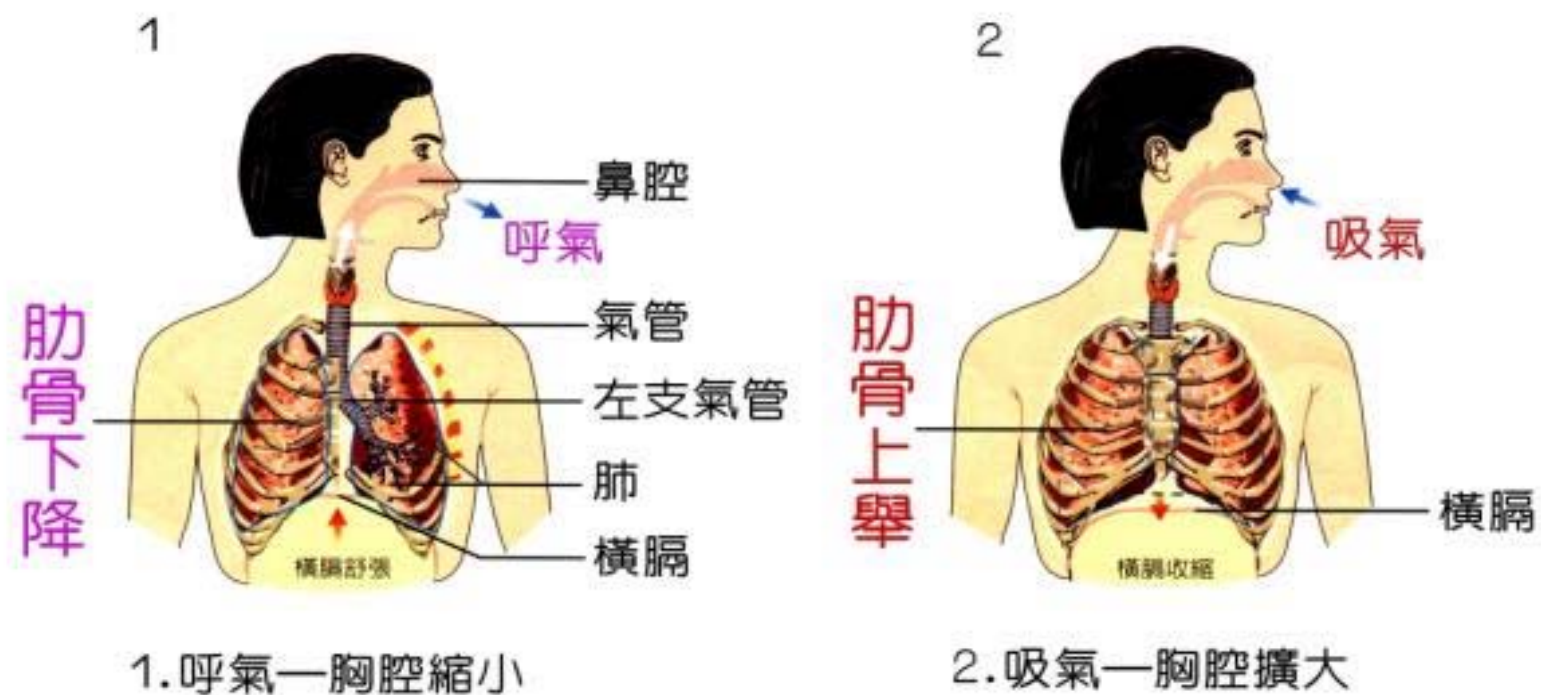


圖6-3 人體的呼吸器官及呼吸運動

站立姿勢

- ◆ 兩腳分開或一前一後
- ◆ 可有重心的轉移

頭部

- ◆ 眼睛平視
- ◆ 後頸梗直
- ◆ 穩固咽壁

背部

- ◆ 含胸拔背
- ◆ 胸部要放鬆
- ◆ 脊背要挺拔

手部

- ◆ 雙手自然下垂

呼吸時

- ◆ 口鼻并用
- ◆ 但以口爲主
- ◆ 以鼻爲輔
口要鬆鬆地張開

面部

- ◆ 下巴、舌、牙床、前頸都要放鬆
面部肌肉放鬆
表情舒展

坐下姿勢

- ◆ 與站立時的要求一樣，
- ◆ 背要直而不靠背，約坐1/3的面積
- ◆ 手放鬆按著膝蓋或大脾
- ◆ 兩脚稍分開，自然彎曲，不能兩腿交疊起

呼吸與歌唱的姿態

姿勢

• 呼吸的源泉

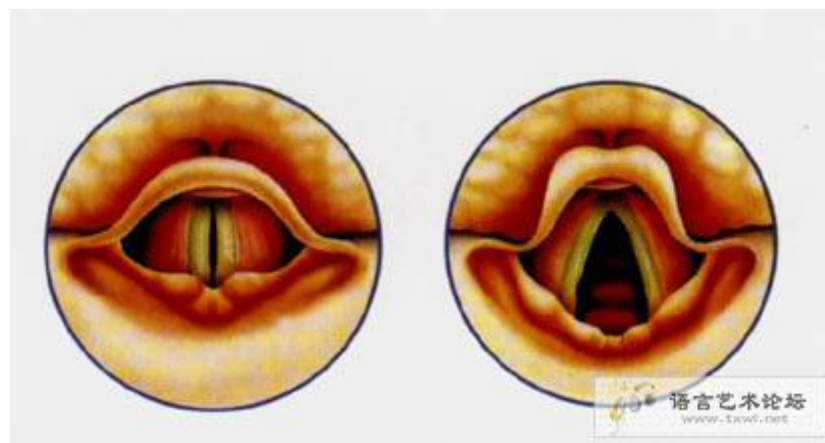
呼吸

• 聲音的源泉

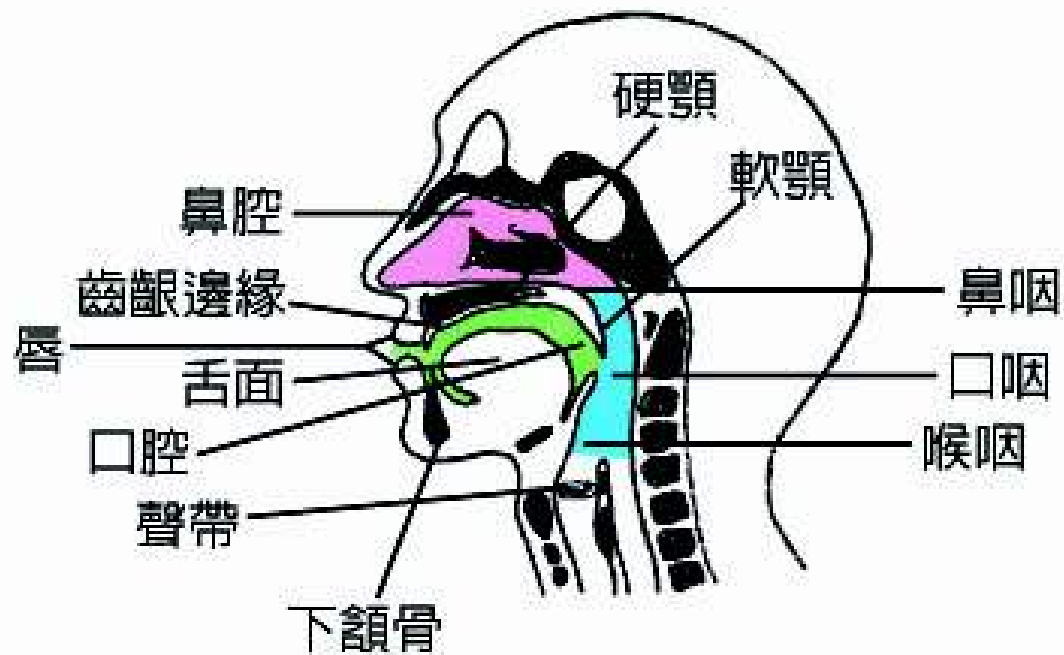
二. 發聲器官

喉頭和聲帶

- ◆ 聲帶位於喉頭中間，是歌唱的發音體。
- ◆ 聲音是由發音體的振動而發出來的。



- 頭頸前方發聲器官縱切圖
- 此圖摘自自然的歌唱法（孫清吉著）



四種喉位

中央位置

平靜呼吸不發聲時

高喉位

發聲時喉結往上提

唱高音時常犯的錯誤

深喉位

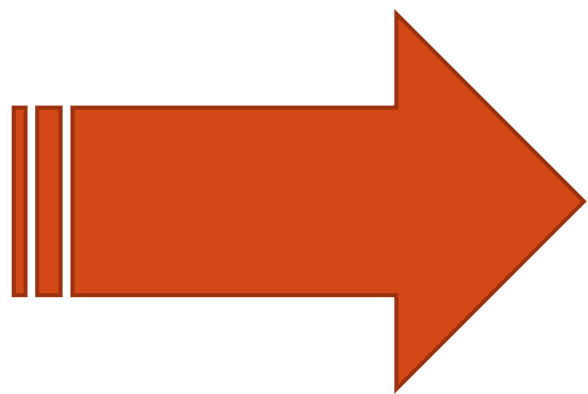
- 發聲時喉結被強制拉在盡量低的位置



低聲部常犯的毛病

低喉位

- 發聲時喉結下沉，略低於中央位置



最正確的發聲位置

常犯毛病

喉音

舌根發硬

往後縮

壓緊喉節

常犯毛病

鼻音

軟口蓋下垂

氣息和聲音都是由鼻孔內出來

類似傷風感冒那種聲音

常犯毛病

抖音(震音)

軟口蓋、小舌頭、喉結、舌根以及橫膈膜在發聲時都跟著顫動

產生羊咩聲

聲音的小抖(半音音程)

大搖(major 2 nd)

此為唱歌大忌!!

唱歌技巧---氣息支持

- 氣息支持點(SUPPORT)
- 聲音要有一個立足的地方
- 以橫膈膜及下肋兩側做支持點

唱歌技巧---打開喉嚨唱

- 1) 打哈欠
- 2) 微笑

→歌唱狀態就是內裏的哈欠，處頭的微笑

良好的中聲區

- 是唱歌的基礎
- 不要急於唱很高的音
- 應該靠前，明亮，輕鬆流暢，不費力
- 不要強求音量，要自然自如
- 要求音色優美和聲音的靈活性

換聲區

- 從低音往上唱時
- 唱到一定的地方，就會感到困難，容易卡殼
- 這就是到了換聲區了

高音區的練習

- 找到自然聲區
- 打好中聲區的基礎
- 掌握換聲區的技巧後
- 便可進行高音的練習

三種合唱發聲技巧

1. 半聲mezzo voce

- 用正常音量的一半來演唱

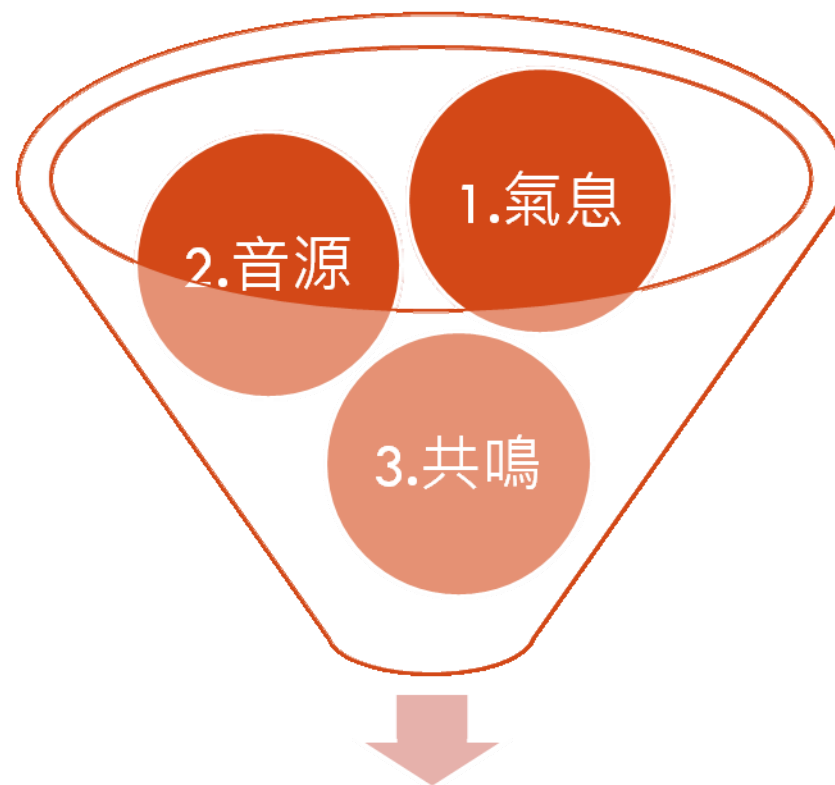
2. 輕聲sotto voce(弱聲、柔聲)

- 用極柔弱的聲音來演唱，比半聲還輕
- 這時控制呼吸的力量反而大
- 要減輕氣息時對聲門的壓力在真假混聲的感覺中滲入大量的假聲成份使聲帶產生最輕的震動，堅持吸著唱

3. 假聲(falsetto) 純假聲

- 男女聲部都有
- 但與輕聲不同
- 它是聲帶邊緣震動的一種技巧
- 聲門呈菱形，多用在高音區
- 色彩很好，有頭聲的成份
- 宗教歌曲如中世紀的彌撒曲唱高音時用假聲

三. 共鳴器官



唱歌發聲的三要素

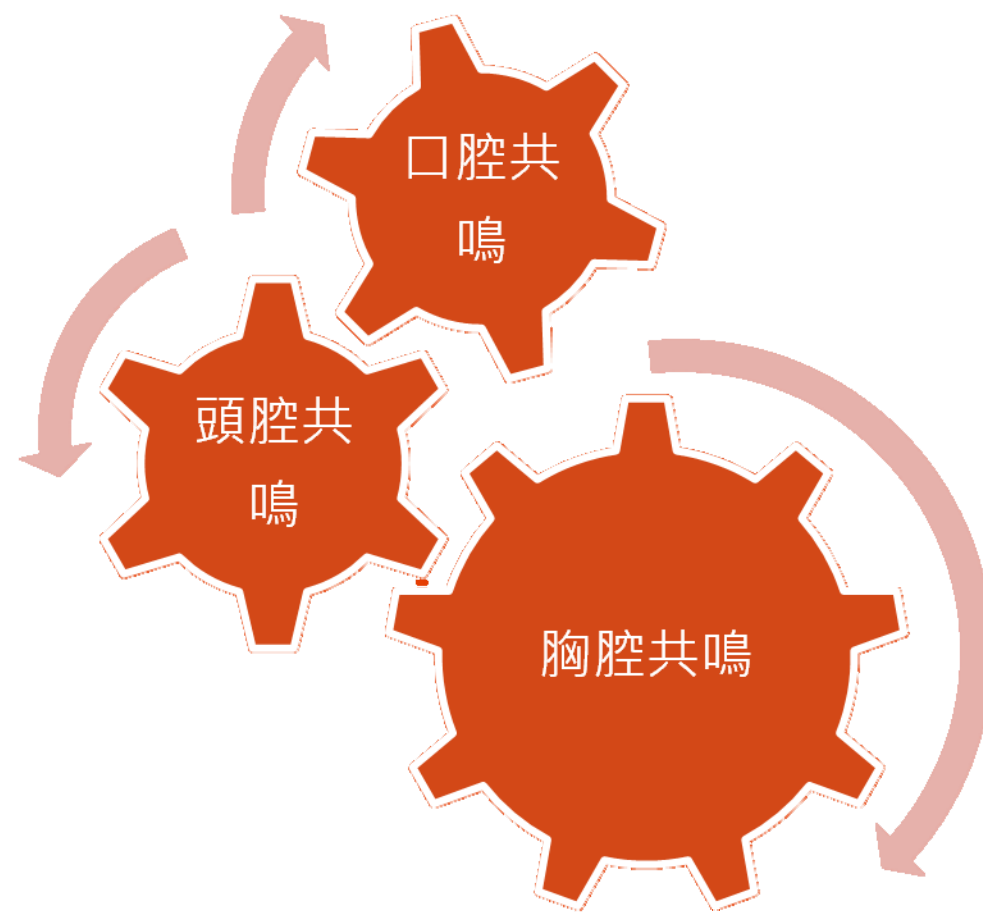
人的共鳴器官有

- 1.頭腔
- 2.口腔
- 3.鼻腔
- 4.喉腔
- 5.咽腔
- 6.胸腔

什麼是共鳴??

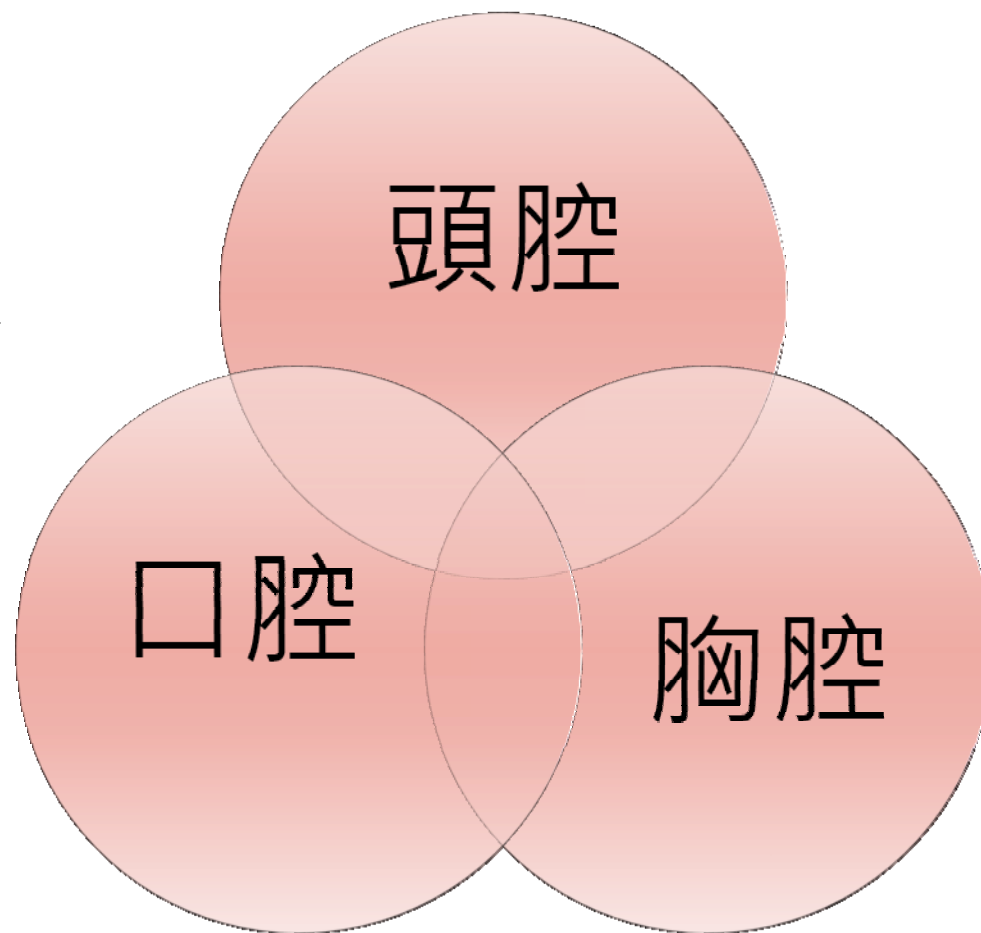
- 聲帶發出的聲音是基音
- 基音在共鳴腔體引起振動
→ 共鳴

整體共鳴



共鳴的運用

- ◆在歌唱發聲時
- ◆應用混合共鳴的方法
- ◆掌握好共鳴在各聲區裡的混合比例



歌唱共鳴的方法

1) 口腔共鳴

- 聲音從喉嚨發出後第一個共鳴區域
- 是胸腔共鳴和頭腔共鳴的基礎。
- 效果明亮，靠前，集中，
- 易於和頭腔取得聯繫，
- 可減少咽喉的負擔，
- 起保護聲帶的作用。

歌唱共鳴的方法

2) 頭腔共鳴(頭聲)

- ◆ 明亮、光彩、輝煌、穿透力強
- 聲音的頻率引起了頭部上前方的蝶竇空間的震動而產生的
- 蝶竇位於鼻孔上，是比較小的結構空間
- 先具有鼻腔共鳴、口腔共鳴
- 頭腔共鳴是才容易掌握

歌唱共鳴的方法

3) 胸腔共鳴

- 低聲部運用較多
- 每個聲部的所有聲區都需要有
- 只是比例多少的問題

共鳴練習

用哼唱humming

不同的樂句用氣是不同的

- 在進行胸腹式呼吸時
- 呼吸氣勢的強弱、吐氣的方法
- 要根據所唱歌曲（或樂句）的不同要求有所不同

呼吸練習法

1) 緩吸緩呼

“長音像吹灰，短音像吹蠟”
是一種吐氣的感覺。

2) 急吸急呼 → “偷氣”

四. 咬字吐字器官

口腔內的唇、齒、舌、下齶、上齶等
是咬字、吐字、形成語言的分節發音器官。

基本方法

- ◆ 咬字，是指字頭（聲母）
 - 按一定的發音部位和發音方法予以咬准
- ◆ 吐字，是指字腹和字尾（韻母）
 - 按照不同的口形予以引長吐准，並收清字尾。

一般規律

- 1) 字頭要唱得短、輕、准
- 2) 引長字腹（韻母）
- 3) 字尾收音要分明

唱歌前的熱身運動

1. 肌肉(physical warm-up)
2. 發聲(vocal warm-up)

發聲(vocal warm-up)

□ 呼吸的練習

- 打呵欠 → 喉頭放鬆
- 狗吠聲 → 感受到橫膈膜的跳動
- 吹蠟燭 → 保持平均的呼氣學習控制氣息

發聲(vocal warm-up)

□ 放鬆舌頭的練習

- 舌頭盡量伸長，舌尖可觸及下巴或鼻尖
 - 放鬆舌根
- 舌頭在口中轉動，以舌尖逐一數牙齒的數目
 - 幫助伸展及放鬆舌頭
- 模仿蛇舌快速地伸縮
 - 提高舌尖的靈活性

發聲(vocal warm-up)

- 放鬆牙骹的練習
 - 合上嘴巴
 - 雙手按摩面頰兩旁的牙骹部位
 - 低哼humn，同時做輕嚼香口膠的動作

發聲(vocal warm-up)

- 放鬆嘴唇的練習
 - 交替說 **du** 和 **bi**，並漸漸加快速度
 - 嘴唇做吹氣的動作，以 **brh** 唱歌

聲量控制

□ 練習大細聲

- **pp** 唱歌時只聽到旁邊的人唱而聽不到自己唱歌的聲音
- **p** 剛好聽到自己的聲音
- **mp** 輕聲說話
- **mf** 平常說話的聲量
- **f** 比平常說話大聲及有力
- **ff** 強勁的

歌曲的處理

提高唱歌者的藝術修
養

選擇適合自己演唱的
歌曲


認真分析歌曲的內容
結構


處理歌曲的整體風格


4 parts 的特點與要求

- Soprano常用音域c1-b2
- 音色抒情明亮，輕盈靈巧，優美婉轉

- ◆ 抒情女高音---秀麗、柔和而圓潤抒情性好
- ◆ 戲劇女高音---豐滿、宏量有力、具戲劇性
- ◆ 花腔女高音---清脆靈活、輕巧、華麗
- ◆ 抒情花腔
- ◆ 戲劇花腔

- 
- Alto 常用音域a—g²
 - 真正女低的中國人甚少 實際上是由mezzo soprano 和女中音擔任
 - 音色熱情圓潤，深情柔和，寬厚穩健，
 - 分抒情，戲劇，花腔
 - 在唱低聲區時也要打開來唱，也要有頭聲
 - 從a—f 胸聲可稍多一些

- 
- **Tenor** 音色明亮抒情，甜美柔揚，清晰透明
 - 分抒情、戲劇、抒情戲劇
 - 在高音區時有金屬感的共鳴

- 
- **Bass** 音域在c—e2
 - 音色寬厚結實，剛健有力，飽滿而有彈性
 - 有滑稽、莊重、抒情、深沉
 - 由於生理的關係，**bass** 聲部比其他聲部要慢一些，要注意多看指揮
 - **Baritone**
 - 音色雄偉輝煌，結實而有威力
 - 分抒情、戲劇兩種

聲音發沙的原因

- 聲帶機能受到某種損害
- 先天機能不全
- 喉部常常發炎，因未經適當的治療與保養
病後聲帶即有固定的傷痕
- 平常患感冒引起
- 過渡的用嗓子所引起

嗓音保健的意義

- 世界上最名貴的東西
→ 人的聲帶

怎樣保護嗓子

引起嗓音嘶啞原因

□ 發聲方法不正確

A、呼吸方法不正確

B、聲帶運動調節失調

C、共鳴運動不良

□ 過度使用嗓子

□ A、急性創傷

□ B、慢性創傷

良好生活習慣

- ✓ 情感狀態。時差反應
- ✓ 根據身體狀況，個人愛好參加體育活動
- ✓ 飲食衛生要安排得當。
- ✓ 必須少用或戒除煙酒。
- ✓ 不要濫用藥物。
- ✓ 注意不要感冒或上呼吸道感染。
- ✓ 鼻部、口腔、勁部等手術必須慎重。
- ✓ 不可忽視婦女衛生的保健。

嗓音的急診

- 急性嘶啞
- 如治療不及時不得當
- 常導致慢性嘶啞而影響嗓音品質，甚至形成嚴重嗓音疾病。

嗓音急診喉病分類

- ①聲門下喉炎最多37%
- ②聲帶粘膜下出血16%
- ③急性聲帶小結14%
- ④感染性喉炎14%
- ⑤非染性喉炎
- ⑥單側聲帶炎

治療原則



- 聲帶休息
- 抗生素和激素結合治療
- 心理治療

Q & A



參考書目

- *合唱與指揮*，花城出版社，苗向陽編著
- *盡善盡美，合唱技巧縱橫*，宣道出版社，陳康著
- *聲樂入門*，中國社會出版社，張鹿樵著
- *青少年學通俗的唱法*，上海音樂出版社，楊玉蓉編著



Thank you!