

# On the Development and Teaching Application of Bel Canto Singing in Chinese Grassroots

—Take Childhood, Youth and Old Age as an Example

Zhongyang CHEN<sup>1</sup>, Xincheng WANG<sup>2</sup>

1 Kangwon National University, Chuncheon 24307, South Korea

2 Dankook National University, Yongin 16890, South Korea

## Abstract

**[Background]** Bel Canto singing, which is widely used in the world, originated from European religious music and was introduced into China after the May Fourth Movement, becoming a basic method to show the singing level. **[Purpose]** On the basis of analyzing and comparing the characteristics of various singing methods and Bel canto singing methods, the author integrates and learns from each other, and makes the local development of Bel canto singing methods. **[Methods]** Based on a large number of domestic literature studies on bel canto and vocal music teaching, as well as teaching development practices and survey statistics of music works at various ages, this study provides a basis for the research results. **[Results]** To realize the benign development and effective application of Bel canto singing, master the scientific bel canto technology, and deeply study its characteristics, skills and development. Pay attention to the sound concept, sound skills training and cultural cultivation in music education, pay attention to the Bel canto singing organically into vocal music teaching. **[Conclusion]** This paper studies the development and teaching of Bel canto singing in China's grassroots, analyzes the application of different age groups, and puts forward practical suggestions for grassroots teaching. This paper summarizes the scientific sound method of Bel canto singing, discusses the existing problems, and provides theoretical and practical reference for its further promotion in China, aiming at promoting the practical application of vocal music education.

## Keywords

Bel Canto Singing; Development; Localization; Teaching Application

Received: 15 Jun. 2024

Reviewed: 11 Aug. 2024

Accepted: 30 Sep. 2024

## Corresponding Author

Xincheng WANG  
ORCID: 0009-0003-0558-0489  
vip1727553838@163.com

DOI: 10.23112/jgas24093006

Editor: Jiayong YU

# 论美声唱法在中国基层的发展与教学运用

## ——以童年、青年、老年三代人为例

陈中洋<sup>1</sup>, 王新程<sup>2</sup>

1 江原大学, 春川 24307, 韩国

2 檀国大学, 龙仁 16890, 韩国

### 摘要

**【背景】**被世界广泛应用的美声唱法源于欧洲宗教音乐, 于五四运动后被引入我国, 成为展现歌唱水平的基本方法。**【目的】**在分析和比较各类唱法与美声唱法的特点基础上, 可以有机地融合并相互借鉴, 以情带声、声情并茂, 从而开拓出一条本土化发展的美声唱法之路。**【方法】**本研究通过国内大量的美声方向和声乐教学方向的文献研究, 以及在各个年龄段的教学发展实践和调查法统计音乐作品等, 为研究结果作出依据。**【结果】**实现美声唱法的良性发展和有效运用, 掌握科学的美声技术, 深入研究其特点、技巧和发展。关注音乐教育中的声音观念、声音技巧训练以及文化修养等方面, 注重将美声唱法有机地融入声乐教学。**【结论】**本文通过研究美声唱法在中国基层的发展与教学, 分析不同年龄段的应用情况, 提出了基层教学的实践建议。总结了美声唱法的科学发声方法, 探讨了现存问题, 并为其在中国的进一步推广提供了理论和实践的参考, 旨在推动声乐教育的实际应用。

### Keywords

美声唱法; 发展; 本土化; 教学运用

Received: 15 Jun. 2024

Reviewed: 11 Aug. 2024

Accepted: 30 Sep. 2024

### Corresponding Author

王新程

ORCID: 0009-0003-0558-0489

vip1727553838@163.com

DOI: 10.23112/jgas24093

006

Editor: Jiayong YU

## 1 美声唱法的概况

美声这一演唱方法于公元 17 世纪至 18 世纪产生，又称为“Bel Canto”（意大利语，意为“美好的歌唱”），最早是起源于古罗马帝国，13 世纪逐渐发展为单声部音乐，也促使欧洲音乐逐渐进入复调音乐时期。17 世纪，美声唱法从意大利兴起，并迅速在欧洲传播和发展。意大利美声唱法的音色优美圆润，富于变化；声区区分严格，重视音区的音色和谐统一，发声方法科学，穿透力强，音量可塑性也很大。这一唱法风格强调声音的美丽、技巧的精湛以及表达情感的深度。

### 1.1 美声唱法的起源

在古希腊时期（公元 13 世纪），单声部演唱是主流，歌唱呈现多种形式，包括吟唱、独唱和齐唱等。齐唱在众多演唱方式中最为普遍。古希腊的代表性单声部作品是《荷马史诗》，其演唱形式受到诗歌韵律的制约，无法完全自由演唱。《荷马史诗》的演唱方式为弹唱诗人在遨游的旅途之中进行演唱，成为声乐最开始的也具有表率性的一种呈现形式。

随着古罗马帝国的扩张，歌唱成为了宣扬教义的方式，用来统治大家的思想。古罗马继承并改革了希腊音乐传统，发展成实用、仪式和职业化的音乐形式。在公元三—一三年，赞美诗和圣歌逐渐取代了世俗音乐，成为古罗马主要的声乐表达方式。

中世纪（公元 476 年—公元 1450 年），音乐逐渐丰富，世俗音乐崛起，与宗教音乐并存。宗教音乐以“格里高利圣咏”为主，由古罗马教皇格里高利一世搜集和整理。格里高利圣咏追求严肃、庄严、简约的审美风格，强调终极彼岸精神，在演唱时要求歌唱者用气稳定、声音饱满，不能出现颤音或抖动。世俗音乐在法国、意大利、德国等地繁荣发展，普罗旺斯是法国世俗音乐的中心，歌曲以爱情为主题，演唱多为多声部，意大利则以抒情歌曲为主，包括牧歌、猎歌和巴拉塔。

文艺复兴时期（公元 1450 年—公元 1600 年），尼德兰乐派、罗马乐派和威尼斯乐派的兴起使歌曲的演唱形式更趋复杂，罗马乐派和威尼斯乐派推动了复调音乐的发展。

巴洛克时期（公元 1600 年—公元 1750 年），歌剧出现，包括由佩里和里努契尼创作的《达芙妮》和《尤丽狄茜》。威尼斯歌剧乐派创始人蒙特威尔第的《奥菲欧》引入了宣叙性的音乐。随着歌剧的剧情不断发展，以及歌剧剧情的深入，阉人歌手的嗓音已经无法应对复杂困难的唱段需求，这是女性歌唱者才正式登上歌剧的舞台，女高音、男高音此时都开始有机会演唱，同时歌剧中独唱的重要性逐渐上升，美声唱法随之产生。

在中国，美声唱法在五四运动后逐渐被接受，得益于一群思想进步、勇于创新的青年将其引入国门，开始了在我国迅速传播发展，不仅应用于声乐发展与通俗唱法中，还与中国传统的民歌相融合。开始了在我国迅速传播发张，在美声唱法的影响下，中国产生了很多的声乐艺术家，对中国声乐发展奠定了基础，对声乐的创新也起到了推动的作用。

### 1.2 美声唱法的特点

#### 1.2.1 呼吸稳定、发声科学

美声唱法非常注重正确的呼吸控制。歌唱者常常采用胸腹式联合呼吸，有效利用腹部横膈肌肉群，并通过稳定而均匀的呼气来产生强有力的声音。美声唱法是不同于“本嗓演唱”的出音方法，其中包括着较为完整的声音训练体系，以及真声训练、假声训练、真假声混声训练，换声区掩盖训练等等发声技能整体较为系统完整，我们常常看到歌剧演员一场歌剧可以连续演唱一两个小时声音都不会发生嘶哑，恰恰证明了美声唱法的发声是科学正确的。

#### 1.2.2 音域宽广、共鸣腔大

美声唱法通过调节演唱者的共鸣腔来实现声音的统一。通过平衡和协调所有共鸣

腔，美声唱法使得演唱者的声区能够达到一致，产生音色的一体感。当声区达到一致时，听众无法察觉到高音区、中音区和低音区之间的过渡，呈现出顺畅自然的声音效果。美声唱法以其独特的真假声混合和高度一致的音域表现出宽广而丰富的声音特点。美声唱法的共鸣也是其独特的声乐技巧之一，强调通过合理的共鸣调节来产生富有表现力和优美的声音，腔体共分为鼻咽腔共鸣（头腔共鸣）、口腔共鸣、喉腔共鸣以及胸腔共鸣，其中鼻腔共鸣在演唱高音时经常用到，口咽腔喉腔通常在中声区使用，胸腔共鸣在低音处使用占比较多，但在演唱中需要运用到全身共鸣合理调节各个声区的共鸣比例才能产生饱满有层次感的音质。

### 1.2.3 位置集中、穿透力强

美声唱法特别注重歌唱的位置，找到高位置的发声点才能合理的进入共鸣腔体，解决喉部的肌肉群乱发力，进而发出穿透力强有金属音色的声音，在交响音乐会之中我们常看到歌唱家在演出时是不用麦克风的，声音能够击穿非常大的交响乐团，及时不用麦克风也可以把声音穿透乐团到达每一个听众，并且好的歌唱家唱歌的穿透力可以让第一排的听众与最后一排的听众听到的音色与音量几乎相同，足以证明美声唱法的声音是非常具有穿透力的。

## 2 美声唱法的科学发声方法

### 2.1 美声唱法的正确审美树立

美声唱法的正确审美树立是一项复杂而深刻的任务，需要综合考虑声音的各个方面以及艺术的个体性，重点要注重声音的自然发声与技巧以及声音的美感与情感。

首先在声音的发声与技巧上要注意正确的审美树立，应该鼓励自然、健康、科学并稳定的声音发声。过度的用力或违反声乐生理学原则的唱法可能导致声音疲劳和损伤，通过不断学习要能准确的分辨出什么是正确的声音，什么是不科学的声音。还要求歌唱者具备高度的技巧性，包括对有难度

的音程、音阶、均匀高频率的颤音以及装饰音的应对能力，以及音准的准确，歌唱者还需要训练耳朵，确保在演唱过程中能够从一而终的保持正确的音准。但是技巧应该被视为实现艺术目标的一种手段，而并不是唯一的追求。技巧的运用应服务于音乐的表达和情感的传达同时还要注意呼吸与咬字，歌唱者需要学会深呼吸并有效地运用呼吸来支持声音，确保长音和高音的质量，在咬字方面也应该注重发音准确，使歌词清晰可辨。

其次需要注意声音的美感与情感，美声唱法强调声音的美感，包括圆润、清澈、温暖、饱满有金属感的音色。正确的审美树立应该注重培养歌唱者产生富有表现力和感染力的声音，而非简单的只追求高音技巧的炫耀。在情感方面要正确的审美树立也应该注重演唱者对歌曲情感的深刻理解和表达。演唱者应该能够通过声音情感的表达，真切地传达出歌曲的情感内涵。也应该具备发掘歌曲音乐性的能力，以及通过歌曲旋律及调式、节奏、感情的分析与听众建立情感共鸣的技能，充分的理解音乐，这包括对作曲家意图的理解、对歌曲结构和旋律的敏感度，以及对音乐语言的掌握，审美标准也应该强调歌唱的目的是通过音乐传达情感和引起听众的共鸣，好的舞台表现力也是检验情感的一个方式。

最后在培养正确的美声唱法审美时，专业的声乐老师和教育者的指导是至关重要的。他们能够根据学生的个体特点和发展需求因材施教，提供有针对性的教学，帮助学生建立健康、科学、美感且富有表现力的声音，正确认识和实践这些审美的要点有助于歌唱者在美声领域获得更大的进步。

### 2.2 美声唱法中发声方法的运用

#### 2.2.1 呼吸与气息

美声唱法中的呼吸和气息控制是非常关键的元素，对于产生美妙的声音和保持歌手的声乐健康至关重要。好的歌唱必须有气息的支持。呼吸方式大概分为3种，胸式呼吸和腹式呼吸以及胸腹式联合呼吸。胸式呼吸是气息都吸到胸口进行维持，在此基础上

胸部作为支点演唱，这种呼吸方式优点是气息进入迅速，缺点是吸气位置高入气量少，导致横膈肌以及下腹部无法参与工作与上方脱轨，在演唱过程中不止会导致气息不够用而且会导致咽喉部肌肉群紧张，音色也会受损。

腹式呼吸是把气息吸入较深的位置吸到肚脐附近，也就是所谓的丹田，用丹田来控制气息，这种方式比胸式呼吸要进步一些，优点是能够感受到横膈肌力量主动让其参与歌唱工作，但缺点是会造成吸气时腹部向外突出，导致呼吸僵硬、横膈肌也缺乏灵活性，气息太沉重不仅会导致歌唱不灵活，在演唱高音时得不到呼吸支持，也会导致喉部被动发力，高音通道受阻，所以也不建议使用，

胸腹式联合呼吸是演唱者在演唱时通过横膈膜和腹部协同控制气息的一种技巧。呼吸时，肋骨两侧扩张，横膈膜下降，同时腹部参与呼吸过程。肋骨两侧充当支点，负责支撑胸腔中的气息。这种呼吸方式能让声音流动性变强，声区统一更好控制。胸腹式联合呼吸法是目前声乐领域里最为公认科学的一种方式。

### 2.2.2 歌唱的位置

声带是我们的发声体，通过呼出的气息使得声带闭合振动而发出声音，美声唱法里所谓“正确”的发声，基本原理就是能在打开喉咙的同时闭合声带，理论虽然是清晰的，但在实践的过程之中还是有些困难的，因为人在闭合声带的同时喉咙就习惯性的发紧，而想打开喉咙的时候的我们本能的声带又不想闭合。所以在发声训练中歌唱的位置就尤为的关键，找到高位置的歌唱时，我们就能让喉部不参与发力，并且能够让气息推动声带良好的闭合，从而顺利的进入共鸣腔体。首先要明确头腔共鸣的具体区域，可以用高位置哼鸣来引导，并且在歌唱过程中，脖子以上的器官包括舌根、下巴、脖子上的肌肉群、嘴等等都需要主动去让他们松弛不能紧张，找到自然放松的状态，这样才能减少声带闭合以及喉头周围的压力。只有保持主自然松弛的状态，歌唱者可以逐步合

理运用共鸣，产生顺畅、松弛的声音。一旦确定了声音的区域，通过反复练习和长期的练唱，可以扩展声音的音量，实现声音的“高位置”。但在练习时不能因为过于追求明亮的音色而用蛮力去挤压喉头，以免增加声带的压力，只有找准方法坚持不懈的练习，才能熟练的运用好“高位置”歌唱。

### 2.2.3 歌唱的共鸣

共鸣腔体主要包括头腔（鼻咽腔）、口腔和胸腔，这三种区域在声乐中扮演关键角色。头腔区域是指声带震动后发出的声音，经过鼻咽、鼻、鼻窦和额窦等部位后所发出的共鸣，通常在高声区使用时占比较多。口腔区域也是指声带闭合震动后发出的声音，经过各个腔体后传至口咽部位后所发出的共鸣，通常在中声区使用占比较大。胸腔区域也是指声带闭合震动后的声音，传送到胸部所发出的共鸣，通常在低声区使用较多。科学合理的发声方式是头腔、口腔和胸腔要同时协调工作，根据音的高低来随时调整各个腔体的占比。不同的音高需要不同的腔体运用分量，而在发声过程中，这三者不能割裂使用。

### 2.2.4 歌唱松弛

歌唱中的松弛是指在演唱过程中保持身体的松弛状态，以促进自然而流畅的声音发声。松弛对于获得更好的音质和声音控制非常重要。首先最重要的是喉部肌肉以及面部肌肉要松弛自然，避免夸张的动作表情引起肌肉紧张从而影响声音音色的质感，其次颈部和肩部要松弛，不能紧张，保持颈部和肩膀的放松状态有助于避免声带张力，并促使更自然的声音发声。最后要注意整个身体的松弛，保持整体身体的松弛有助于良好的身体平衡，有助于支撑声音的产生。避免过度的肌肉紧张，特别是在演唱跨度较大的音程时过度紧张会影响声音的灵活性。

### 2.2.5 歌唱容易出现的误区

歌唱中存在一些常见的误区，可能会影响到声音的质量和歌唱者的发声健康。以下

通过笔者多年来的实践经验，总结出的一些歌唱中常见的误区：

**高音过度用力：**有一部分歌唱者在追求高音或强烈表达时，认为高音一定是要用力的，过度用力导致声带过度紧张，进而造成声带损伤，在演唱高声区时，反而声带和喉部肌肉要更加的放松，高音一定是在声带闭合的基础上用气息推上去的而非是用力喊出来的。

**姿势的错误：**有好多的歌唱者在初学阶段就没有养成良好的站立姿势，错误的身体姿势可能会影响到声音的产生和流畅性，甚至有的学生一直有唱歌时把手背后的习惯，突然让他改掉这个习惯后反而高音唱不上去了，正确的姿势应该是双脚微微分开保持身体平衡，双手自然下垂，保持直立对于演唱也非常重要。

**不注重嗓音护理：**有一部人声乐演唱者男性，经常有饮酒的习惯，甚至还感觉喝完酒声带闭合更好了，其实大错特错，喝完酒高声歌唱声带会充血，当天可能感觉声带闭合良好，第二天酒醒之后由于水分加速的流失，声带会十分干燥音色也会大打折扣，长期以往酒精还会刺激影响声带的敏感性，导致其闭合困难，所以声乐从业者还是要适量饮酒、健康饮酒，保持充足的水分，保证睡眠，是维护嗓音健康的重要因素。

**过度模仿：**有时歌唱人群会喜欢特定的歌唱家模仿其音色及音域，而忽略了自己本身的音色和音区特点，演唱高难度音符，不考虑自己的范围，不仅对歌唱方法有影响，严重的还会影响声带健康，所以要找到自己的声音，自己的风格，唱适合自己音乐的曲目有助于更好的展示自我。

### 3 美声唱法在中国的发展

#### 3.1 初创探索期

在二十世纪初，美声唱法开始在中国声乐领域经历创新与探索的阶段。当时，中国引进了西方音乐理念在学堂中促进音乐的发展。这个时期以“学堂乐歌”为代表，通

过学堂体系引入了西方音乐文化，为后来的美声唱法的发展奠定了基础

五四运动后，美声唱法正式引入中国，迅速生根并逐步发展，融入当时充满活力的“学堂乐歌”中，并通过学堂体系迅速传播。20世纪20年代，中国的音乐界迎来了重要的里程碑，蔡元培、萧友梅等在上海创办了国立音乐学院，成为中国近代第一所专业的音乐机构。1920年-1930年第一批前往欧洲学习美声唱法的歌唱家成为该学院的讲师，积极探索和创新声乐实践。通过授课和培养，推动了美声唱法在中国的发展。

20世纪初，美声唱法在中国声乐领域进入了创新与探索的时期。当时，中国通过引入西方音乐理念并在学堂中推动音乐发展，致力于对中国传统歌曲和唱法进行新颖的改革。这个时期以“学堂乐歌”为代表，通过学堂体系引入了西方音乐文化，为后来的美声唱法的发展奠定了基础。

从20世纪20年代到40年代，第一批学成归来的声乐艺术家如张权、应尚能、喻宜暄等在国立音乐学院培养了众多优秀的歌唱艺术家。在此期间，《白毛女》成为当时最具代表性的民族歌剧，此歌剧是中国第一部民族歌剧。这一时期，中国音乐分为几大流派，包括以黄友葵为代表的声乐学派、以喻宜暄为代表的美声唱法民族化派、以周小燕为代表的中西合璧派、以郎毓秀为代表的实践派等。在各派歌剧特点中，声乐学派主张因材施教，根据学生的特点进行演唱。黄友葵提出将美声唱法与民族唱法相结合，她强调美声唱法与民族唱法的融合对创新中国特色的美声唱法至关重要。喻宜暄将美声唱法运用到传统民族声乐中，而郎毓秀强调美声唱法的实践性，将其与中国传统的昆曲、京韵大鼓等民间艺术相结合，创造出具有浓厚美声唱法特色的中国艺术唱法。周小燕认为美声唱法是一种重要的歌曲表达工具，她将其与中国民族歌曲及唱法相结合，实现了中西唱法的融合。

### 3.2 发展进步期

一九四九年到一九七七年，是中国美声唱法迈入发展进步时期的阶段。中华人民共和国的成立标志着中国以崭新的姿态出现在世界东方，这也导致音乐文化发生了深刻的变革。在这个时期，大量归国的音乐家将西方的演唱技巧引入中国，促进了国内外音乐文化元素的交流与融合。例如，周小燕等归国的歌唱家将西方美声唱法的专业技巧引入国门，将其融入中国的音乐作品中，真正推动了美声唱法在中国的发展，并形成了具有中国特色的美声唱法。

20世纪50年代末，全国声乐教学会议正式确立了将西方美声唱法民族化的方向，主张中西合璧，土洋结合，学以致用，以使美声唱法的技巧得到中国化，创立真正适合中国的美声唱法。这一时期，为了培养更多优秀的艺术人才，中国积极兴办专业化的音乐学院，音乐工作者数量不断增加。声乐教育得到了快速的发展，沈湘和张权成为最具代表性的音乐传播者之一。沈湘被誉为“中国的卡鲁索”，她在中国戏剧中成功将美声唱法与中国戏剧相融合，创立了新的声乐歌唱法。同时，张权提出了西洋唱法民族化的理念，将民族音乐元素和音乐特色融入西方美声，不仅拓宽了音域，提升了音色，还吸收了声乐的“字正腔圆”、“声情并茂”的独特特点，开创了美声唱法民族化的新道路。这一系列举措使得中国的声乐教育在短时间内取得了显著的发展成果。

### 3.3 全面繁荣期

一九七七年，中国恢复了高考制度，音乐院校数量随之增加，报考人数逐年激增，高等艺术院校以及综合大学的音乐系、艺术系也得到不断壮大。美声唱法仍然是声乐学习的重要基础理论，并广泛应用于中国戏曲和传统歌曲。在此期间，涌现出了一大批杰出的声乐艺术家，包括郭兰英、郭淑珍、刘秉义、杨洪基、蒋大为等。这个时期的美声唱法在中国声乐领域展现出多样性的创造力，成功实现了与地方演唱技术的融合。

在歌曲内容的创作上，也涌现出许多优秀的作品。这一时期，美声唱法在中国声乐及唱法中的应用进入了全面繁荣阶段，为中国声乐领域注入了新的活力。

## 4 美声唱法在童年期的发展与运用

童年期是音乐教育的重要阶段，而美声唱法在童年期的发展和运用有助于培养孩子的音乐兴趣、声乐技能以及表达能力。声乐教学是儿童最容易接受和积极参与的音乐教学方式，同时也是训练学生音乐能力的有效途径。对此，本人本科阶段就开始兼职儿童声乐教学在儿童声乐教学中不断摸索、反复尝试，总结出一些行之有效的方法，以期能达到声乐教学的最佳效果，发挥声乐教学的最大价值。

在儿童声乐教学时可以安装美声的科学唱法去教学，让学生按照科学的发声方法发出自己最好的音色，但是要注意方式方法，大致分为以下几个阶段。

### 4.1 培养兴趣、建立感情

培养儿童声乐学习者的兴趣和建立感情是教学中至关重要的一环。有一部分同学对音乐毫无概念，是在监护人的要求下被送来学习的。因此，对这些学生，首要任务是激发他们的兴趣，为后续的教学奠定基础。另一类学生自身对音乐有浓厚兴趣，但因胆小而不敢独自与老师相处。若此时未能与同学建立良好的情感联系，可能导致学生放弃声乐学习。为此，在教学中必须营造轻松而愉快的氛围，通过笑声、问候和积极的表情，让孩子们感受到学习的乐趣。

在第一堂课中，通过音乐游戏引起孩子们的兴趣是一种有效的方式。我常采用一种屡试不爽的方法：让孩子们将手放在我的肚皮上，感受我的气息。当我发声进行气息冲击并练习发“A”母音时，横膈肌会随之扩张，令孩子们感到神奇和惊讶。这一互动既能激发学生的学习兴趣，也有助于加深师生之间的感情。在我的教学实践中，通过这种

方式，学生从紧张到露出微笑放松的表情，成功率几乎达到 95%。

在此之后的教学过程中，了解每个学生的兴趣和个性，尽量根据他们的特点进行个性化的教学。有些学生可能更喜欢流行音乐，而另一些可能更偏好古典音乐。同时，设立奖励制度，鼓励学生在课堂中积极表现。最后，用心倾听学生的想法、感受和反馈，有助于建立良好的师生沟通关系，使学生感到被重视。

通过以上方法，你可以在儿童声乐学习的第一节课中培养学生的兴趣，建立起良好的师生感情，为后续的学习奠定坚实的基础。

## 4.2 科学发声、嗓音保健

声带变化期俗称（变声）是每一个孩子身体发育的必经之路，在这个阶段，嗓音的保护将直接影响其今后音色质量。在儿童声乐学习中，科学的发声和良好的嗓音保健至关重要，尤其需要美声教师在这个阶段给予足够的关注。

科学的发声中，首要任务是确保学生理解正确的呼吸。儿童声乐教学可以采用美声唱法中的胸腹式联合呼吸，同时在发声位置和腔体训练上，可以运用美声唱法的科学发声法进行教学。在发声过程中，需要避免学生过度发力，而是引导学生让声音自然放松，保持肌肉的柔软度。同时，由于孩子们的音色各异，教师需要具备优秀的听觉，以有效保护学生的声带，确保他们能够发出科学而健康的声音。

在嗓音保健方面，必须注意适度练习，避免长时间过度练习，以免导致声带疲劳和损伤。鼓励儿童保持充足的水分摄取，确保身体水分足够，有助于保持声带的润滑。同时，强调儿童不应该过度用力发声，特别是在高音或强调的部分。教导他们正确的发声技巧，使他们明白高音是通过有气息的推动而非强行喊出来的。

如果出现嗓子沙哑或长时间的不适，应及时请专业的声乐老师或医生进行嗓音检查，确保声带的健康状况。通过科学的发声

训练和嗓音保健措施，儿童可以更好地享受声乐学习的过程，同时保护他们的声带免受潜在的损伤。这对于塑造儿童健康的声音和音乐发展具有长远的积极影响。

## 4.3 树立审美、建立自信

良好的审美能力可以使学生在歌唱过程中少走弯路，更迅速地在演唱技术方面取得显著进展，学生技术上有突破之后，也会对歌唱自信有帮助。因此，在儿童声乐教学中，树立审美意识和建立自信心显得尤为重要。

为了培养学生的审美意识，首先应引导他们聆听不同风格和时期的音乐，鼓励多听同年龄段优秀的儿童歌手的作品。通过这样的活动，学生可以感受到健康音色的魅力，同时体验歌唱的情感表达。此外，可以定期组织学生观看儿童音乐剧，培养他们对音乐的欣赏能力，拓宽审美领域。鼓励学生通过音乐表达个人情感和想法，促使他们形成独特的音乐风格。

在教学过程中，要给予学生积极的反馈和鼓励，使他们感受到自身的价值和成就。通过对学生的努力和进步的认可，有助于建立学生的自信心。定期组织小型演出或表演会，为学生提供展示才华的平台，进一步增强他们的自信心。

通过注重审美意识的培养和自信心的建立，儿童在声乐学习中将更好地享受音乐的学习过程，并在艺术表达和自信心方面得到全面发展。

## 4.4 注意音准、注意节奏

音准和节奏在整个童年声乐教学中也是很重的一部分，他会直接影响孩子的声乐演唱质量。因此，加强音准和节奏的训练成为儿童声乐教学的重要目标。

影响儿童音准和节奏的原因可能包括缺乏音乐感知能力、声乐技巧运用不当、身心素质尚未完全形成等多方面因素。因此，在我的教学中，我经常专门安排时间进行耳朵训练，以帮助学校校准音准并强化声乐

技术。不当的声乐技巧，例如嗓子肌肉群用力过猛可能导致音高偏低，唱到钢琴缝里；用气过猛则可能导致音准偏高。因此，对声乐技巧的运用也需要给予重视。

此外，由于儿童的身体还在发育之中，音域也是随着年龄的增长声带机能的成长而慢慢扩展音域的。所以如果演唱过大超出孩子年龄的曲目是时，就会因为音乐过高，技术过难而出现音不准的问题。当然还有，如果不经常上台，猛一下上台时肯定会非常紧张，也会缺乏自信，这个情况出现也会导致音准偏移，无法控制。

为了解决这些问题，需要加强内心的建设，让孩子拥有好的积极的心态和健康的心理状态。鼓励学生多参与舞台表演，锻炼胆量，同时注重孩子的心理建设，通过积极的鼓励和表扬，让儿童充满自信地进行演唱，从而提高儿童的心理素质，让他们充满自信心，并在演唱中发挥出最佳水平。

## 5 美声唱法在青年期的发展与运用

说到美声唱法在青年期的发展，我们就不得不提到艺考群体，伴随着我国经济的快速发展和人民生活水平的逐渐提升，我国对艺术类的人才的需求也在慢慢增加，艺术水准也逐渐提升。在此社会背景之下，艺术高考的学生逐年在增加，艺术行业及相关产业蓬勃发展。近年来，艺考热居高不下，音乐艺考更是艺考中极其重要的一部分，声乐专业考生成为艺考的主力军，声乐教学实践的普及和深入的同时也出现鱼龙混杂、参差不齐的情况，基于此对艺术类考生声乐教学的实践理论的研究显得尤为重要。怎样取得好成绩，达到预期效果，是每个教师、家长、学生关心和追求的目标，本人在吉林省长春市担任艺考学校教务老师1年，艺考培训声乐老师3年，艺考教学学校长3年，我想联系这些年我自身作为艺考生的成长经历以及带学生参加声乐艺考的实际经历，从一个声乐教师的角度来阐述美声唱法在青年同学中的发展与教学运用经验，来助力学生声乐艺考。

谈到美声唱法在青年期的发展，我们必须关注艺考群体。随着我国经济的迅猛发展和人民生活水平的提高，社会对艺术专业人才的需求逐年增加，相应地，艺术水平也有了显著提升。在这一社会背景下，艺术高考学生数量逐年增加，艺术行业及相关产业蓬勃发展。

近年来，艺考热潮难以消减，音乐艺考更是其中极为重要的一环。声乐专业考生成为艺考的主力军，然而声乐教学实践却出现了鱼龙混杂、参差不齐的状况。在这种情况下，对艺术类考生声乐教学实践理论的深入研究显得尤为重要。

取得优异成绩、达到预期效果是每位教师、家长和学生都关心和追求的目标。我在吉林省长春市有一年的艺考学校教务老师经验，三年的艺考培训声乐老师经验，以及三年的艺考教学学校长经验。通过这些年亲身参与艺考生培养的经历，我深知作为艺考生的成长过程，也在实际的声乐艺考教学中积累了丰富的经验。

从一个声乐教师的角度出发，我愿意分享我的成长经历和带领学生参加声乐艺考的实际心得。通过这样的分享，希望能够为学生声乐艺考提供有效的支持和指导。

### 5.1 做好基础训练、掌握科学发声

在艺考教学中，很多学生以迅速备考大学为目的，其中大多数零基础，因此首要任务是澄清他们的审美观念，建立正确的声音理念。制定系统的训练计划，确保学生掌握正确的歌唱呼吸方式、歌唱位置、歌唱腔体运用等方面的技能。在艺考阶段，我认为最关键的一点是使学生能够正确运用气息，特别是在声带闭合时搭上横膈肌的气息。这一基础技能对于学生的歌唱能力至关重要，如果学生无法正确使用气息，后续的教学工作将变得极为困难。

目前，许多大学招生评委都理解在青年阶段达到歌唱家级别音色的学生相对较少。因此，大多数评委会首先关注学生的共鸣腔体和声乐条件，其次才会考察歌唱技巧和表演状态。因此，通过正确运用气息，学生更

容易产生更为强烈的共鸣,对于艺考考试和大学招生都具有非常大的助益。

## 5.2 注意综合素质、加强音乐理论

现在各个省份的声乐艺考考试中,几乎都有小三门的考试(乐理、视唱、听音),有的各别省份甚至小三门占比还比较大,我当时在教学的过程当中就遇到过很多声音条件非常优秀的同学,本可以上音乐学院的,最后都差在了小三门的分数上,所以对于这个阶段的学生还要加强小三门的理论学习,要提升综合素质并加强音乐理论,注重音乐理论的系统学习,包括音符、音阶、调性、和弦等基础知识。深入了解音乐的结构和规律,也有助于学生更好地理解和演绎音乐作品。在乐理教学方面,只要循规蹈矩把李重光的理论课程修完一般问题不大,但在视唱和听音部分一定要多加练习,可以进行分组训练,我在教学过程当中总遇到说听不出音程的学生,要帮助这些学生树立音程概念,在此基础上要抽出大量的时间进行视唱练耳,视唱练耳有的学生程度强,有的学生程度弱,对于程度弱的同学一定要勤加练习,没有捷径可走。

在当前各省份的声乐艺术考试中,几乎都包含了小三门的考试,即乐理、视唱和听音。有的省份甚至较大程度上侧重考核小三门,我在教学中经常遇到声音条件非常优秀的学生,本应有望进入音乐学院,却因在小三门的分数上稍有不足而无缘入选。因此,对于这个阶段的学生,有必要加强对小三门的理论学习,提升综合素质并深化音乐理论的掌握。

在音乐理论方面,学生应注重系统学习,包括音符、音阶、调性、和弦等基础知识。深入了解音乐的结构和规律有助于学生更好地理解和演绎音乐作品。在乐理教学中,完成李重光的理论课程一般不会遇到大问题,但在视唱和听音方面一定要多加练习。

特别是在视唱和听音部分,学生需要进行充分的练习,可以考虑分组训练。我在教学中时常遇到学生反馈无法听出音程,因此

需要帮助这些学生树立正确的音程概念。在此基础上,需要投入大量时间进行视唱和练耳的训练。由于学生的水平参差不齐,对于听音能力相对较弱的学生,务必要勤加练习,因为在这方面没有捷径可走。通过系统而有针对性的练习,学生能够提高小三门的应试水平,增加综合成绩。

## 5.3 了解学生能力、制定合适曲目

在选取方面要选择学生歌唱能力擅于驾驭的歌曲,能够扬长避短曲目做为考试曲目,来助力学生发挥出自己的实际演唱能力。在教学中后期阶段,学生的演唱技巧几乎成型,在这个阶段对学生进行全面的个体评估。包括音域、音色、音乐理论基础等方面的考察,以全面了解学生的声乐水平和潜力。要考虑学生的音域及音色。根据学生的音域和音色特点,选择合适的曲目。根据我个人的教学经验以及调研了河北省某大型艺考培训机构总结了一些得分较高的声乐作品如下。

《鞭打我吧》《游移的月亮》《两地曲》  
《恒河上升起太阳》《你已赢得了诉讼》《幽兰操》  
《请你到窗前来吧》《像天使一样美丽》  
《满江红》《江河万古流》《诺言》《年轻姑娘应该懂得》  
《长相知》《如梦令》《越人歌》  
《杨白劳》《他抬头望你》《七月的草原》  
《我要报仇》《你是假装进入梦乡》  
《恒山月》《日月之恋》《你们可知道》  
《被禁止的音乐》《我心里不再感到青春火焰燃烧》  
《古老的歌》《跳蚤之歌》《睁开你们的双眼》  
《侯爵请听》《春风圆舞曲》《军营飞来一只百灵鸟》  
《我心为你骄傲》《跟你走》  
《浪淘沙·北戴河》《你就会看到》  
《伟大的灵魂,高贵的心》《多么不幸,我竟会轻信》  
《我又来到久别的村庄》《彩云赋》  
《梧桐树》《蝶恋花·阅尽天涯离别苦》  
《破旧的外套》《折磨》《我心爱的意中人》  
《黄河梦》《把一切献给党》等等。

## 5.4 加强舞台表演、提供展现平台

除了培养学生的声乐技能外，同样重要的是为他们创造更多展示的机会。这包括模拟考试、小型音乐会、声乐比赛、家长汇报演出等多种形式。这样的丰富经验使得学生能够经常登上舞台，从而在考试中不再感到紧张，更能够顺利应对各种考试环境。通过频繁的舞台经验，学生不仅能够提高自己的演出自信心，还能够更好地适应舞台的氛围和压力。在这个过程中，他们可以逐步完善自己的表演技巧，包括肢体动作、面部表情等，使得在考试时能够呈现出更为出色的表演能力。这些综合性的努力不仅能够提高在考试中的表现水平，还为他们未来的声乐生涯打下坚实的基础。通过多样的展示平台，学生能够更全面、深入地发展自己的声乐才华，同时在表演中展现出独特的个性和魅力，为艺术考试增添一份独特的亮点，进而也会提高分数。

### 5.5 定期名师授课、做好职业规划

在声乐艺考准备过程中，定期接受名师授课和精心规划职业发展是至关重要的一环。接受名师的专业声乐指导是提升声乐水平的关键步骤，名师能够帮助学生纠正唱法问题、提高声音技巧，并引导他们更深入地理解和演绎歌曲。定期的个别授课不仅确保了学生在艺考前有足够的时间进行系统性技能提升，同时也为他们打下坚实的艺术基础。

除此之外，聘请专业的职业规划教师协助学生制定合理的职业规划是同样重要的一项工作。这涉及到选择适合个人发展方向的曲目类型、风格、音域等方面。例如，对于专业水平较高的学生，可能应考虑向音乐学院进修音乐表演，未来朝着歌剧院、文工团等方向发展；而那些专业能力一般但综合能力较强的学生，可以考虑报考综合性大学或师范大学，未来发展向教育领域；对于专业能力一般的学生，可以着眼于学前教学方向，为基层声乐教学就业创造条件。此外，名师还能够分享行业内的经验和建议，引导学生更全面地认识音乐产业，了解未来职业发展的多样路径。

通过这样的综合培养和规划，学生不仅能够能够在声乐技艺上取得长足进步，更够明确自己的职业方向，为未来的音乐生涯奠定坚实基础。

### 5.6 加强学校管理、教学权利下放

在声乐艺考准备中，加强学校管理以及下放教学权利被认为是提高教育质量和培养学生综合素养的关键措施。为了实现这一目标，首先需要建立科学的管理体制，明确各部门的职责和权责边界。在管理层中，负责管理的教师应保持与学生适当的距离感，督促学生学习，确保同学们能够遵守学校制度，从而提高教学效率。

此外，教学权利也应下放到各个老师手中，鼓励教师更灵活地组织课程，创新教学方法，以更好地满足学生的个性化需求。这有助于提高教学的灵活性和多样性。我曾经担任教学校长时采用的一种激励方式是，为每位老师设立规定，根据其管理的学生考取的分数的给予相应的工资奖励。这一方法激发了教师们更大的责任感，也是值得借鉴的经验。

通过这些手段，可以使声乐专业更好地适应艺考环境，提高学校整体的声乐教育水平，从而培养更具实际能力的艺术人才。这些措施将有助于创造更有活力、更富有创新力的学术环境，使学生在艺术领域取得更为出色的成绩。

## 6 美声唱法在老年期的发展与运用

随着中国进入老龄化社会，老人的精神文化生活也随之而来，美声唱法在老年人群中的发展具有积极的影响，可以促进声音的健康、提高生活质量，同时对心理和社交层面也有益处，其实无论什么样的学习都是为了让老年人有一个积极的心态。本人在社区老年大学工作多年也积累了一些经验，与大家分享。

在老年大学中，声乐课程具有悠久的历史，是广受老年学员欢迎的艺术学科之一。为了成功推进老年美声教学，我们需要深入

了解中老年学员的身心特点，因材施教，以提高他们的声乐演唱水平。为了更好地满足中老年学员的需求，我们需要合理安排声乐课堂教学，以下是各个教学过程中的一些关键注意事项。

首先，在课程开始时，应当分配少量时间进行歌唱前的热身运动，这有助于为学员准备好身体和声音。由于初次接触中老年学员时可能存在陌生感和距离感，可以通过手指操、原地踏步以及一些运动小游戏来促进互动和交流。这些热身活动不仅能够缓解互相不熟悉的感觉，还能迅速拉近师生之间的距离。考虑到学员普遍年纪较大，这些热身运动有助于快速唤醒声带、横膈肌等肌肉，同时对中老年学员的大脑记忆也有积极影响。

通过手指操、健身操等等巧妙设计的热身运动，我们可以在课堂一开始就创造积极、融洽的氛围，为后续的声乐教学奠定良好基础。在此基础上，我们可以更有针对性地进行声乐技巧的训练，使中老年学员更好地体验和享受美声音乐带来的乐趣。

其次，课程的重点应放在科学的基础发声训练、歌曲处理以及心理训练上。我们需要为中老年学员提供系统的声乐基础知识和技能培训，以帮助他们更好地掌握发声技巧并理解歌曲的表达方式。在教学中，心理训练也是一个不可忽视的关键环节。它旨在帮助学员在表演中更好地表达情感。

在进行呼吸练习时，我们必须充分考虑到老年学员的身体状况，避免过度练习导致缺氧的情况发生。在发声训练过程中，针对老年人声带老化的实际情况，我们应更加注重闭合训练，根据个体差异因材施教。这样的定制化训练不仅有助于老年学员克服声带老化带来的挑战，还能够更有效地提升他们的声乐技能。

通过关注这些关键训练要点，我们能够确保中老年学员在声乐课程中受益匪浅，更好地应对声乐技巧的学习和表达情感的挑战。

最后，我们应选择适合老年学员演唱的声乐作品，以树立他们学习声乐的信心。为了更好地满足学员的不同水平，我们可以进

行分班练习，确保程度较低和程度较高的学员能够在相应难度的作品中进行练习。在我引用的自己文献里有我个人总结的，专门针对中老年学员初级、中级和高级水平的不同作品分类。

## 7 结语

通过对美声唱法在中国基层的发展与教学运用进行深入研究，本文旨在全面了解美声唱法的历史、特点以及在不同年龄段的实际应用情况。在研究过程中，我们回顾了美声唱法的起源与发展，详细探讨了其科学发声方法，特别是在中国基层的实际应用情况。

在论文的摘要中，我们明确了研究的目的和意义，探讨了美声唱法研究的动态及存在的问题，我们努力在研究中总结出新的经验，为未来的深入研究提供了思路。

在对美声唱法的概况和科学发声方法进行剖析后，我们转向研究美声唱法在中国不同年龄段的发展与运用。通过以童年、青年、老年三代人为例，我们深入分析了在不同年龄段的特点与挑战，为基层教学提供了具体的实践建议。

综合来看，本文对美声唱法的基层发展与教学运用进行了系统研究，为理论与实践的结合提供了可行性方案。通过深入挖掘美声唱法的内涵，以及在不同年龄层次的灵活应用，我们期望本研究对美声唱法在中国基层的进一步推广与发展能够提供有益的参考，为声乐教育领域的实际应用贡献新的思路与方法。

## 参考文献

- Li, Y. (2022). Exploration on vocal music teaching and voice health of children during voice change period. *The Road to Success*.  
Doi:CNKI:SUN:CCZL.0.2022-31-031.

- 李杨.(2022).变声期儿童声乐教学及嗓音保健刍探.成才之路  
doi:CNKI:SUN:CCZL.0.2022-31-031.
- Gao, J. (2021). Intonation and Rhythm Training in children's vocal music teaching. *Grand View of Art*
- 高洁.(2021).儿童声乐教学中音准和节奏的训练.艺术大观.
- Zhang, D. (2023). Innovation and Research of vocal music teaching for Preschool education majors. *Public Literature and Art* (02).
- 张丹.(2023).学前教育专业声乐教学创新与研究.大众文艺.
- Zhu, L., & Yang, Y. (2019). The future trend of Chinese vocal music art from the perspective of the integration of Bel Canto singing and national singing. *Journal of Xinghai Conservatory of Music*.
- 朱琳、杨岩.(2019).从美声唱法与民族唱法的共融性看中国声乐艺术的未来走向.星海音乐学院学报.
- Chen, Z. Y. (2021). Vocal Music Teaching Methods for middle-aged and elderly people -- A case study of Community University for the Elderly in Jilin Province. *China National Expo*.
- 陈中洋.(2021).针对中老年人的声乐教学方法——以吉林省社区老年大学为例.中国民族博览.
- Zheng, Q. F. (2011). On the development and application of Bel Canto singing in China. *Journal of Changchun Institute of Education*.
- 郑秋芳.(2011).论美声唱法在中国的发展及应用.长春教育学院学报.
- Chen, Z. Y. (2021). The application of Bel Canto singing in singing national songs -- A case study of grassland song "Moni Mountain". *China National Expo*.
- 陈中洋.(2021).美声唱法在演唱民族歌曲中的运用——以草原歌曲《莫尼山》为例.中国民族博览.
- Li, T. S. (1981). The problem of inheriting and developing tradition from Guo Lanying's singing. *Music of China*.
- 李同生.(1981).从郭兰英的演唱看继承与发展传统问题.中国音乐.
- Liu, J. L. (2017). Exploration on the realization path of the nationalization of Bel Canto singing in the new period. *Yellow River*. Doi: 10.19340 / j.carol carroll nki HHZS. 2017.03.048.
- 刘佳蕾.(2017).新时期美声唱法民族化的实现路径探索.黄河之声 doi:10.19340/j.cnki.hhzs.2017.03.048.
- Dong, J. (2020). The development and application of Bel Canto singing in China. *Art Appreciation*.
- 董剑.(2020).美声唱法在中国的发展与运用.艺术品鉴.
- Ma, X. B. (2017). Analysis on the origin, development and dissemination of Bel Canto singing before the 19th century. *Yellow River*. The doi: 10.19340 / j.carol carroll nki HHZS. 2017.05.045.
- 马晓波.(2017).浅析十九世纪前美声唱法的起源、发展及其传播历程.黄河之声.doi:10.19340/j.cnki.hhzs.2017.05.045.
- Cai, X. B. (2015). The cultivation of aesthetic consciousness in Bel Canto teaching. *Voice of the Yellow River*
- 蔡雪波.(2015).美声唱法教学中审美意识的培养.黄河之声
- Gao, A. (2022). Techniques and emotional expression of Bel canto singing in vocal songs. *Theatre House*.
- 高傲.(2022).声乐歌曲中美声演唱的技巧与情感表达.戏剧之家.
- Lin, L. J. (2016). Internationalization of Bel Canto singing in China -- Vocal Singing of the 10th Chinese Music Golden Bell Award Performance Award. *Contemporary Music*.
- 蔺丽君.(2016).民族唱法国际化美声唱法中国化——第十届中国音乐金钟奖表演奖声乐演唱观摩有感.当代音乐.

#### 免责声明

所有出版物中包含的声明、观点和数据仅代表个人作者和贡献者，而非JGAS和/或编辑。JGAS和/或编辑对因内容中提及的任何想法、方法、说明或产品而造成的任何人身伤害或财产损失不承担任何责任。