



第四节

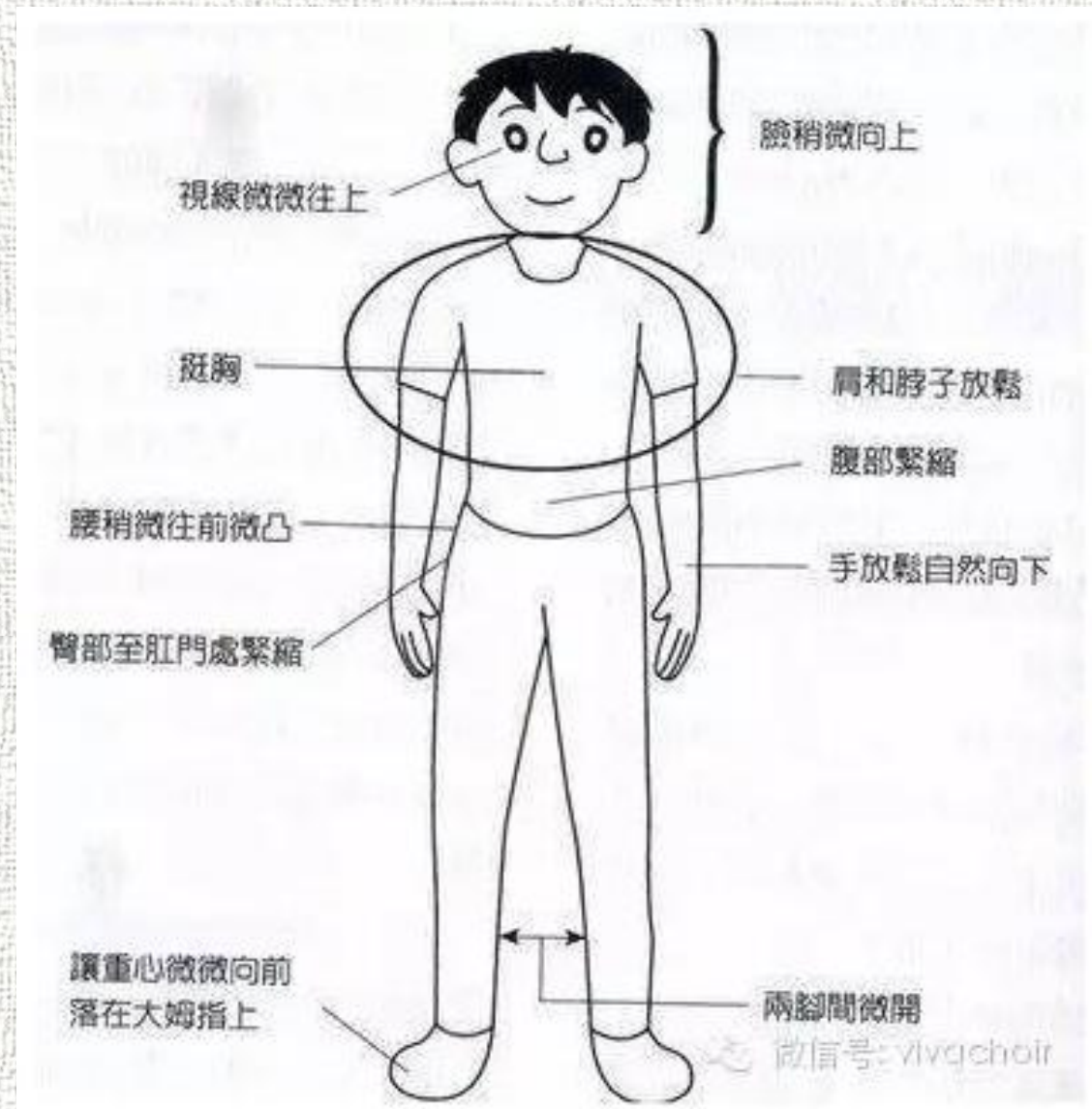
基层小学课外活动教学实践-合唱





正确演唱姿势

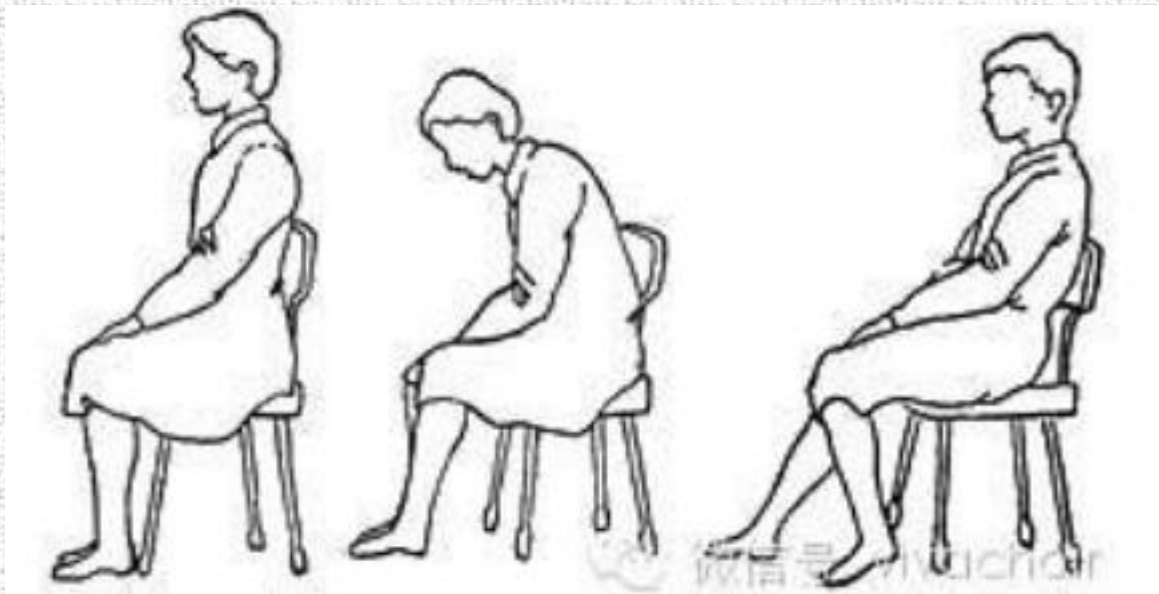




正确歌唱姿势的训练。人体自然直立，上身放松，下半身稳而不僵硬，使整个身心处于精神饱满、生机勃勃的状态，两脚如肩宽，成丁字型分开站。支撑点可放在前脚或后脚上，以便歌唱时保持重心。腰部直立，使胸部挺起，同时微收

小腹，两肩平放而略向后舒展，手臂自然下垂。头眼平视，颈部放松。下巴自然下垂而微向后收，切不可向前突出。脸部肌肉放松，表情自然大方。切忌皱眉、噘嘴、歪头等。演唱时根据歌曲的内在情感加入少许动作，但动作要简练自然，避免矫揉捏造，以免影响舞台形象。

坐着唱时，注意不要坐满整个凳面，约坐三分之一的面积。背不要靠在椅子上，腰部稍挺，感觉下背拉直伸长，从头、颈、背到腰，有垂直感。头部、脸部要求基本与前面所讲的相同。





歌唱的呼吸



歌唱中的呼吸与日常生活中的呼吸既相同又不相同。就其本质和生理学基础来说，两者完全一样，但在运用上却有很大区别。平常的呼吸纯为自然的动作，是下意识的运动，说闲话时的呼吸也是随意和自由的。而歌唱时的呼吸则不同，它必须根据歌唱发声和艺术表现的

唱歌的人应能保持自己所有的气息，将气度、长度、强度，帮呼吸应随音的高、低、强、弱的变化而变化。此外，唱一首歌曲时，歌唱者只能在乐句间或休止时换气、吸气，也就是说呼吸应按照音的长短和分句进行调节，必须服从情绪变化的要求。总之，歌唱呼吸

作为一种艺术手段，有它自身特有的一套规律，它是高度技术性的、后天训练的结果。



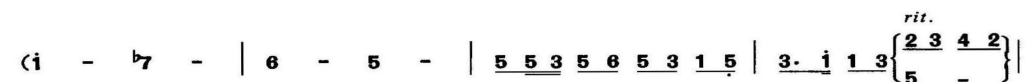
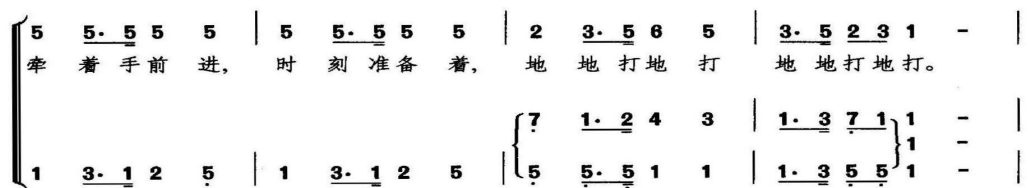
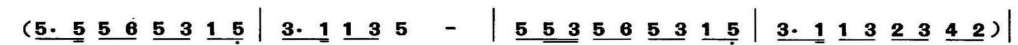
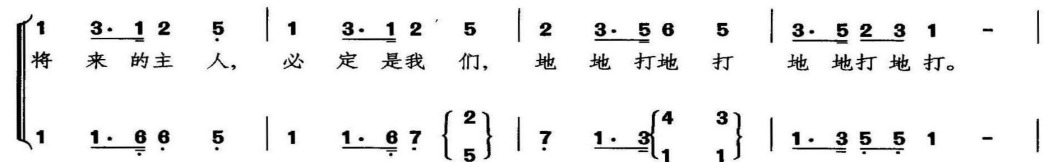
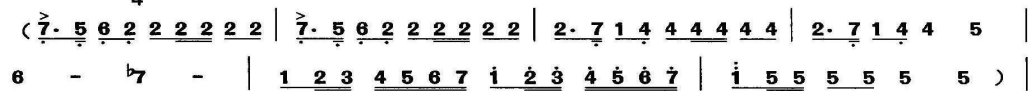
发“wo”



共产儿童团歌

革命历史歌曲
张肖虎编合唱

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



放宽

