詩班合唱基本功

第一章　儿童诗班
第二章　青少年诗班
第三章　青年、成年诗班



叶　志　明　著

愿将此书呈献给主

那带领、保护、引导、供应我 87 年的主。

也愿将此书呈献给

那陪伴我 55 年，同甘共苦，我在病床上

细心照顾我的爱妻

叶 柳 素 华

目　录

前　言……1

第一章　儿童诗班基本功 ……2

第二章　青少年诗班训练法……12

第三章　青年、成人诗班训练法……20

视谱测试一……23

视谱测试二……24

视谱测试三……25

视谱测试四……26

视谱测试五……27

齐唱诗歌（一）：主是葡萄树 ……28

齐唱诗歌（二）：哦，主我敬拜你 ……30

齐唱诗歌（三）：箴言歌 ……34

各级诗班声音音域表 A……37

第四章　节　　奏……38

节奏练习（一）……39

节奏练习（二）……40

节奏测试……41

节奏练习（三）……42

节奏练习（四）……43

节奏练习（五）……44

节奏练习（六）：木板合奏 ……45

节奏练习（七）：声音、木板合奏 ……46

节奏练习（八）：二声部木板合奏……47

各级诗班声音音域表 B……49

前言

本人著此小册子目的是为指挥们利用工作坊的方式（workshop），针对他所负责的儿童、青少年、青年或成人诗班加以基本功基础的训练，本教材非常适合他们。

“基本功”简称“基功”，含义甚广泛，可说是每种专科、职业、学问都必需先要有的基功，有了基功才能进一步进入科目进深研究、培植科目中所包含的各种方法与技巧。

本书第一章定名为“儿童诗班基功”，以后继续请专家写专门科目的基功。基功也可以说是基础，我们都知道建造一间房屋，首先是打基础、立四柱，坚固了才能盖顶装修内部。要有坚固地基，土木工程师必须首先学习建筑基功。我曾经观察过建造 30 层大厦的实地情况，第一步是在地上挖一个又大又深的坑，这是清除地质不够好的一层，直到发现土地坚实才开始下地基，并确定地基所用的水泥钢骨粗细及地基的深度。这理念告诉我们：每种专科、职业的基功，都要先将以前的坏习惯除掉，除个干净，然后才能开始基功的培植。

基功一书将诗班合唱全面提出，虽以儿童诗班训练开始，但方法同样可以用在青少年、青年、成人诗班上，方法大同小异。在教会中以灵命、发声、视谱、听觉、节奏等训练为主，这五项内容各级诗班的“工作坊”都要加紧注意训练，“节奏”俗称为 KOK KOK KOK，从儿童诗班就要开始训练了，一般到青年、成人诗班都会打拍子了。

我在写此书之前曾与香港基督文艺出版社主任蒋慧民教授讨论过，之后才决定写此书的，同时宋占午、庄孟极两位在制作歌谱编辑方面给予协助，还有陈华明为本书设计封面，特向他们道谢！愿读者在神带领下完成你们神圣事奉，祈祷此书成为多人的祝福，阿们！

叶志明于珀斯

2013 年 10 月 13 日

第一章 儿童诗班基功

一名合格的儿童诗班指挥应该在儿童事工上有负担，有一颗喜爱和关爱儿童的心，同时得到教会当局支持，愿意在教会里组织成立儿童诗班，这也是为教会栽培下一代的圣乐人才需要。所以，我出这本书先从儿童诗班的基功开始，依次序分为下列项目：

1、灵命，2、发声 3、视唱，4、听觉，5、节奏。

指挥本身的音乐修养要不断追求提升，自己的灵性要在神面前承诺：立志要忠心、努力、不折不挠、有始有终地做下去。首先要挑选儿童，在我所著书《悟性歌唱》第二章有清楚写出如何做法。读者，当你已得到教会当局的认可及家长的支持合作，再参考本人所著《让儿童欢乐歌唱》中的儿童诗班组织表先行组织，接下来订出每周固定时间为练习时间，练习室要有合格的钢琴、空调、充足的光线及梯台可以坐下练习。

指挥要记住儿童诗班乃一附属教会崇拜组的另一组织，所以组织中除指挥、司琴是筹委会必要成员，还要邀请牧师及教会长执会推出的人为诗班任何活动的决策成员。尽力与教会合作，任何活动都要得到教会的认同。

本书第一章谈论到儿童诗班基功，可以说只是抛砖引玉的例子，为了使更多地专家籍此参考来发挥他们的专论，请读者们耐心的往下读吧！

本人认为要组织训练6至12岁的男女儿童，必须要知道专家们在此课题研究出来的结果。指挥们要了解这段年龄他们的生理状态及成长变化等等，才可以掌握进一步的训练，否则不知从何做起。基功的建造工程必须有科学根据，按部就班的行动。

儿童的生理成熟先于心理成熟

在语言发展方面，5岁儿童已会用语言表达自己的意思和进行交际；6岁时，用语便有相当技巧了，在读写方面均有进步；7岁的儿童已开始独立阅读神话和寓言故事；8～9岁儿童阅读的兴趣有所扩大和加深；10～12岁的儿童已可作读书研究，能就某一个特别有趣的题目写出较有创见的报告。

一般说来，儿童的生理成熟先于心理成熟。儿童生从出生到青年时期，生理上的发展具有迅速增长的特征，到了大约18岁时，生理的发展便基本上完成了。但是智力的发展并不象生理上的发展那样在18岁结束。婴儿期至学龄初期智力发展较快，到了30岁左右，智力仍然在发展，只不过速度渐慢而已。心理学家贝利（Bayley）曾用贝利婴儿智力量表、斯坦福-比纳量表、韦克斯勒成人量表对同一组被试进行了长达36年的追踪研究，发现13岁以前测验分数呈直线上升，以后逐渐缓慢，到25岁时达到最高峰，26～36岁属于保持水平的高原期，随后有所下降。

儿童语言的学习和推理能力的发展，是智力准备状况的主要标志。

许多心理学家的实验证明，言语学习的有效性有赖于心理上的成熟。例如，为了弄清楚言语-记忆水平对学习和解题的影响，心理学家把一定的智力年龄作为儿童能否学习的重要标志。以2～9岁儿童作被试，选择8篇情节不同的故事。实验时，将8篇故事逐一读出，

每一篇故事重读 10 次。接着，要求儿童回忆故事的情节。研究表明，智龄低于 3 岁 2 个月的儿童（不论年龄是 2 岁还是 9 岁），心理尚不成熟，无法借助一定的方法记住这些故事，他们能够回忆的平均字数还不到 5 个，因而给学习带来了一定的困难。 智龄在 5 岁 8 个月时，记忆能力逐步提高，能够回忆的平均字数已达 60～70 之间，因而给学习带来了方便。实验表明，儿童阅读-记忆的能力一般在智龄 5 岁时，始能出现。不作好这方面的心理准备，阅读-记忆就不能顺利进行。

还有一些心理学家也借助实验手段来查明儿童在哪一个智力阶段才具备开始阅读的成熟水平。他们把智龄 5～8 岁的儿童作为被试，对这些儿童进行半年教育，随后测定他们在这半年里达到阅读标准的百分比。结果发现， 智龄低于 5 岁的儿童几乎无一人能顺利阅读，智龄在 5 岁 6 个月的儿童只有极少数人能须利阅读，而智龄在 6 岁的儿童有半数以上的人不能顺利阅读，智龄在 6 岁 6 个月时，大约有 70%的儿童取得了令人满意的进步。根据这些资料，可以认为，智龄 6 岁 6 个月是有希望在小学一年级顺利进行阅读的最低限度。

上述实验表明，对于刚入学的一些儿童来说，即使他们的年龄已经到达或越过 6 岁，但如果智龄尚未达到 6 岁，心理上的准备尚不充分，那么多关心这些儿童是必要的。父母应帮助这些儿童，使他们参加丰富多样的活动，提高理解能力和语言表达能力，为阅读作好必要的准备。

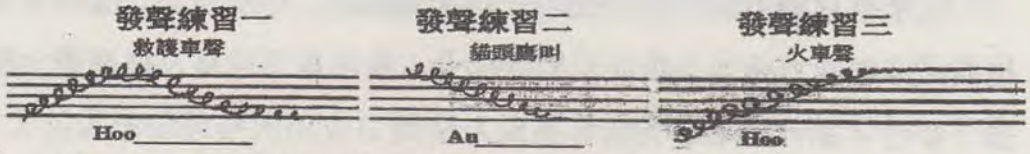
推理能力的准备状况也对儿童的学习发生影响。推理能力是解决问题的前提，儿童是否作好推理上的心理准备，直接影响到他的学习能否顺利进行。

儿童推理能力的发展是随着年龄而递增的。年龄越小，成熟水平越低，推理能力越差。相反，年龄越大，成熟水平越高，推理能力越强。心理学家曾采用口头演绎推理方法测定成功的推理与年龄的关系，例如："如果所有的蝌蚪都长成青蛙，而我的邻居打算养蝌蚪，你能肯定它们会长成青蛙吗？"实验结果表明，对这类推理，足够的成熟是需要的。在口头演绎推理上，6～12 岁儿童的推理能力随年龄而逐渐提高，6 岁儿童解答上述推理题的正确百分数约 20%，到 12 岁时已达到 70～80%，以后仍有显著进步。

上述内容是儿童诗班指挥组建诗班前需要了解的，此外就是要做计划书，以每三个月为一周期，先计划第一个三个月，再进入第二个三个月计划，换句话是 12 次训练基功工程，将坏习惯拿开，再进入正规的训练。所谓的正规训练就是练发声、识谱、听觉及纪律同时进行，每项练习的时间逐渐缩短，逐渐精细准确。

当指挥开始实施第一个三个月的计划书时，要编班号、座位，偶然请家长列席观察儿童中间有做领袖人才选为班长、声部长，有良好条件又愿意协助的妈妈们以及在组织表中的长执代表，都是开始时重要人物。指挥要计划好家长会议，讨论诗班的任务，以及诗班在教会中的角色。

第一个三个月是一个非常关键的时期，指挥良好的表现会引起家长们的好印象，你就会发觉"新生"也会增加，如果有牧师的鼓励和支持，试着在主日学献唱，将会更有力推动诗班工作。说到这里，指挥切切不要只注意做好外面的关系等等，更要从基功的纪律与队伍训练方面用心，之外，就是以**练声（以操练）为首**。下图是儿童发声训练，从我所著《动音》中拿出来的。



練習1、2、3是最適合訓練兒童唱出頭音的方法，稱為voice drill。
指揮在訓練時可以隨時改變力度和速度，這有利於培養團員演唱時看指揮的好習慣。



以上全班練習自A調開始，每兩小節唱二遍，第一遍唱短音Staccato，第二遍唱延長音Legato。練習時張口或同時將兩手放在雙頰上（參考《讓兒童歡樂歌唱》22、23、24、28頁唱歌姿勢圖）。唱Staccato時訓練兒童用丹田動作將音唱在音位上，唱Legato時隨旋律的上、下以延音唱，但注意保持與唱短音相同的速度。每次練習開始時都要齊唱暖聲（warm-up），此練習適合女聲發聲練習。

以上儿童**发声训练**一至四请按步就班，作为基本功之一的发声训练结合基本功二**视谱练习**（可以采用本人所著《DoReMi》为课本），两者可以混用而教；基本功三就是**听**，读者应该知道，唱错音位时一般都因为没办法听清音高。**听与唱**必须同时互动，指挥要告诉儿童唱一声部时可听到其他的声部，那就先要从基本功一、二唱好，发声准确。我将下图练习分三声部试试看。

兒童詩班基本功

聽覺訓練三聲部練習



注：S1 兒童第一聲部，S2 兒童第二聲部，S3 兒童第三聲部，也可以只唱S2、S3二個聲部。練唱時各聲部要互相聽。

诗班唱 Ah 母音要唱 Aha,e,o,oo，请参考 21 页。唱⌒Ah 可自 Ah 母音转向 a,e 母音，但要持守“Ah”，这样可避免“尖锐”音出现。唱母音可加入子音 S,T,K,P,M,N,L 等等，子音应加强而唱，使听众容易明白内容。

曾经有指挥前来向我说，我的儿童诗班已经在唱二声部，并引

以为荣。我心里想，如果他能掌握基功三及多声部练习，要唱多声部才是对策！我制出二声部练习，是要注意加强听觉训练。

结语：在每次诗班练习前，就有些早到的儿童，特别是一个能双脚走路来练习的儿童，指挥安排他们先举行**练声练习**，这时有些在外头玩耍的儿童一听到声音，就会跑进来继续参加练习，等练习时间结束，就准备开始的一些纪律训练，大家坐好、点名、家长分派诗歌，这时如果儿童来自教会可让他做个祷告。儿童祷告可以轮流从年龄大的开始，利用学号一一轮流祷告，可以有老师家长们的教导，（其实家长、义工也可以多参加几次，这样一来儿童学习的态度也会认真，成绩自然进步。），如果儿童不是来自教会，教一些道德观项目等等，按次序进行队伍、**缓声**（warmup）、视唱本《DoReMi》、《唱音与唱调》课本都是不能缺少，再做些听觉训练等，大约花 15 分钟，这是正式开始了。

当我在美国学校硕士班那年有机会选儿童诗班科目，一位专家带来一队儿童诗班为示范教导之用，当时此位专家每周应邀主持讲论授此课题。这不是每年都有学习的机会，那是约 50 年前的事哟（1957 年）！这也是神特别为我预备的机会，心中非常感激！毕业后回马尼拉一段时期，借用美国教会场所练习组织马尼拉儿童合唱团，开始约 25 个儿童，同时我也协助指导台南、香港成立儿童诗班，从练习、组织演出，一边教一边研究，我们也应邀前往台湾环岛演唱，也往香港演唱。因此，我想本书所提也是“经验谈”。

向儿童**诗班指挥们说几点：**

儿童诗班唱诗常有的毛病包括用**喉音喊唱**，加上诗班常有几位五音不准的儿童，唱得特别大声影响献唱效果，又有一种毛病就是司琴听到如此效果，不但把旋律弹得更大声，她越弹大声，儿童越唱大声，指挥真的是不知如何是好，更不知如何下手!让我来告诉你吧。

步骤一是**试音**，把诗班分为 A 班、B 班。这样做，经过数次耐心教导，几位音准儿童可以进入 A 班，剩下几位儿童更要加倍注意，切切不要说“反面”的话使他灰心。指挥从 A 班选出一位同年龄的儿童作为“声模”（声音模特儿）。琴轻弹一音，模唱 ah，全体 B 班听着唱，经过几次这样做，又发现几位音准的儿童，将他们一一参进 A 班，发音准的姿势，通常站直，口张开，面带微笑，下巴（chin）向内收。弹琴伴奏要以轻柔音色而弹。

到了这种地步，家长们佩服指挥，也大大宣传从教会里孩子介绍教外，朋友们也介绍来参加，这种情形发生，因他们孩子参加诗班也从容进教堂，指挥们想一想，是否是一件好事啊，记得儿童 6-9 岁期间是父母最疼爱关心的一段。为儿童欢欣，他们会不顾一切甘心去做。

第二种儿童诗班的毛病就将 14 岁的女童收下不肯放，以致整个诗班在混声效果音色变为模糊不清，失去童音的质量，很可惜，

而对这种情形就必须给女童 14 岁及男童变声期毕业升级到青少年诗班，教会可请牧长在主日崇拜中站在台前做短短祷告祝福礼，以结束此阶段。记得要得洪亮的男声，不是命令儿童大声唱而是增加人数，既有了人数多的儿童诗班，要以**真善美**而唱。如果青少年诗班是另外一位指挥，那就要移交。

指挥们当你的诗班健全，按常规进行。就要做取材就像一位厨师，要煮好菜就要亲自上市场取料。

适合儿童声音的诗歌勿太快、词义不合儿童的，我所编订的《百合花》、《生命的活水》二本诗歌本，还有《让小孩子前来》都可 Email 向我索取，需 PDF 格式电子版的，欢迎来信。我的 Email: davidkokyap@yahoo.com.

与诗班指挥以下列经文共勉之：

1. “当用诗章、颂词、灵歌，彼此对说；口唱心和的赞美主”（西三 16,弗五 19）。

2. “我要用灵歌唱，也要用悟性歌唱。”（林前十四 15）。

3. “使他可以在凡事上居首位。”（西一 18，约十二 32）。

4. “我们原是他的工作，在基督耶稣里造成的。”（弗二 10）。

5. “只要存心谦卑....当以基督的心为心。”（腓二 3-5，罗十二 3,5）。

6.“神既然验中了我们，把福音托付我们.....不是要讨人喜欢，乃是要讨那察验我们的心的神喜欢。”（贴前二 4）。

7.“无论作什么，都要从心里作，像是给主作的，不是给人作的。”（西三 23）。

8.“我若甘心作这事，就有赏赐。若不甘心，责任却已经托付我了。”（林前 17）。

9.“叫我在基督的日子，好夸我没有空跑，也没有徒劳。”（腓二 16）

10.“亲爱的弟兄们，你们务要坚固，不可动摇，常常竭力多做主工。因为知道你们的劳苦，在主里面不是徒然的。”（林前十五 58）。

11.“不是依靠才能，不是依靠势力；乃是依靠耶和华的灵，才能成事。”（亚四 6）.

12.“骄傲来，羞耻也来，谦逊人却有智慧。”（箴十一 2）。

叶志明

第二章　青少年诗班训练法

我所著《悟性歌唱》中有清楚提到教会诗班分级，那就是儿童、青少年、青年、成年四声部、妇女三声部、男声四重唱及混龄诗班。从今日中国教会来观察，一般在主日崇拜中都有1000人上下，这些教会都应该依照理论上规定要有分级诗班。目前的指挥们一般都没有这些常识，但是我可以断定将来有一天，这种理想会出现的，于是我抱着乐观的心态再次提供各类诗班的训练法及各级诗班应有的基本功！

上帝创造人类，给我们生命气息，五官六脏为要人类歌唱赞美他，又创造了一幅又新又善又美的歌喉，从儿童开始就可以组织儿童诗班，我们第一章所论述的是儿童诗班的基功训练，接下来就是青少年诗班（12-18岁）、青年诗班（18-25岁）及长年诗班，这是神伟大的工程，我们应该利用所有的“赐给”，努力学习，做好祭品，向神表示感恩“讨神欢喜”。请读者注意第一章的模式，各级诗班基功训练大体相同。

儿童年龄是7-12岁，13-15岁是青少年了。教会的青少年最喜爱的活动就是群，所以要组织青少年诗班，必须从“合群”入手，13岁的男女儿童已经进入青春期，男童进入变声期，他的音高逐渐下降，声质渐松，女童的生理方面有比男童更早，只是声音音质转为厚了，又趋向丰富的质量，至于高音没有降低现象，直到将于15岁时，有些女青少年的声音变为或高或低，这是自然的现象。

因此，青少年诗班要有女青少年才能成立。男青少年进入变声期有的连唱几音都是发不出来，这就是青少年诗班最难成立的原因。

既有这种现象，大教会比较有人选，就要组织成立所谓 SAB 诗班，就是将女声分为女高、女低二声部，全部男青少年唱一声部，称为 Baritone 男中音，他们的年龄已能理解三声部混声效果其感兴趣。

青少年诗班的基功与儿童诗班同样是灵性、练声、视唱五线谱及听觉四样。因随着年龄的增长，生理也在变化，指挥要清楚认识青少年的学习能力，按部就班在灵性、发声、视唱、学听同步进行训练，灵性方面是先决条件。青少年如能正规合群，在牧长指导下，参加教会青少年团契读经，学习分享，在这样的好环境中成长他们是非常幸运的。

女青少年的练声与儿童时期一样指挥利用本书第六页先作为发声练习，再接下短音长音的练声，她们因为长大了，控制方面加强。男青少年在变声前期不宜练声，否则他们会很灰心，只要劝他们要等一年，声音会渐渐回来。

指挥在训练少女少男的声音时，会遇到许多困难。每次排练时在灵性上加多祷告时间，轮流祷告或分享他们发声的经历。这段时期的出席率很高，指挥要清楚每一位团员的声音变化记录。也可以籍此自己研究，得到一些宝贵的经验，在这时他们一般都在初一

初二初三，智力随着生理变化也渐明白可以选赞美诗，女青少年唱调，男青少年唱低音部，也可试试唱第三声部（男高），有些诗歌可以试唱。

既然理解力增加，可同步做基功二，就是视谱。每次练习时把我所著《唱音与唱调》一书从练声 1.1，1.2 类推让全体练唱，记得要清唱，学高音部谱表，指挥先指导男青少年，要学低声部谱表并认出 Do 的位置。这样下去男青少年很快就明白他们是处在低音，女青少年是处在高音。我今制出基音“听”的练习，请依下页练“听”。记得有延长记号由指挥自作决定延长唱时，各声部要互“听”。请看下图：



诗班唱 Ah 母音要唱 Aha,e,o,oo，请参考 21 页。唱Ah 可自 Ah 母音转向 a,e 母音，但要持守“Ah”，这样可避免“尖锐”音出现。唱母音可加入子音 S,T,K,P,M,N,L 等等，子音应加强而唱，使听众容易明白内容。

为了要得到更好的混声效果，指挥有权接着延长，使他们能互相聆听其他声部的声音。唱短音时不必用力，仍是利用丹田力而唱，与儿童排练一样。

既然通过练听的训练，现在可以让读者进一步明白青少年 13-14 岁青春期开始有哪些现象？不同人类种族青少年的青春期不同，所以读者要观察你手下的青少年是否已进入青春期。上帝设计人类的歌喉是一直在成长，儿童 6 岁半至 12 岁是不断成长期，我在第一章已说明他们的生理心理变化及如何处理，如今也应知道男女的生理、理解力的变化。

在歌唱中最明显又有科学的演变，逐步更看出创造者奇妙的布置，让青少年的合唱进入更美的地步，才满足神的意爱。

读者应先知道音位、音高及音级之间的互动。所谓音位就是指发声的位置及共鸣。歌喉可发出声音，头腔、口腔提供共鸣，传送，丹田作为控制，儿童用头腔、口腔唱，青少年也可用胸腔唱，特别是女青少年的声音趋向低音部时，要放开嘴，又放开喉，便可以得到胸腔共鸣区。歌唱家又可加上全身共鸣作用将声音安顿在正确音位而发出，才可称为高水准的歌唱家。

即明白音位，知道高低音与发音的位置有关，青少年唱高音都可以用头腔，唱中音可用口腔，唱低音可用胸腔。男青少年在变声期开始唱不出音，根本就没有什么音位可谈。

作为一位合唱指挥除了认识音位、共鸣区以外，还要认识音级（英文是 VoiceLift）。这音级可说是创造人类的神伟大奇妙的发明。音级的意思是当任何人唱歌时自下往上唱延音，升半音再往上唱 12321-延音，再升半音，再唱 12321-延音，再升半高音唱 12321-

延音时不知不觉声音因着音高而换音位，也可说是声音显出变化，这音就是她或他的第一音级，从每一位唱者的音级可以判定她或他的音部。

音级是一自然现象。音级是决定声部的重要依据。女声进入12-13-14岁间虽然稍变厚，更显出音质的变化，15岁的女青少年从她说话唱歌的质可察看出，质的变化，演变成为固定的声部，随着年龄的增加，声质声部不变。男青少年就不同，要等到变声后期（约15-18岁之间）他们的音级才出现，也订下了他们的声部是男高、男中或男低。我从我所著《圣歌合唱指挥法》及《悟性歌唱》二书中剪贴成一页放在后面，请看下图。

读者还没有详细看下图之前，要知道训练儿童和青少年这段时间针对女童女青少年的期间，必须要坚持唱美声，如果不小心处理她们从小用喉口出声音，一旦养成习惯很难改正，不但如此，音准老是不准，比美声唱法稍低，这些用喉唱的儿童影响到诗班混声效果，通常指挥已老早知道她们发出错的音位，音准也不准。最要紧的工作就是要立刻个别教导，或请“声模”唱而仿唱，吩咐她以后唱歌时都要以美声来唱。请注意：女童如果唱好美声，进青少年时也维持唱好美声，她的将来长大成人唱时都以美声而唱，自己也感受到歌唱的乐趣。男孩子就不同，当他儿童期间以美声而唱，青少年期间失去歌喉，成为人家笑柄，这种现象与儿童掉牙一样，过了这一关，另生出更好的牙齿，这牙成为他终身的牙，声音也是一

样。我常安慰一些失去声音的男童说：不要灰心，神要赐给你换新的歌喉，有一天你长大可能唱得和我一样。顿时，从他们的眼睛显得非常安慰，这就是指挥们要以正面去处理男童这段时期适当的处理法。请参读我所著《悟性歌唱》中男童变声期的研究。

下图要用心去读，思考并要亲自去经历。

青少年、青年、成年诗班各声部音级表



注：下面音符指第一音级　　上面音符指第二音级
Lower Note 1st lift　　Upper Note 2年度

4、音級與唱歌的母音有密切關係。唱 1st Lift 與 2nd Lift 時，所有的母音有傾向"uh" 的現象

青少年詩班三聲部（SAB）

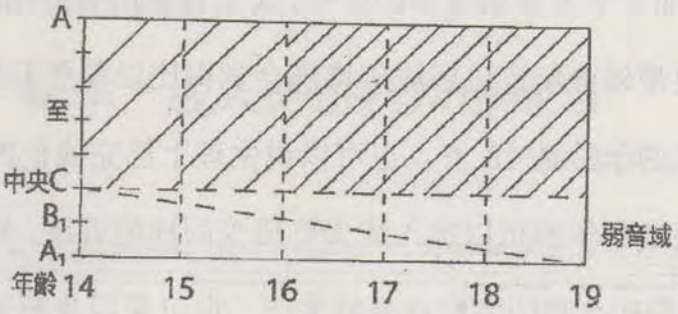


● 音表示如加以訓練，或可唱出。

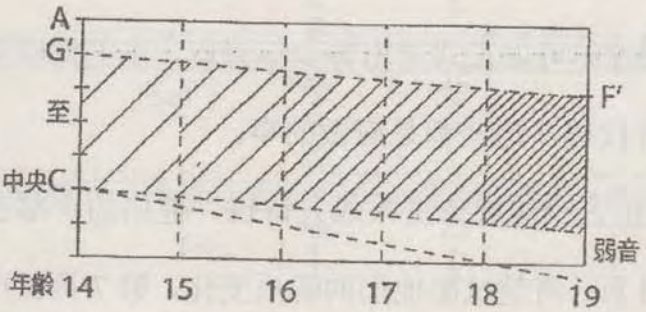
3. 青少女聲音演變成女高、女中、女低音三種音質的變化，定型進度以下圖所示厚度而形成。

注：所谓第二音级唱时要将母音Ah倾向Uh

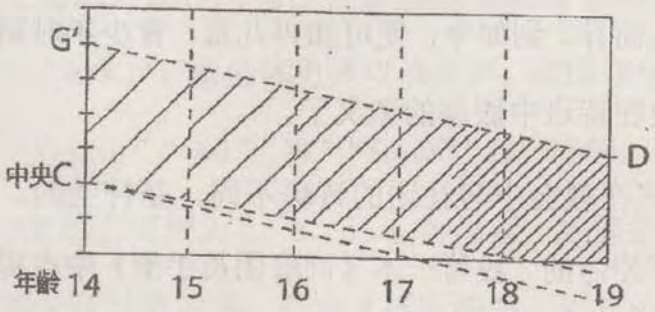
女高音：音質變化甚微，乃屬清晰，頭音不變，中音不變，胸音漸弱。



女中音：音質趨向結實、響亮、但高音部的頭音漸失，胸音也可唱得出。



女低音：頭音失去更多，中音有力且強，但時常唱出喉音。胸音部暗晦、沉重、有力、豐滿。



青少年詩班的女中音可選唱女高或女低音部。

第三章　青年、成人诗班训练法

指挥或读者读完第一章与第二章所提出的儿童诗班、青少年诗班的基本功，加上个人音乐修养的成长，又亲身经历教导指挥儿童诗班。再进一步要带领青年诗班或成年诗班会觉得比以前更有把握了。

青年人的年龄是 18 岁，也可以说生理上已完成他的青春期，无论是男或女的青年都可以加入成人诗班受同样的训练。分声部是 4 声部 SATB，最适合唱的资料就是赞美诗，也可采用我所著的《信实与慈爱》、《向山举目》、《主是为亮光》三本选本，《华夏圣诗》合订本中的诗选也可以采用。

18 岁男女青年可以正式退出青少年诗班，在主日崇拜中有牧师主持短暂礼仪并代祷，这些都是应做的事。

当他们退出青少年诗班进入成人诗班，他们的声部已定，请读者参看本书第 8 页，清楚试出他们的音质变化，第 7 页试出他们的音级而定出他们的音部，也定出他们的音高，既有第一音级，便可唱到第二音级，这样他们的声音已定，一直到成人增龄不再改变，只能在心理学习上因人而异。到如今，便可知再儿童、青少年时期所受灵性培养，因而明白在诗班中服事的意义了。

结语： 诗班在教会中与社团的诗班不同，是神圣的。在崇拜中传福音他们是有使命的。我著一本《诗班团员手册》中也提出团员事奉的精神及应有的基本常识：发声与视谱。诗班的表现都在于指挥。因此，指挥们要更警惕，要自我找机会进修，在灵命上更要追求成长，与教会当局全力合作，与团员们有良好的关系，甘心乐意扶起这份圣

神使命的工作，讨主喜欢。团员唱时要开口而唱，自己先被圣灵充满，才能分给别人同得好处，美声唱法是教会诗班的象征，指挥要学习如何自己能以美声唱法而唱。

青年、成人诗班四声部练习

Copyright ?1997 by Helen Manzano



诗班唱 Ah 母音要唱 Ah.a,e,o,u，唱Ah 可自 Ah 母音转向 a,e 母音，但要持守“Ah”，这样可避免“尖锐”音出现。唱母音可加入子音 S,T,K,P,M,N,L 等等，子音应加强而唱，使听众容易明白内容。

本图说明练习经过与范围：开始练习时请全体女声练救护车声、猫头鹰声、火车声，请全体男声以洪亮声，利用双母音向远处喊：“也”“页”“Yes Sir”“Hai”“害”“How”“Ja”等等。四声部唱好五种母音，唱 Ah 母音可转为 a、e、o、u 等母音，要坚持 Ah 母音利用延音记号，唱子音时要加强，听众才能听清楚：Kah Ka Ke Ko Ku，Lah La Le Lo Lu，Sah Sa Se So Su，Mah Ma Me Mo Mu，Chah Cha Che Cho Chu，Nah Na Ne No Nu 等等。音量变化练习利用延长记号，另外可以用下列记号 mp <f f> mp 或分开<渐强、

渐弱。

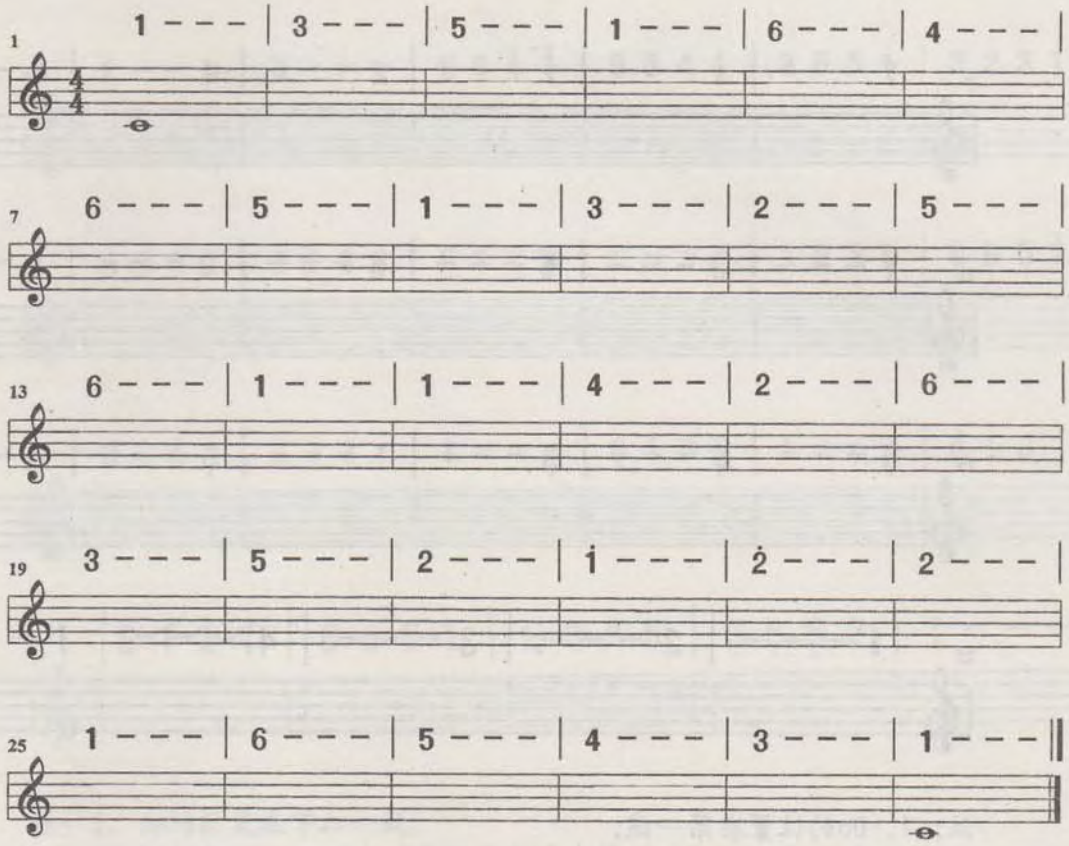
各位读者，我已在前面写完三章，论到诗班合唱的基功的建造。如果你是青年或成人指挥，我劝你最好开始从儿童重整旗鼓，从少数开始，无所谓先进入“齐唱”的训练。齐唱的技巧不很容易，但孩童相对容易，因为他们的音色相似，只要“轻唱”和“咬字”注意而唱立刻可见果效。如果再找机会在聚会中献唱，立刻可看到会众与教会对他们的良好反应。如果你是成人诗班指挥，要诗班“齐唱”就要下工夫了，需要用功、用心去做。成人女高音声音基本固定，有些已习惯用喉音，音色不一致。因此，指挥首先观察在女高女低中有几位的音色比较接近的先“齐唱”，慢慢地增加人数。请他们要全数调整音色立刻见效果，再继续男高男低的“齐唱”用调整音色法而唱，在本小册后部，添加视谱测试及三首齐唱诗歌作为工作坊的活动资料，你们可与前部同步训练。视谱是团员“音乐修养”的第一步，指挥准备好线谱本立刻要宣布勿写注“简谱”的坏习惯，解释 C 调 do 的位置，然后发考卷，填音符，测试必需用铅笔及橡皮擦，避免用圆珠笔填，防止带来一片混乱的。都要用“正面”法甚至换一张新的考卷也无所谓。给儿童测试可以指导填写，当全班已完成考卷，便可以齐唱音名及音准了，注意要用清唱，就会立刻收效。如果指挥有我所著《DoReMi》课本更妙。最后三首齐唱诗：第一首《主是葡萄树》先用齐唱，注意“音色”一致。此诗虽然很简单却非常适合，与这类诗歌同类的赞美诗如《奇异恩典》《美妙耶稣》均属于“圆滑音”（Legato）形态，都可齐唱。第二首《主，我敬拜你》有提高技巧，第三首《箴

言歌》以“生动活泼”的心情而唱，此三首诗都适合各级诗班。诗班先唱好齐唱再进入分部而唱。

视谱测试：

第一考卷

分数：_____



注：1、Do的位置在下加一线；
2、根据简谱填写五线谱音符音高的位置；
3、请用铅笔填写。

指导老师：_____

学员姓名：_____

测试日期：_____

视谱测试：

第二考卷

分数：_____



注：1、Do的位置在第一线；
2、根据简谱填写五线谱音符音高的位置；
3、请用铅笔填写。

指导老师：_____

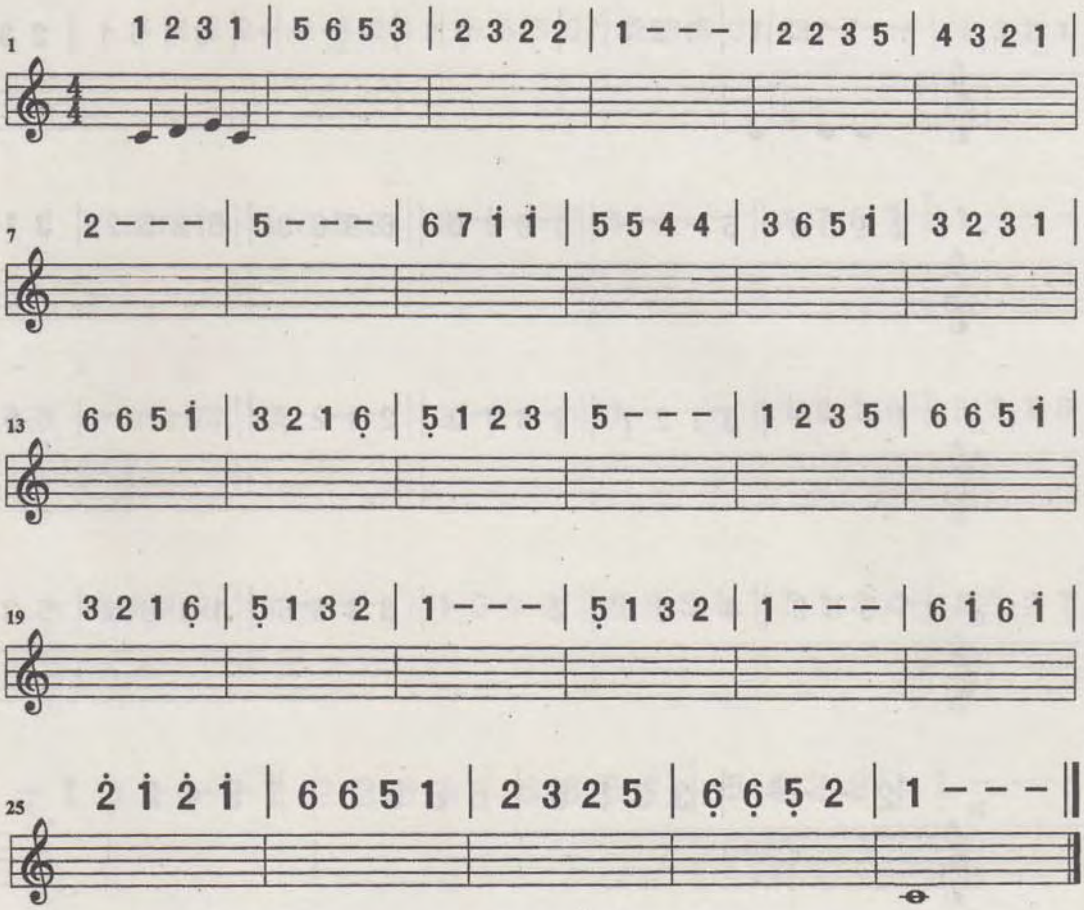
学员姓名：_____

测试日期：_____

视谱测试：

第三考卷

分数：_____



注：1、Do的位置在下加一线；
2、根据简谱填写五线谱音符音高的位置；
3、请用铅笔填写。

指导老师：_____

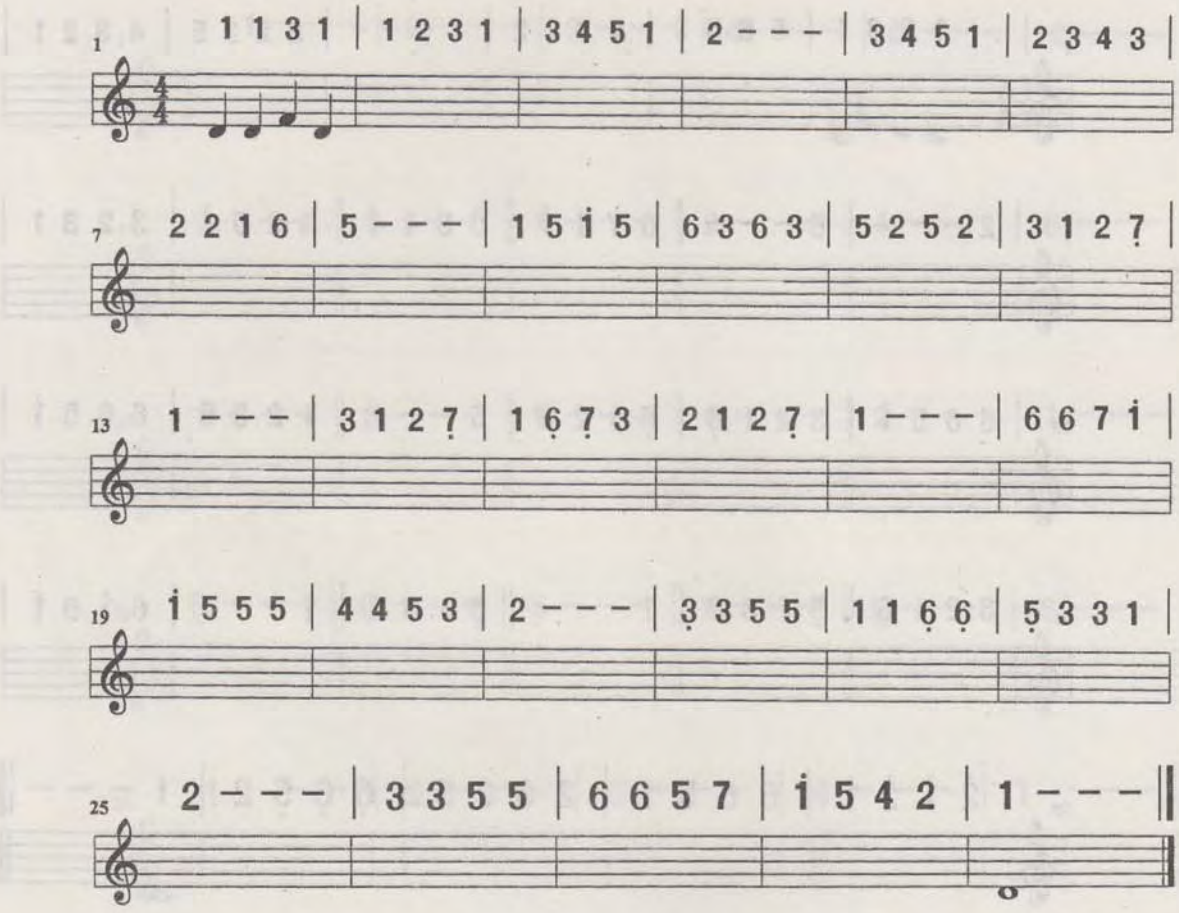
学员姓名：_____

测试日期：_____

视谱测试：

第四考卷

分数：_____



注：1、Do的位置在下加一间；
2、根据简谱填写五线谱音符音高的位置；
3、请用铅笔填写。

指导老师：_____

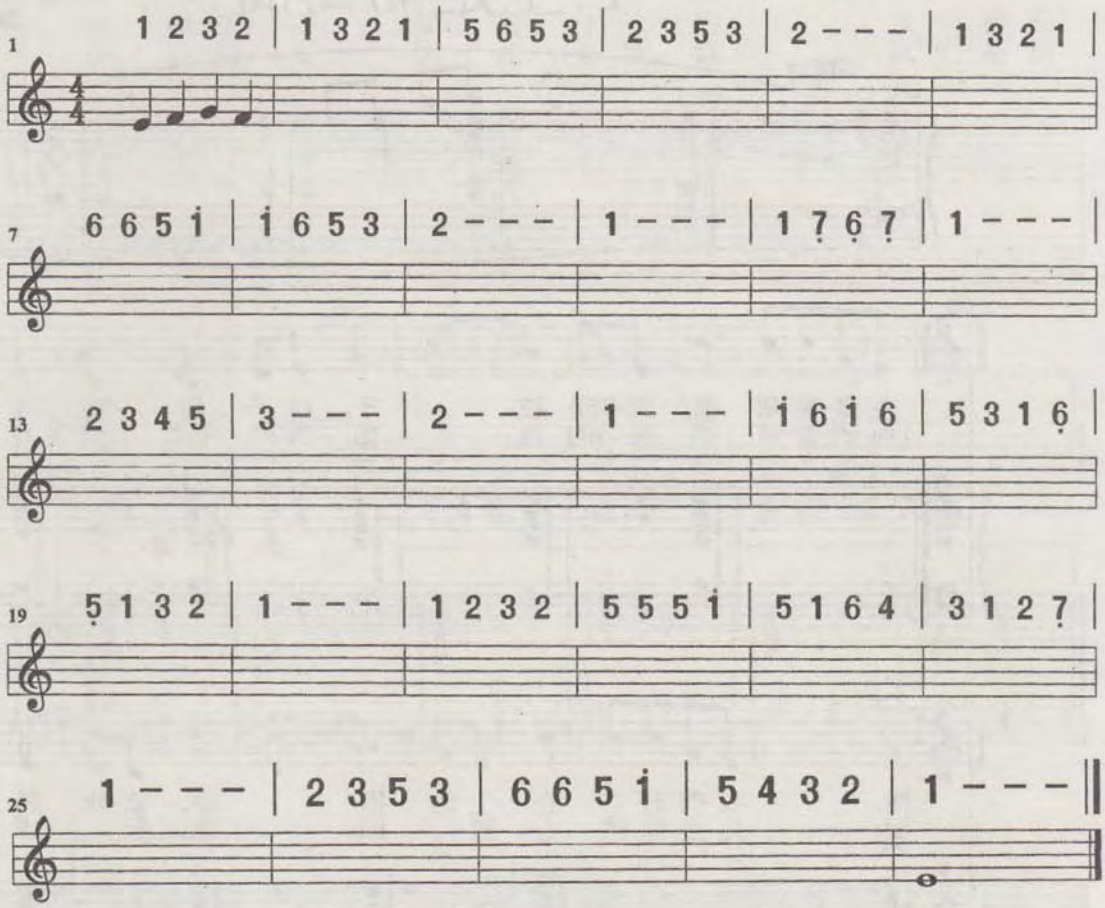
学员姓名：_____

测试日期：_____

视谱测试：

第五考卷

分数：_____



注：1、Do的位置在第一线上；
2、根据简谱填写五线谱音符音高的位置；
3、请用铅笔填写。

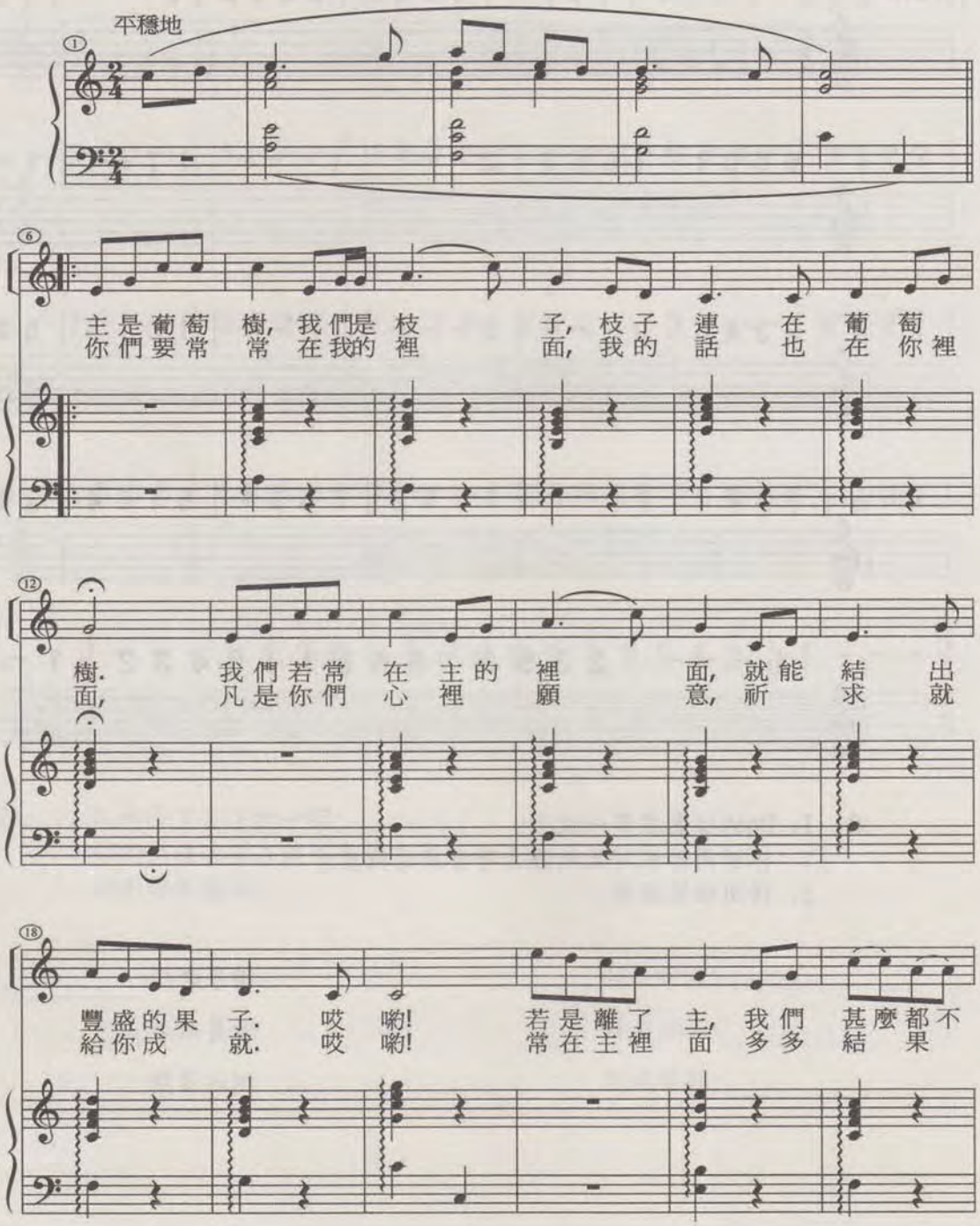
指导老师：_____

学员姓名：_____

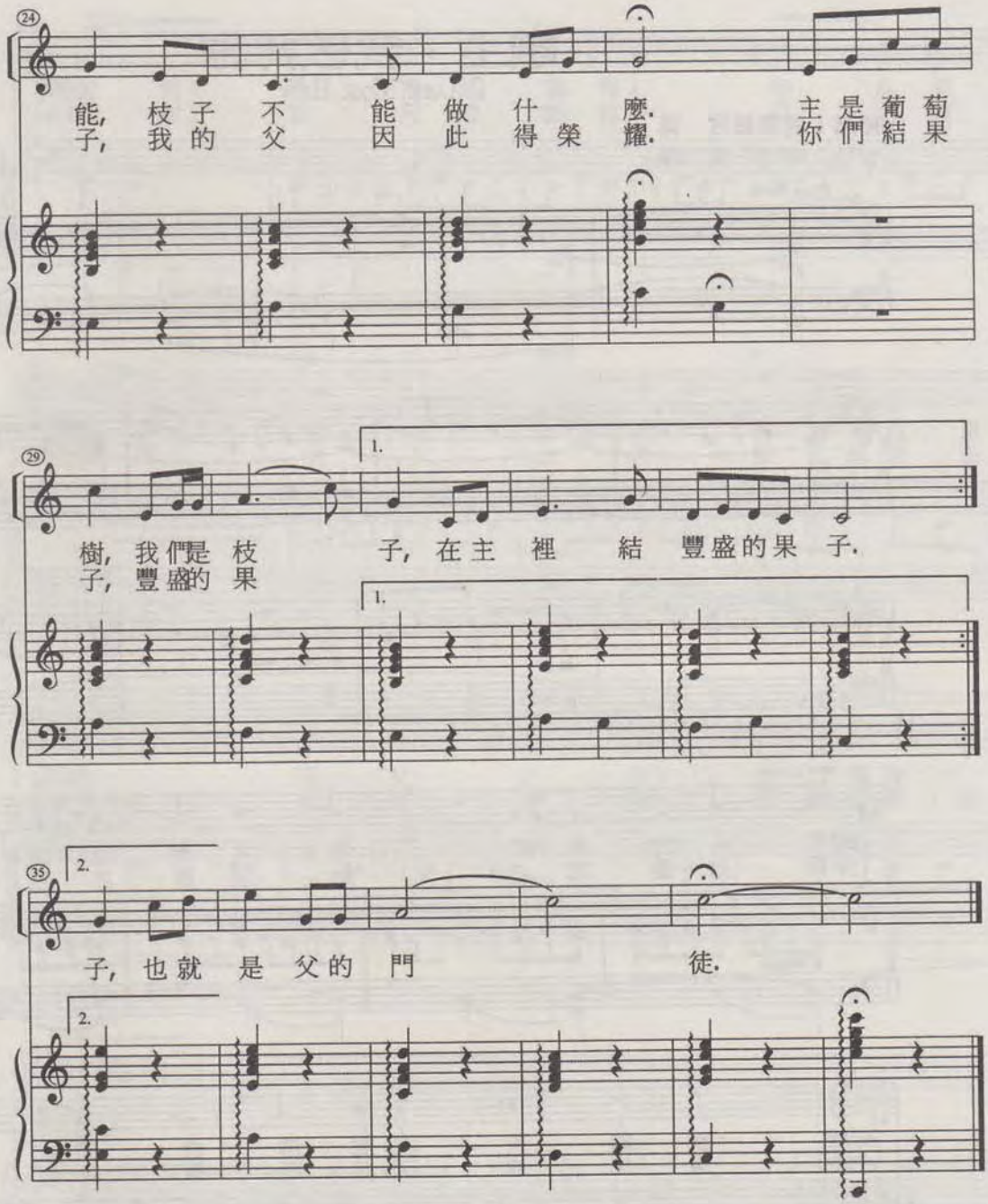
测试日期：_____

1. 主是葡萄樹

老緬族民歌
葉志明 編



Copyright © 2010 by David Chi BengYap


24
能, 枝子 不 能 做 什 麼. 主是葡萄
子, 我的 父 因 此 得 榮 耀. 你們結果
29
1.
樹, 我們是 枝 子, 在主 裡 結 豐盛的果 子.
子, 豐盛的 果
35
2.
子, 也就 是 父的 門 徒.

哦主，我敬拜祢

O Lord Most Holy

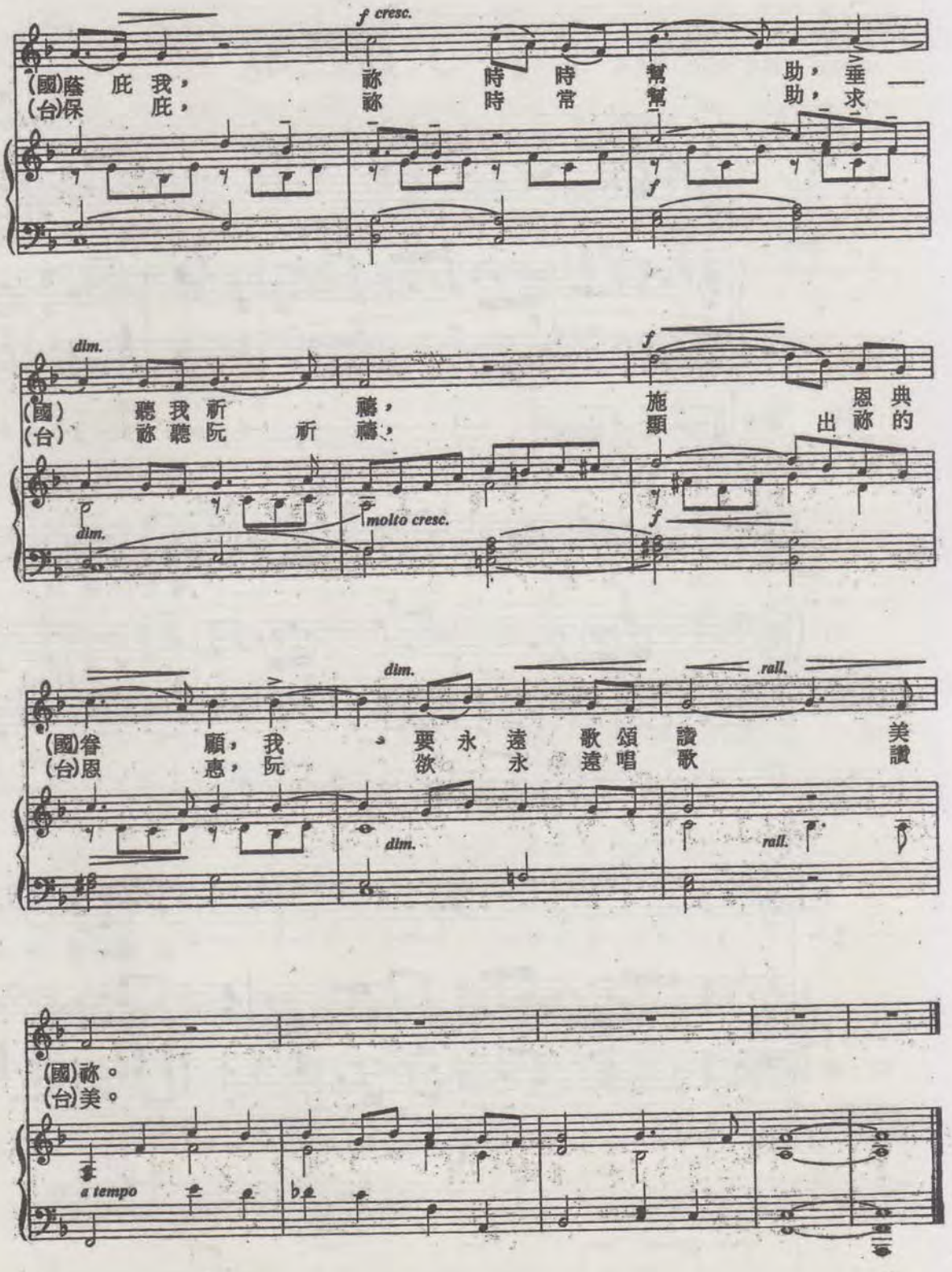
國語：高蔡慧君　譯
台語：陳茂生　譯

CÉSAR FRANCK




(國)讚 美， 助 我 認 識 祢， 每 日 更
(台)讚 美， 助 阮 認 識 祢， 且 知 更
(國)愛 祢， 天 父 上 帝， 賜 我 眞 理 恩
(台)愛 祢， 天 父 上 帝， 賜 阮 眞 理 恩
(國)典， 天 父 上 帝， 引 領 保 護
(台)典， 天 父 上 帝， 保 護 引 導 無
(國)我，
(台)變，


(國)求 主 鑒 察 我 心，
(台)管 轄 阮 之 心 志，
dim.
p
un poco cresc.
cresc.
(國)保 守 不 致 失 迷， 當 痛 苦
(台)受 迷 願 祢 指 示， 痛 苦 在
poco cresc.
dim.
(國)圍 繞 我， 求 主 使 我 安 息，
(台)包 圍 阮， 求 祢 使 俾 阮 安 息，
dim.
(國)試 煉 臨 到 我 身， 主 全 能
(台)試 煉 包 圍 之 時， 祢 全 能
cresc.

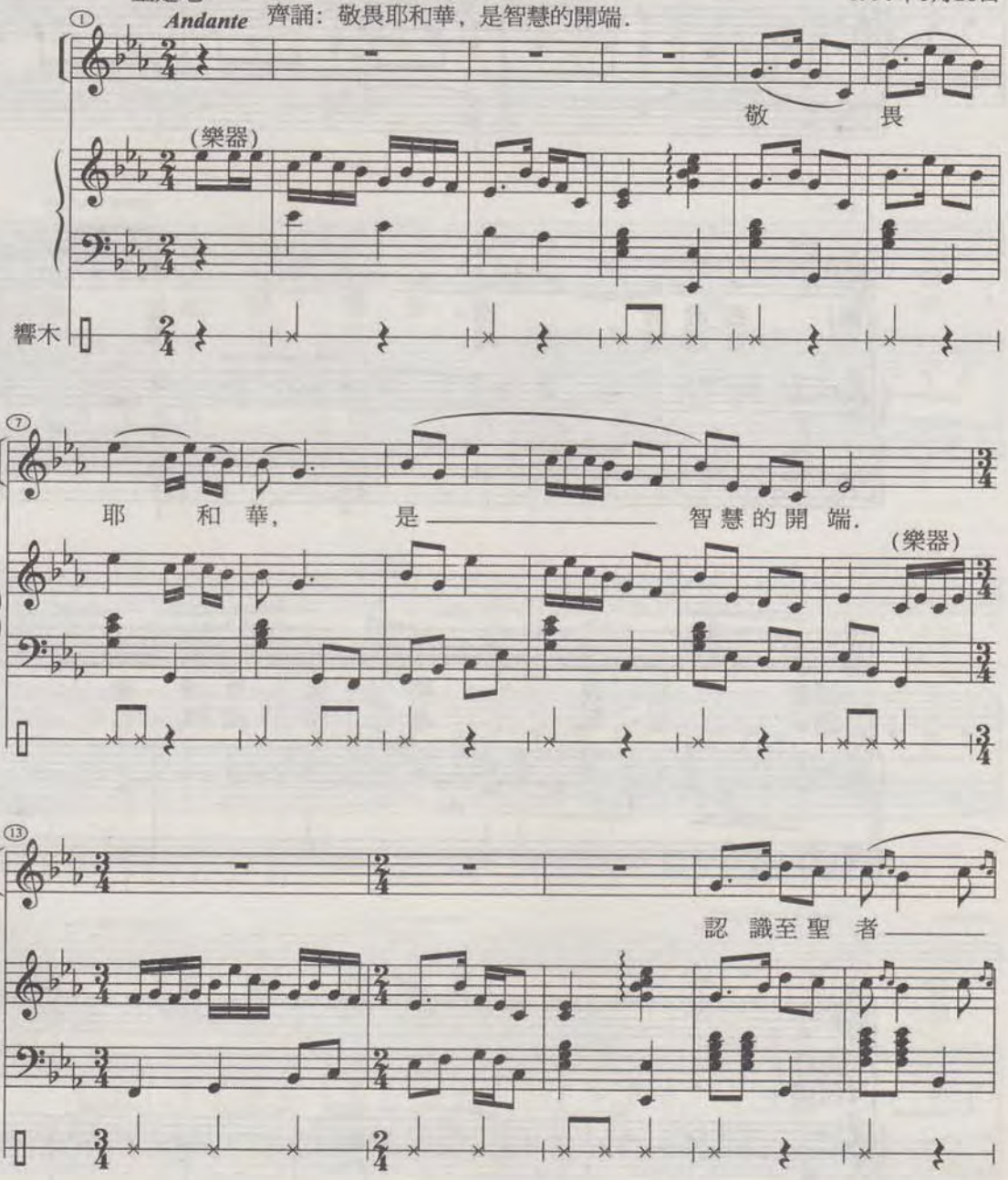

f cresc.
(國)蔭 庇 我，
(台)保 庇，
祢 祢
時 時
時 常
幫 幫
助， 助，
垂 求
f
dim.
(國) 聽 我 祈
(台) 祢 聽 阮 祈
禱，
禱，
施
類
恩 典 的
出 祢
f
dim.
molto cresc.
f
dim.
rall.
(國)眷 顧， 我
(台)恩 惠， 阮
要 永 遠 歌 頌
欲 永 遠 唱 歌
讚 美
讚
dim.
rall.
(國)祢。
(台)美。
a tempo

箴言 9:10, 3:5-6

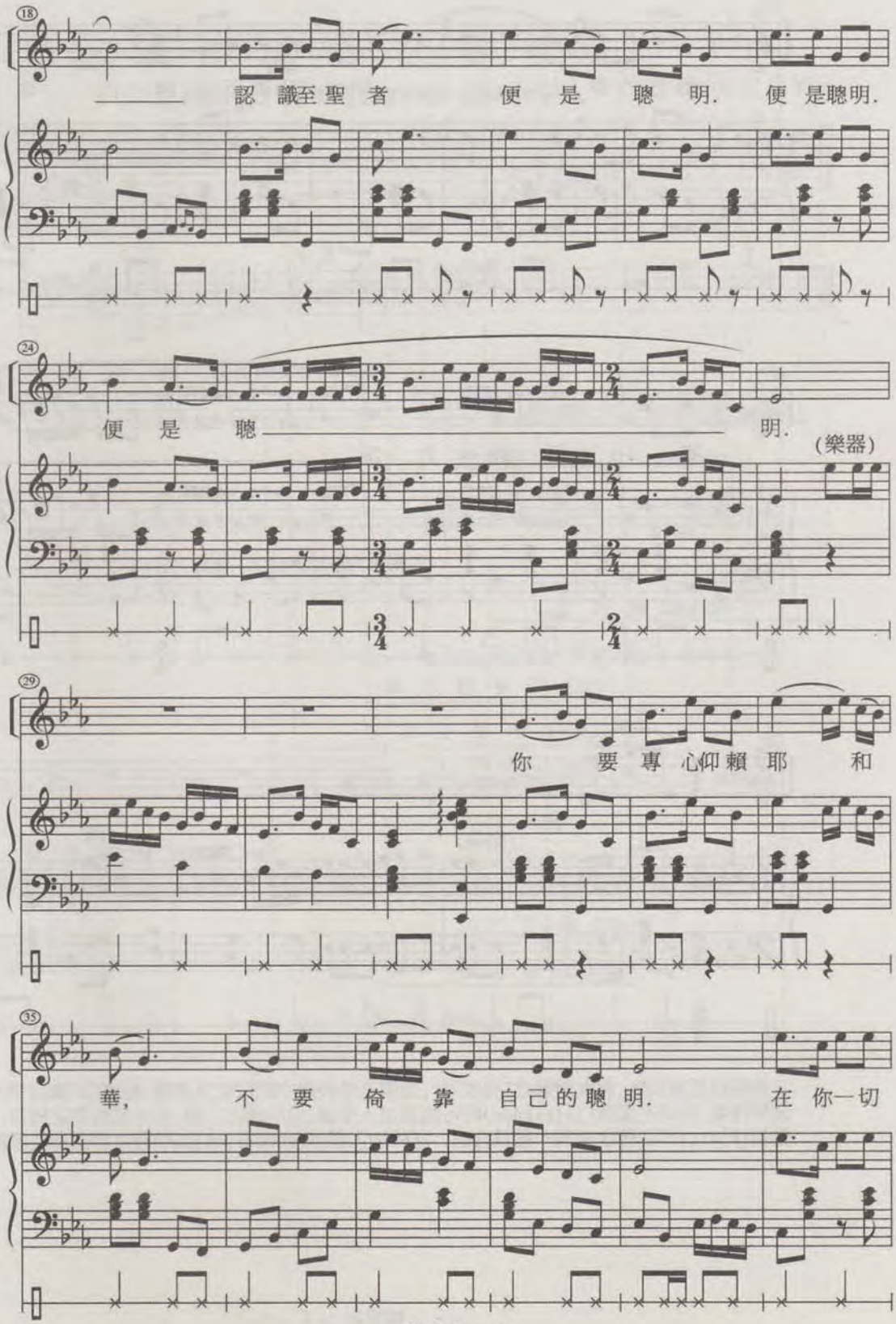
3. 箴言歌

雲南民歌
葉志明配音
1990年8月26日

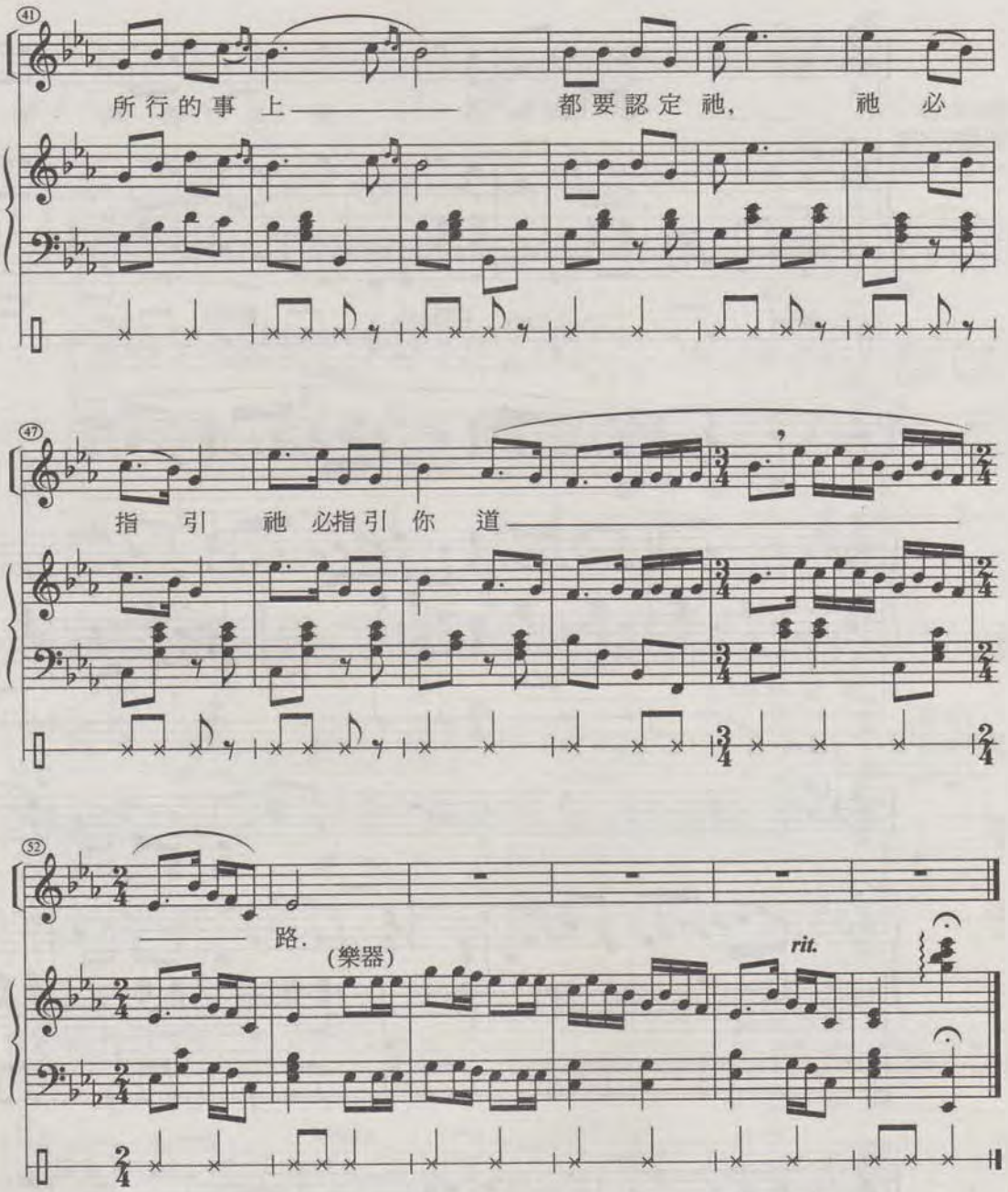
堅定地
Andante 齊誦：敬畏耶和華，是智慧的開端.



Copyright © 2010 by David Chi BengYap



箴言歌 p.2



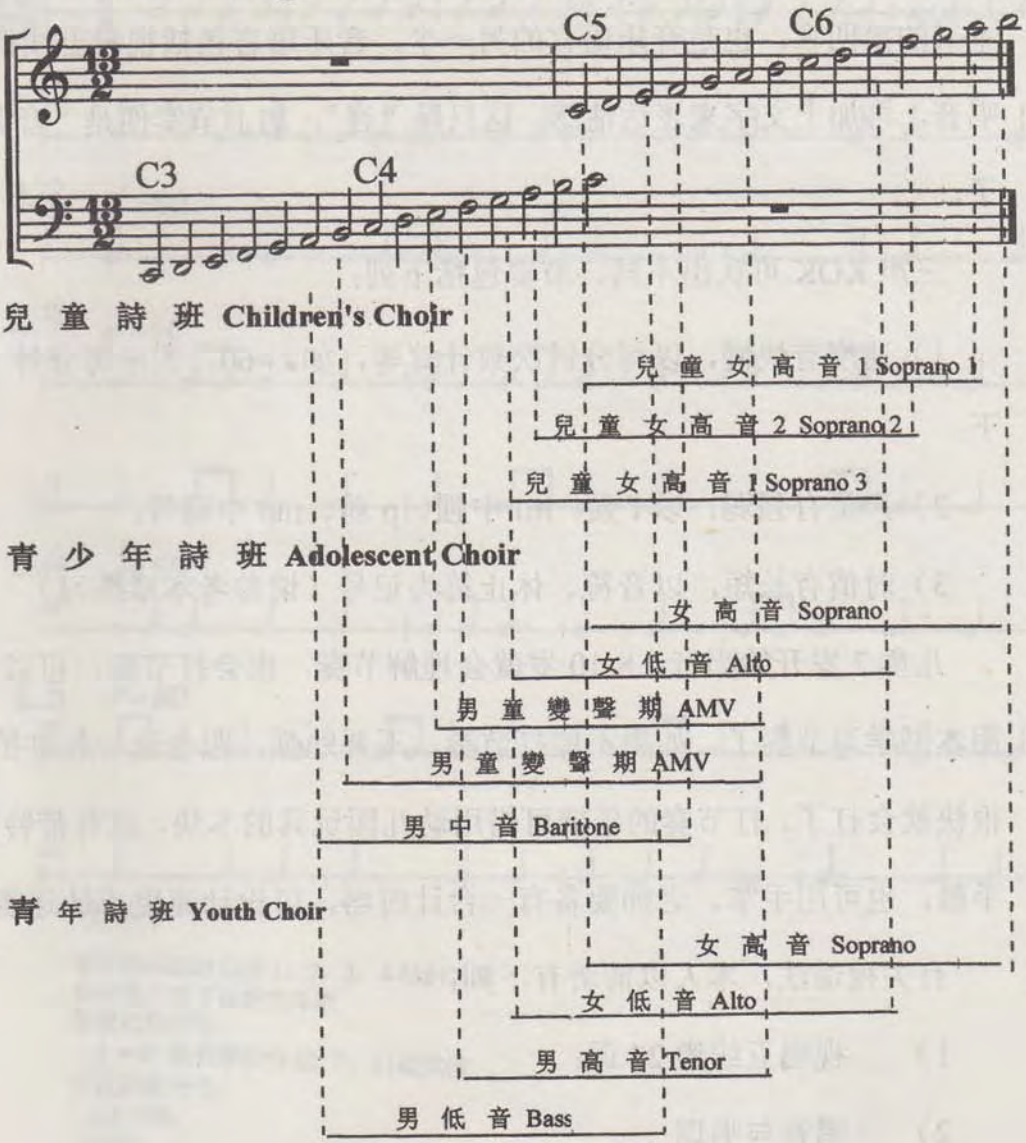
本詩採自雲南民歌,男女對唱之"農家唱",曲調充份表達中國民歌之風格.編者以"箴言"配詞,並以鋼琴伴奏,同時在間奏(Interlude)時可隨意加入樂器,以中國之二胡,笛子或西方之牧笛(recorder),長笛(Flute)等四種之任何一種爲合適. 同時加入響木(woodblock)以明確之節奏保持韻律.

箴言歌 p.3

各 級 詩 班 聲 音 音 域 A

Voice range of different choirs A

by David C B Yap



第四章 节 奏

当你将二块木头互敲三下，你就会听到KOK KOK KOK，也就是本书的第四章，也是音乐语言的另一半，音乐语言包括视看五线谱、唱音，再加上文字来表达情感，这只是“音”，加上节奏便是“音调”了。

三声KOK可认出不同，节奏包括下列：

1）速度有快慢，以每分钟次数计算等，如♩=60，表示每分钟60下；

2）声量有强弱，以f强、mf中强、p弱、mp中弱等；

3）时值有长短，以音符、休止符为记号（请参考本章练习）

儿童7岁开始唱音，8-10岁就会理解节奏，也会打节奏，可以应用本书学习节奏了。如果不能打节奏，不要勉强，跟全班一起打拍，很快就会打了。打节奏的乐器可借用幼儿园玩具的木块，没有带铃的手鼓，也可用手掌。老师要备有一台计时器，可设计速度或计速表。

有关视谱法，本人以前著有下列：

1） 视唱五线谱27课；

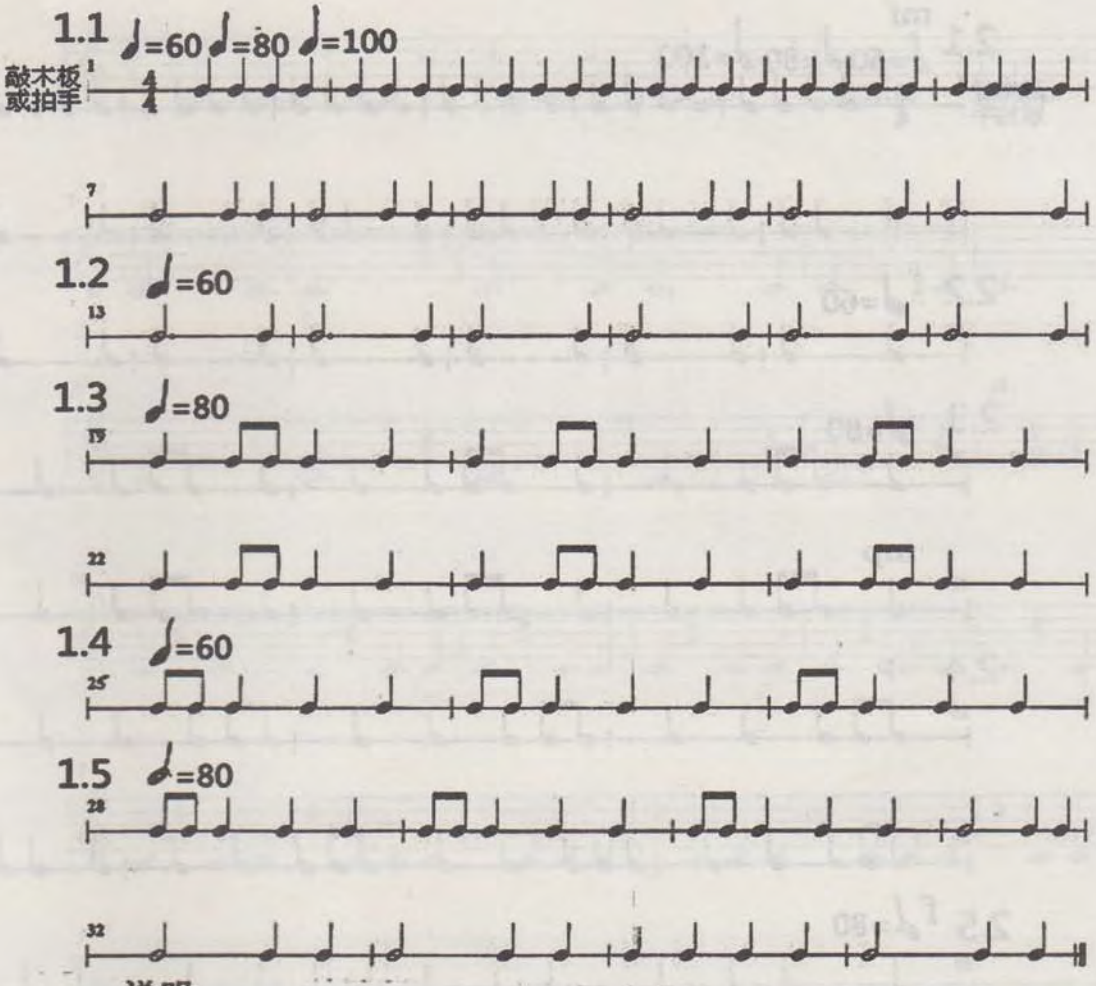
2） 唱音与唱调

3） 民歌调33课；

4） DoReMi

今著《诗班合唱基本功》等等均可用在基功的培植，及成为全面的视谱常识。

节奏练习一：



说明：

养成敲木板时口念 1，2，3，4 拍的习惯

每行练习后可以重复几次

速度快慢记号：

♩=60 表示每分钟 60 下，以此类推

声量强弱记号：

mf=中强

f=强

p=弱

mp=中弱

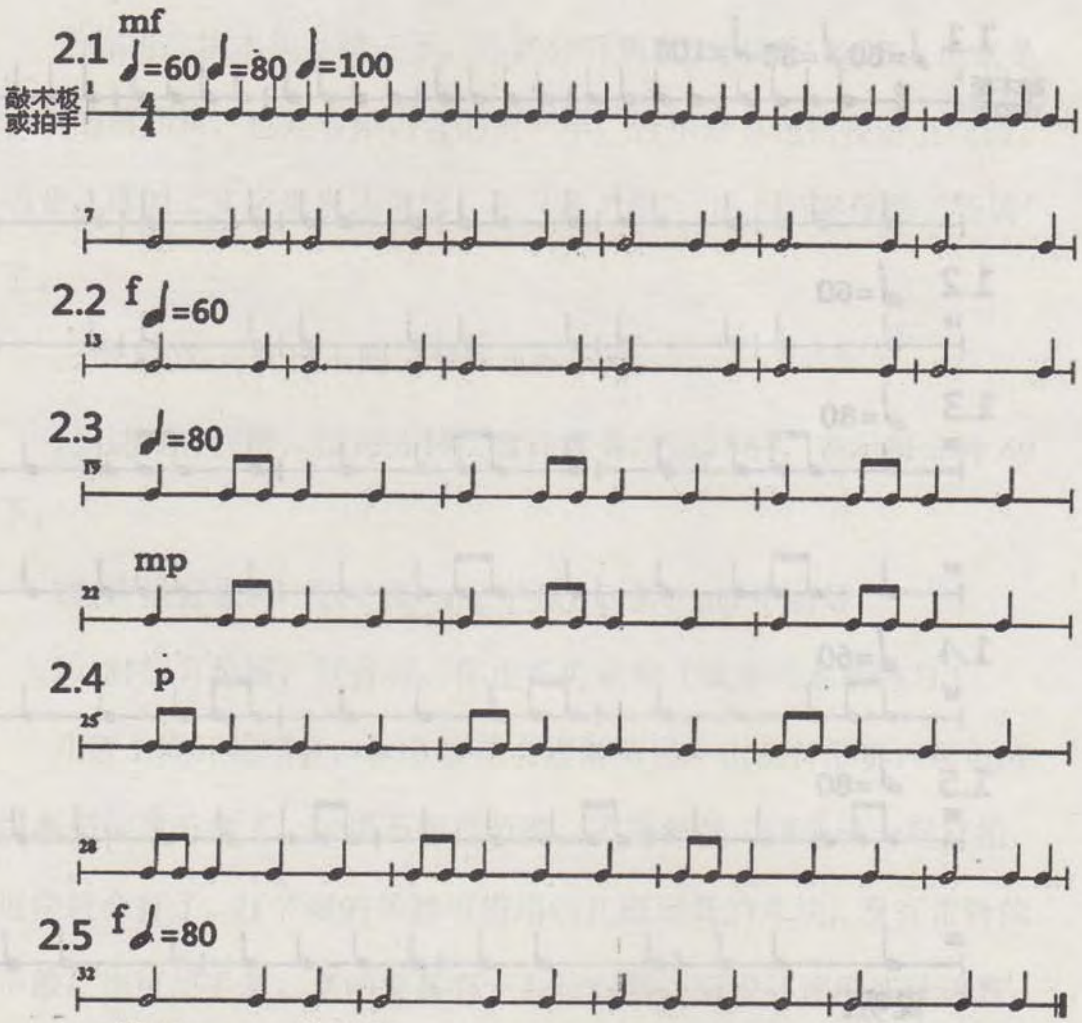
时值记号：

全音符 𝅝 =4 拍

1/2 音符 𝅗𝅥 =2 拍　加附点 𝅗𝅥. =3 拍

1/4 音符 ♩ =1 拍　加附点 ♩. =1 拍半

节奏练习二:



说明:

养成敲木板时口念 1，2，3，4 拍的习惯

每行练习后可以重复几次

速度快慢记号:

♩=60 表示每分钟 60 下，以此类推

声量强弱记号:

mf=中强

f=强

p=弱

mp=中弱

时值记号:

全音符 𝅝 =4 拍

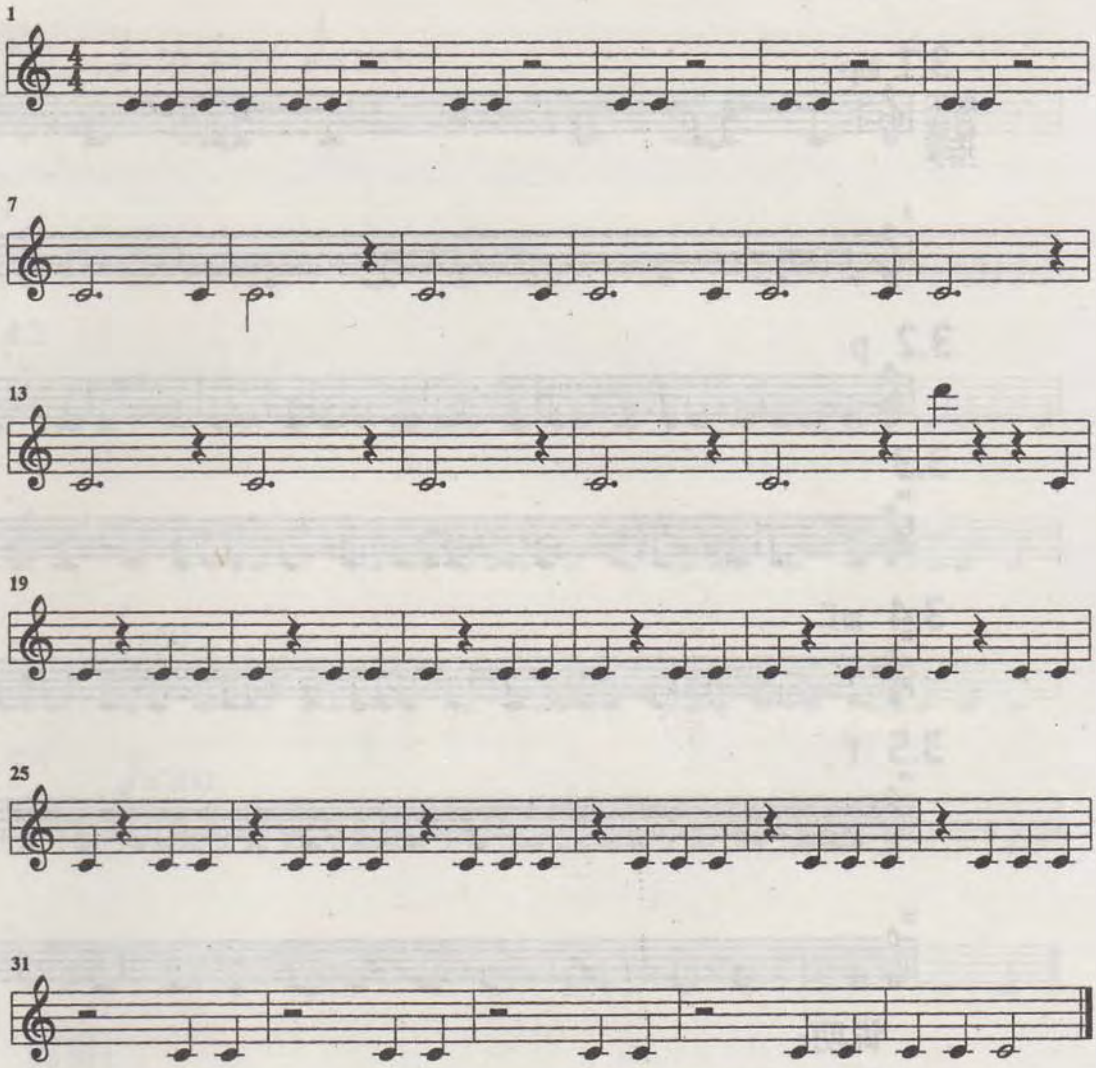
1/2 音符 𝅗𝅥 =2 拍　加附点 𝅗𝅥. =3 拍

1/4 音符 ♩ =1 拍　加附点 ♩. =1 拍半

节奏测试：

第一考卷

分数：_____



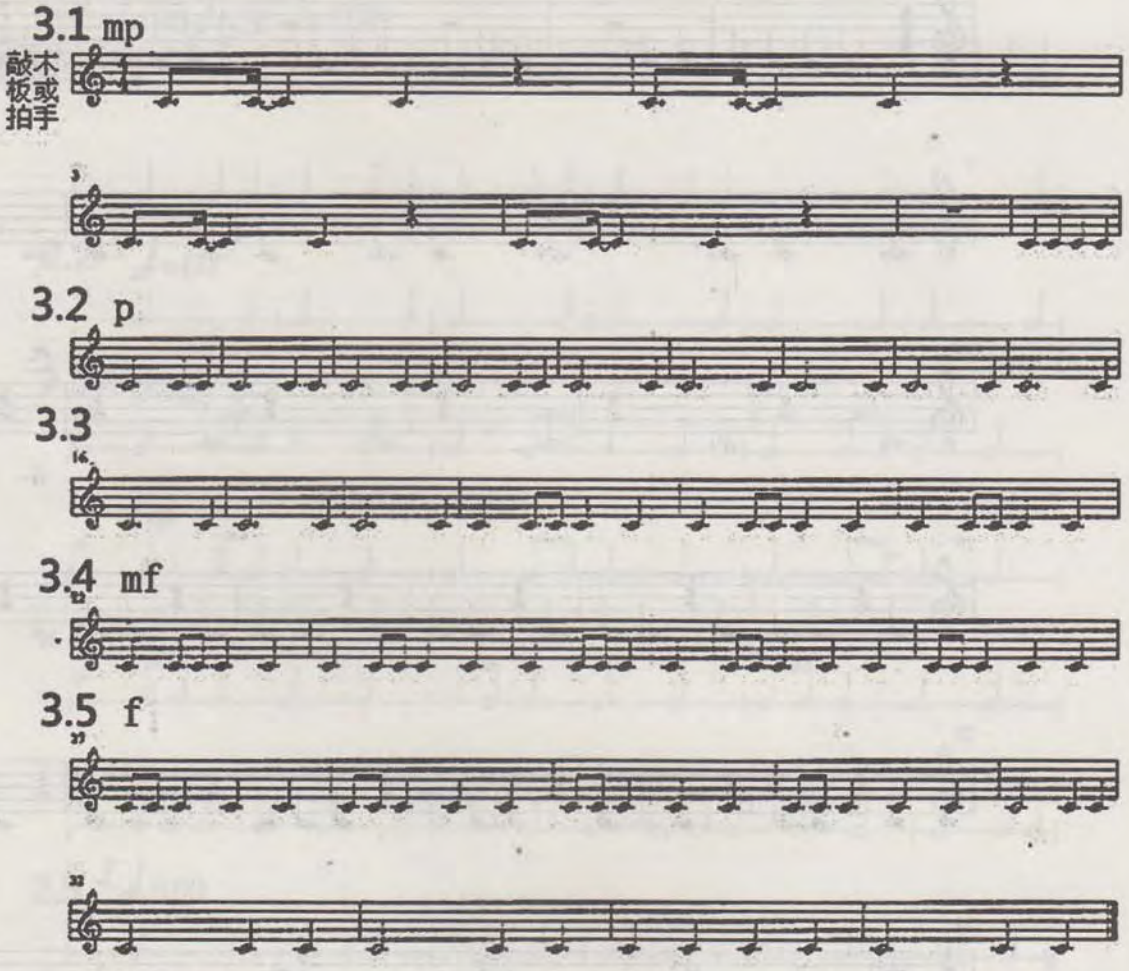
注：1、请在每小节内用不同时值音符代替休止符填满。
2、可应用二分音符、四分音符或八分音符填满。
3、请用铅笔填写音符。

指导老师：_____

学员姓名：_____

测试日期：_____

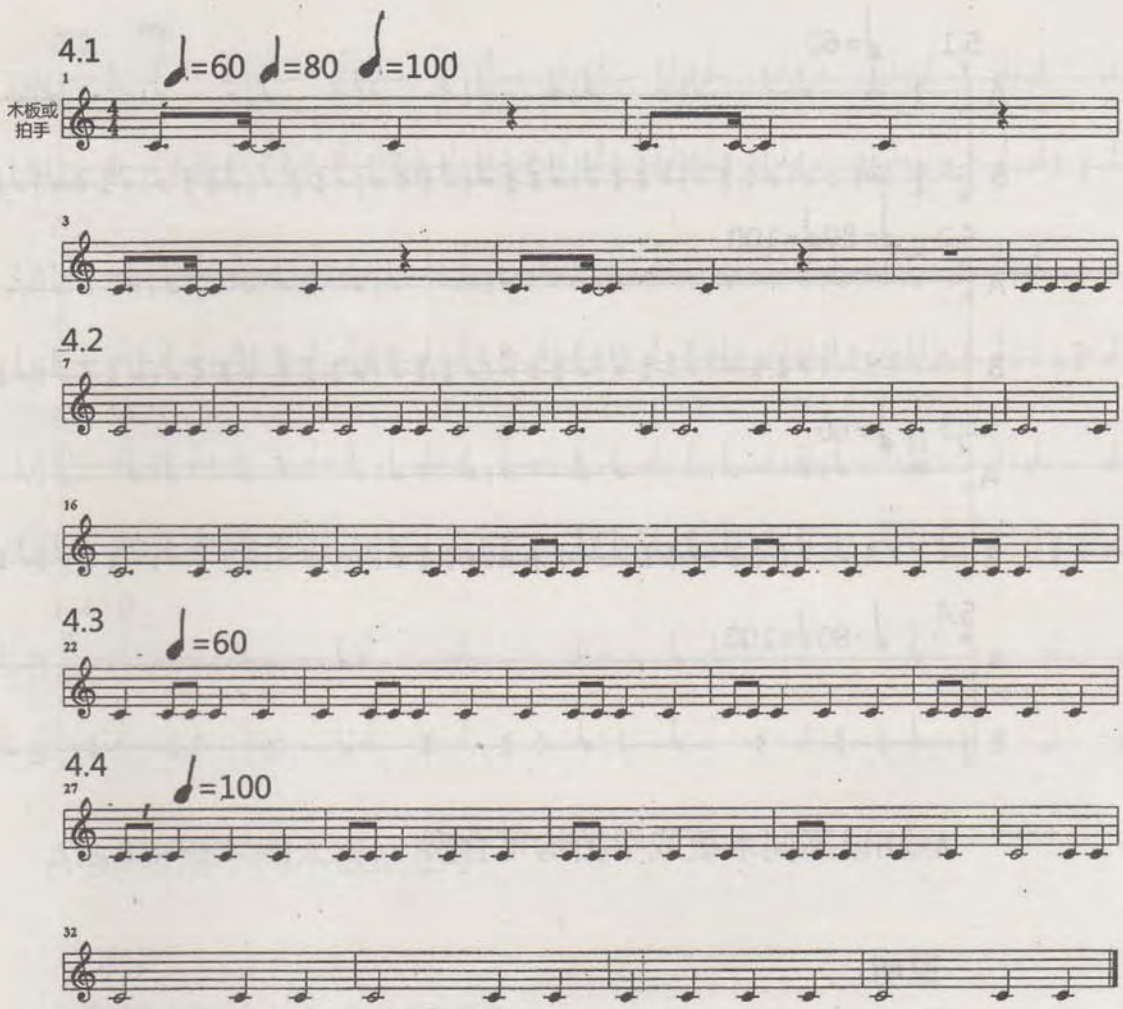
节奏练习三:



说明:

养成敲木板时口念 1，2，3，4 拍的习惯
每行练习后可以重复几次
速度快慢记号:
♩=60 表示每分钟 60 下，以此类推
声量强弱记号:
mf=中强
f=强
p=弱
mp=中弱
时值记号:
全音符 𝅝 =4 拍
1/2 音符 𝅗𝅥 =2 拍 加附点 𝅗𝅥. =3 拍
1/4 音符 ♩ =1 拍 加附点 ♩. =1 拍半

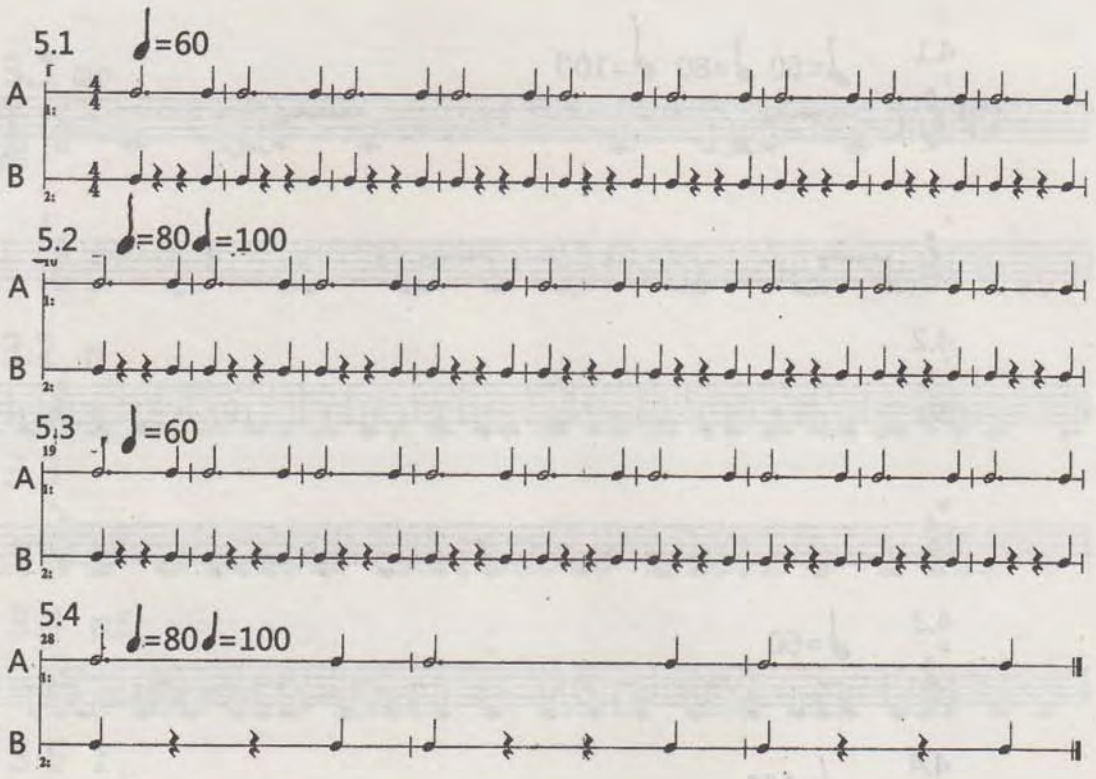
节奏练习四:



说明:

养成敲木板时口念 1，2，3，4 拍的习惯
每行练习后可以重复几次
速度快慢记号：
♩=60 表示每分钟 60 下，以此类推
声量强弱记号：
mf=中强
f=强
p=弱
mp=中弱
时值记号：
全音符 𝅝 =4 拍
1/2 音符 𝅗𝅥 =2 拍　加附点 𝅗𝅥. =3 拍
1/4 音符 ♩ =1 拍　加附点 ♩. =1 拍半

节奏练习五：二声合奏



A或B以不同木板或手拍均可合奏

说明：

养成敲木板时口念 1，2，3，4 拍的习惯

每行练习后可以重复几次

速度快慢记号：

♩=60 表示每分钟 60 下，以此类推

声量强弱记号：

mf=中强

f=强

p=弱

mp=中弱

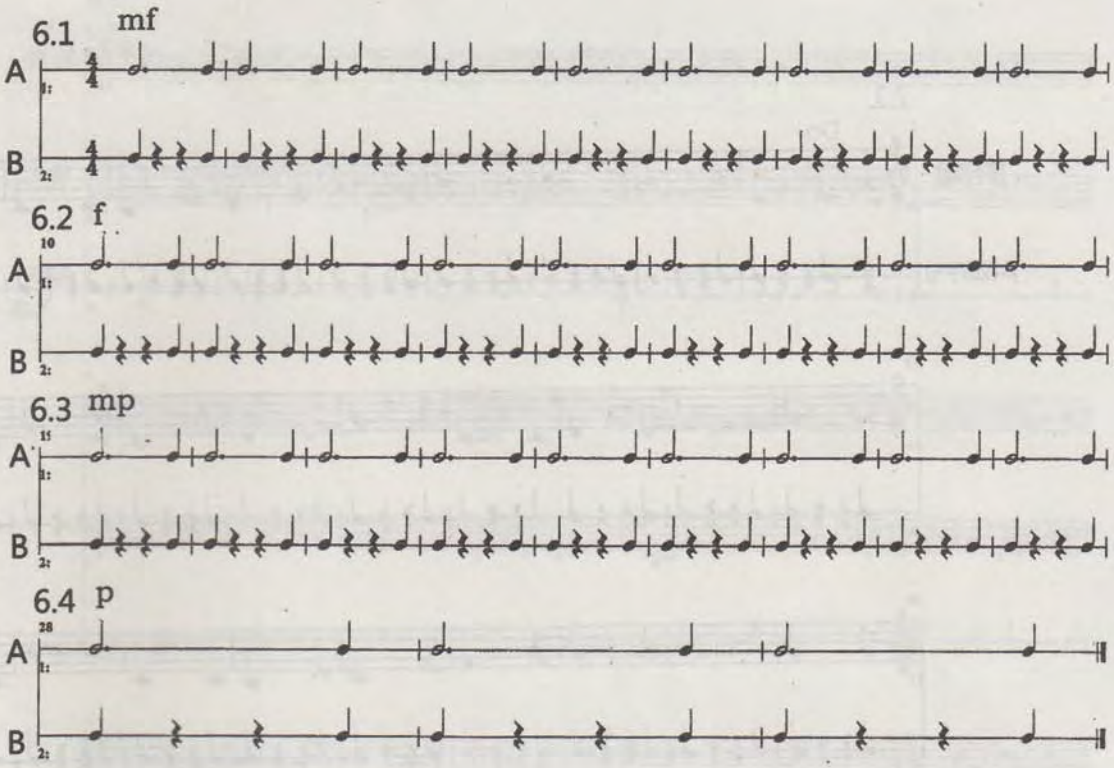
时值记号：

全音符 𝅝 =4 拍

1/2 音符 𝅗𝅥 =2 拍　加附点 𝅗𝅥. =3 拍

1/4 音符 ♩ =1 拍　加附点 ♩. =1 拍半

节奏练习六：木板合奏

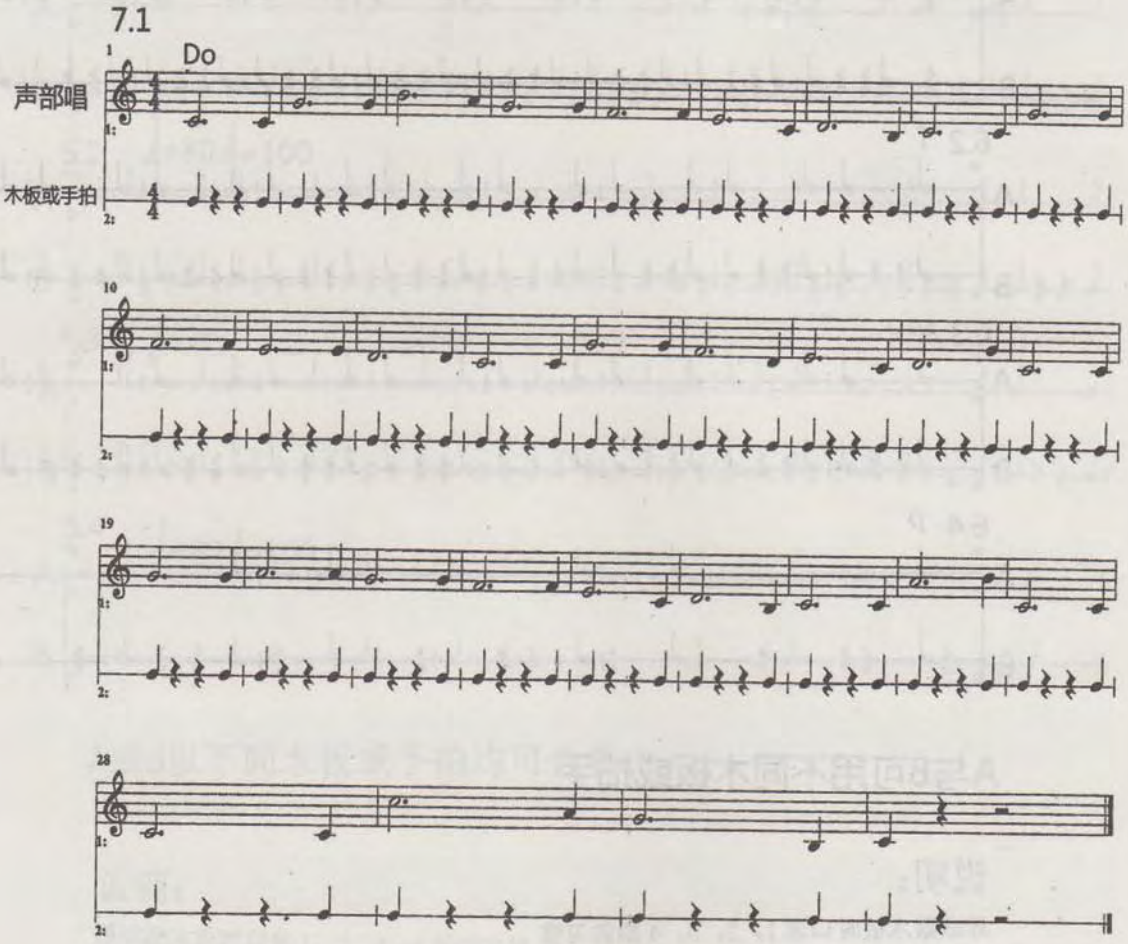


A与B可用不同木板或拍手

说明：

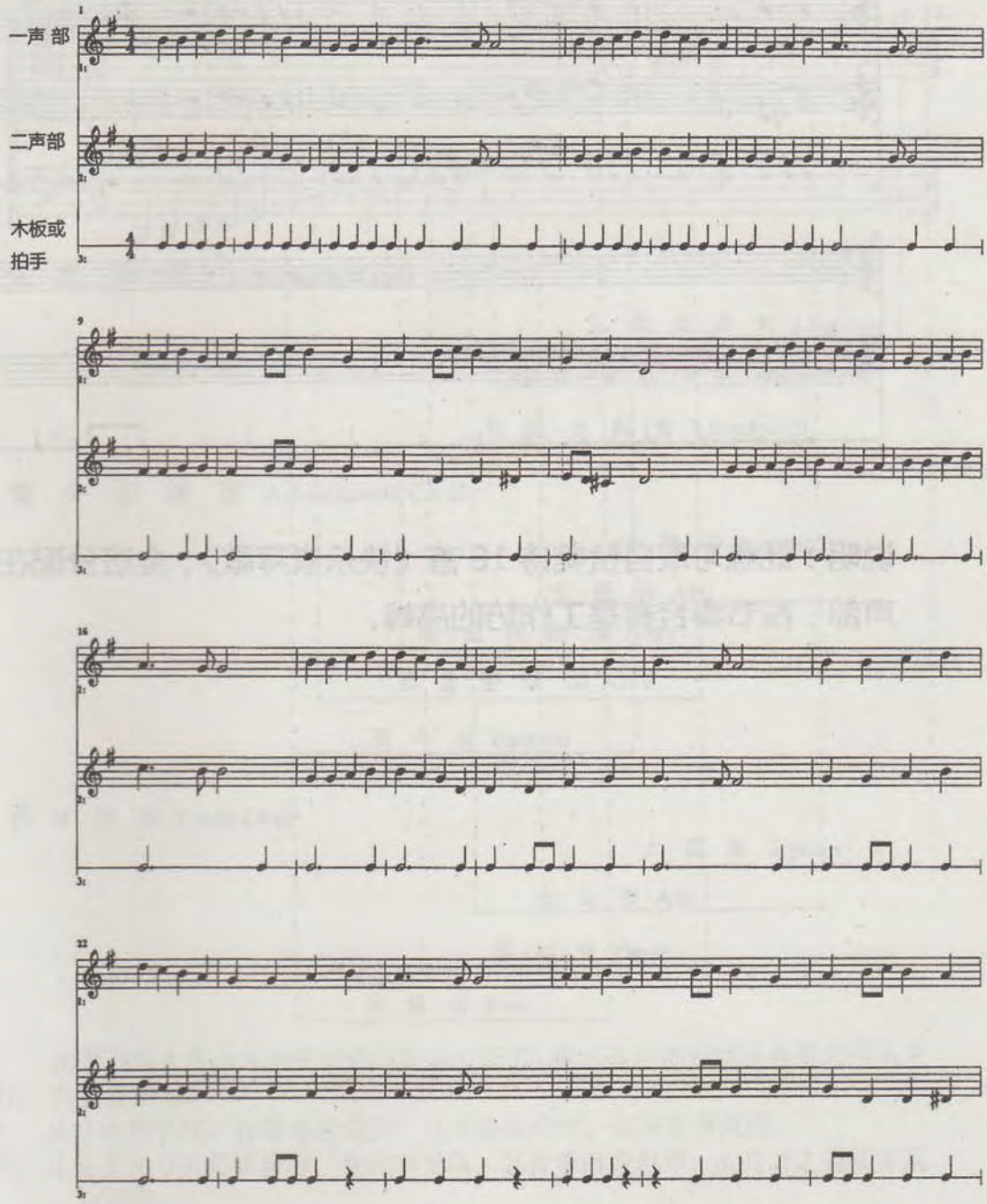
养成敲木板时口念 1，2，3，4 拍的习惯
每行练习后可以重复几次
速度快慢记号：
♩=60 表示每分钟 60 下，以此类推
声量强弱记号：
mf=中强
f=强
p=弱
mp=中弱
时值记号：
全音符 𝅝 =4 拍
1/2 音符 𝅗𝅥 =2 拍　加附点 𝅗𝅥. =3 拍
1/4 音符 ♩ =1 拍　加附点 ♩. =1 拍半

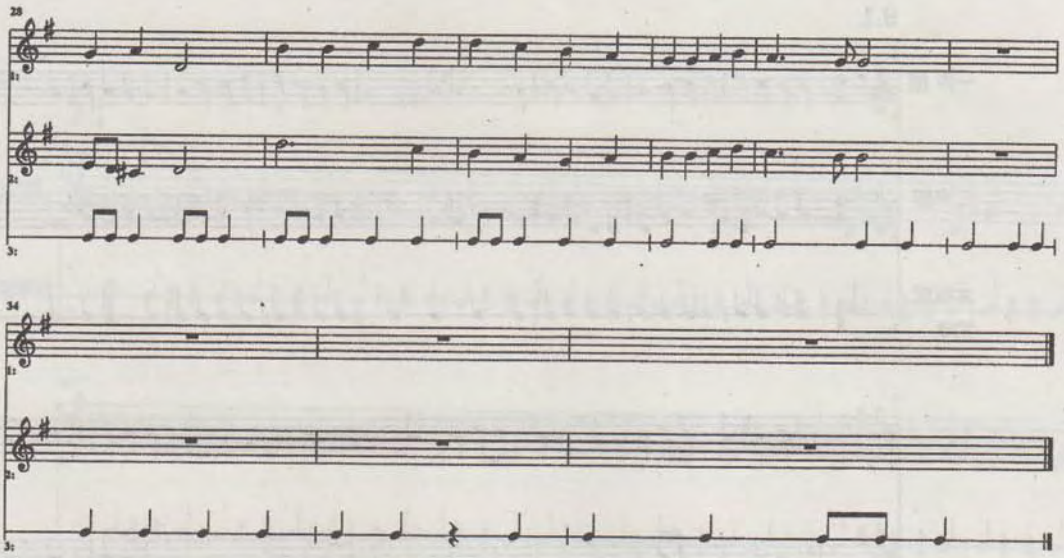
节奏练习七：声音、木板合奏



节奏练习八：二声部木板合奏

8.1





说明：此练习取自赞美诗 18 首《快乐崇拜歌》，全班分配在不同声部，按节奏合奏是工作坊的高峰。

各級詩班聲音音域B

Voice range of different choirs B

by David C B Yap



此表乃本人几十年来带领诗班经验及研究，提示各声部音域及音量之强弱变化，向读者解释：

1、从低往高唱时，音量逐渐增强；从高往低唱时，音高逐渐减弱。

2、儿童音域与女高音接近，童音唱更高，其音质清秀自然，女高音之音质丰满也洪亮。

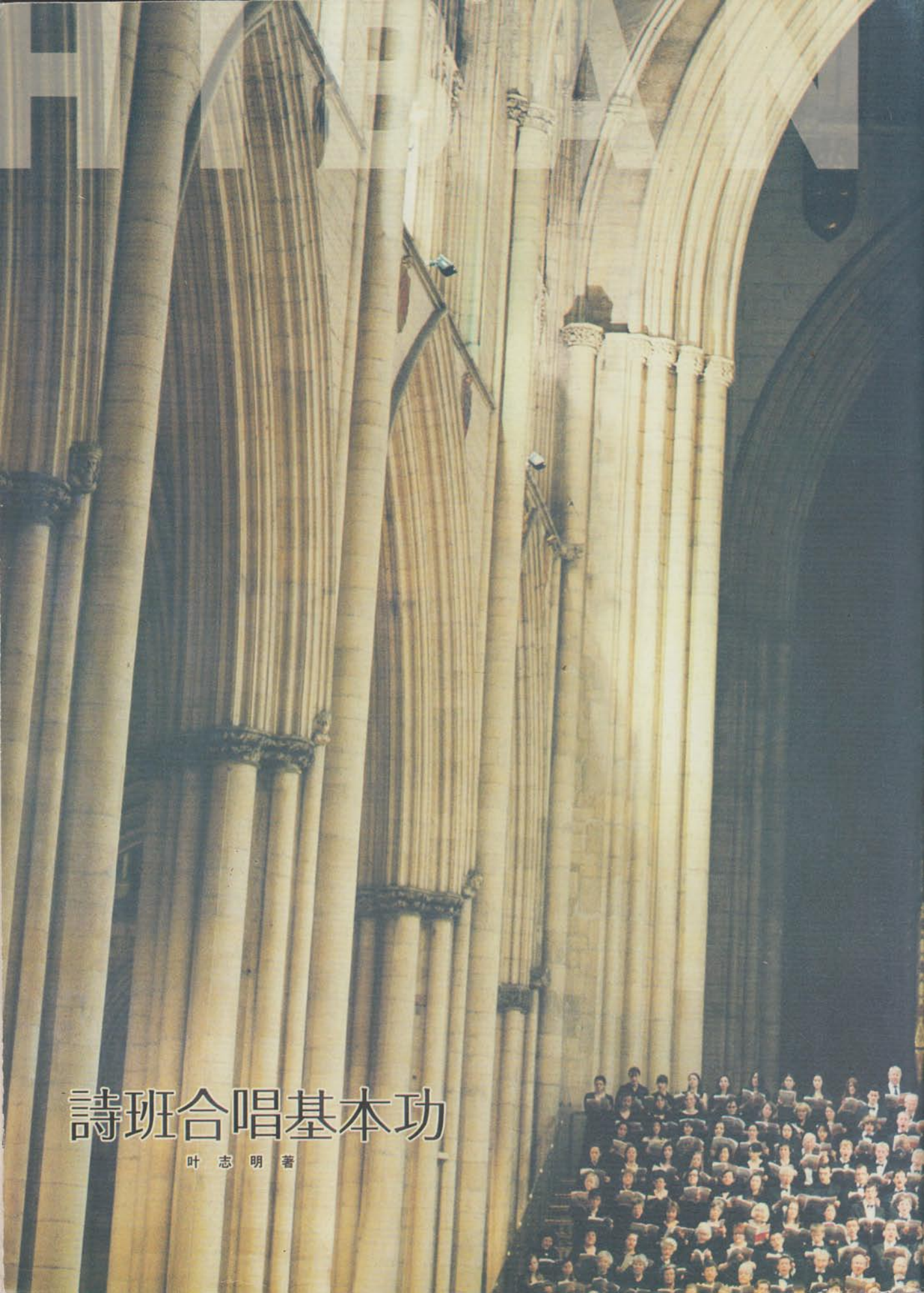
3、女高音 S_1，女中音 S_2，女低音 A，童音 $S_1S_2S_3$，男声以 T,B 为记号。

4、AMV（Adolescent Male Voice）指男声变身期。

5、1/2 音符是音高位置，1/4 音符是男女“共同音”。

6、音位有头腔、口腔，当女低音往低唱要进入胸腔，要仿男高而唱，男高音往上唱要仿女低音而唱，音量很明显增强。

7、诗班中四声部的人，缺少男高音时，指挥可利用女中音代替。



詩班合唱基本功

叶志明著