

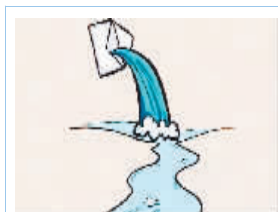
课堂内外

# 学吹葫芦丝 换气指法吐音是关键

智慧树

### 【趣味益智题】

- 1.钱大爷不会轻功，一只脚搭在鸡蛋上，鸡蛋却没有破，这是为什么？
- 2.有一个人被从几千米的高空掉下来的东西砸中了头，却没有受伤，这是为什么？
- 3.一架飞机在天空飞行时突然没油了，请问什么东西会最先掉下来？



（看图猜成语）

（以上答案见2版）



方法进行练习。

呼气过猛会使葫芦丝的簧片变形，严重时发不出音来，只有掌握好正确的呼气方法后，才可以进行吹奏。

我还体会到，吹奏是要掌握好憋气和换气的。因为在吹奏乐曲时，会遇到吹奏前一句乐曲的气没用完，又要换气吹奏下一句乐曲的情况，这时体内会存有一些余气，影响正常换气，还会导致音色不准。

这时就要学会换气，换气是用口鼻同时吸气，先把余气放出去，再吸气，这时要控制好换气的连贯性，把握好换气时机，运用好循环换气的方法，才能吹奏出音色和谐的曲调。

叠音、虚指颤音、打音的应用较多，其掌握程度也是影响吹奏效果的重要因素，在学习过程中，一定要反复练习指法，将这些音种的指法练熟。

### 学会吐音

吐音是葫芦丝最基本的演奏技巧，是靠舌头在气息的控制下发出“吐、吐”的声音。在吹奏葫芦丝之前用舌头顶住上牙床，吹奏时舌头触碰到吹口附近的位置后，马上将舌头缩回，使气流吹出。

吹奏吐音时舌头的动作要灵活、不要过于紧张。吐音在吹奏葫芦丝时应用很广，因此要做到舌吐指到，配合默契，才能够掌握好吐音的吹奏技巧。

对于初学葫芦丝的中老年人来说，吹奏葫芦丝确有一定难度，但“世上无难事，只要肯登攀”，感兴趣的中老年朋友只要扎扎实实练好基本功，方法得当，勤奋努力，一定可以学有所成的。

□中老年人葫芦丝爱好者 孟立军

### 掌握呼气

吹奏葫芦丝时要注意呼气方法，且不能呼气过猛，要均匀逐渐地呼气，练习呼气时要把气息控制好，反复进行长音和连音的练习，可以采用胸式、腹式、胸腹式组合呼吸的

### 练好指法

这方面主要练习双手手指的配合和速度。进行手指练习时，可用双手手指进行模拟吹奏，练习时间长了，手指灵活了，双手手指的配合和速度提升了，就功到自然成了。

在葫芦丝的吹奏中，滑音、颤音、倚音、

纸上课堂

## 老年人唱歌 练声小技巧

中老年人学唱歌既能打发闲暇时光，又能陶冶情操，提升生活品质。唱好一首歌曲，掌握正确的发声技巧很关键。那么，中老年人学唱歌，该如何正确练声呢？

**练声前做伸展运动** 从养生保健的角度来看，建议中老年人在歌唱前，做简短的肢体热身活动，这样可以舒展身体，顺畅呼吸，使身心进入放松状态。

如轻松地慢慢地转动颈部和腰部数次，做

生活中伸懒腰、打哈欠的姿态，还可以缓慢地由内向外挥动双臂划大圈、扩展胸、背数次等方式，这些动作对声音的放松、气息的顺畅都很有好处。

**先练气息** 腹式呼吸是练习气息最常用的方式。吸气时腹部会向下向外推，而呼气时腹部会向上向内收。练习时，双手掐腰略微带点压力，张嘴渐渐吸气，双手应当感受有压力，这时要让腹腔内吸满气体，然后嘴

型做微笑状打开，慢慢地吐气，需要注意的是，吐气时腹部的动作与吸气时的方向相反，应尽量坚持胸腔向上提。

**要循序渐进** 中老年人练声要在专业老师的指导下，循序渐进地练习。尤其初学者的练声时间不宜过长，一般每天练声15分钟，歌唱不要超一个小时，每唱20分钟要停下来休息一会儿，等随着发声能力增强后，再逐渐延长练声时间。

□杨杰

## 招商银行保函闪电开

闪电开函 一路畅行

### 线上办理 分秒出函 海量文本 一站解决

- 快捷化：闪电般的办理流程，流程保证分秒间
- 线上化：高频、小额线上办，足不出户更自在
- 多样化：多场景的业财场景，海量文本更全面

\* 保函开立时长以实际业务为准

更多详情，请致电 0451-84665594，或登录 cmbchina.com



数字时代，财资转型推进缓慢？

## 财资有招 让业财融合更智能



### 引领财资管理数字化转型

以金融科技为基石，沿企业运营流程，让财务管理与采购、销售无缝连接，高效协同，以财务赋能业务，引领企业发展。

更多详情，请致电 0451-84665647

